

# ZWEI ARTEN DER SPRACHE

von Buddhādāsa Bhikkhu



BGM 2011

**"Two Kinds of Language" ein Lehrvortrag von Buddhādāsa Bhikkhu in Suan Mokkh am 8.10.1966.**

1967 von Roderick Bucknell aus dem Thailändischen übersetzt und von der Sublime Life Mission, Bangkok, verlegt.

1979 aus dem Englischen von Fr. R. Rottka übersetzt und im Theseus Verlag erschienen.

Nachdem das Buch, welches außer diesem Text noch die Texte `Keine Religion´ (BGM - <http://www.dhamma-dana.de/buecher.htm#buddhadasa>) und `Dhamma-Die Erlösung der Welt´ enthielt, bereits seit langer Zeit vergriffen ist, hat sich Sascha Berger die Mühe gemacht, die Veröffentlichungsrechte vom J. Kamphausen Verlag, welcher mittlerweile Eigentümer des Theseus Verlages ist, zu erfragen. Für die freundliche Genehmigung seitens des Verlages möchten wir uns an dieser Stelle herzlich bedanken.

Viriya hat die Übersetzung noch einmal gründlich überarbeitet und so liegt dieser Text nun wieder, seiner ursprünglichen Bestimmung entsprechend, zur freien Verteilung vor.

&

**"Innen und Außen" ein Lehrvortrag von Buddhādāsa Bhikkhu vor der buddhistischen Studiengruppe der Chulalongkorn Universität in Bangkok am 15.12.1961.**

1967 von Roderick Bucknell aus dem Thailändischen übersetzt und von der Sublime Life Mission, Bangkok, verlegt.

1998 von Kurt Jungbehrens übersetzt 2002 von Viriya überarbeitet.

Beide Texte wurden 1989 in dem kleinen Sammelband "Key To Natural Truth" von der Dhamma Study & Practise Group herausgebracht.

## Statt eines Vorworts:

„Verstehen wir den Buddha nur als eine historische Person, die vor mehr als 2000 Jahren in Indien gelebt hat, als Statue in einem Tempel oder als ein Amulett, was um unseren Hals hängt, dann verschenken wir die Möglichkeit, daß der Buddha in unserem Herzen und in unserem Geist leben kann und außerdem die Chance, selbst zu einem Buddha zu werden.“

Zusammen mit anderen reformistischen Stimmen in Thailand, richtet Buddhadasa seinen schärfsten Angriff gegen verschiedene magische Überzeugungen und Praktiken mit Reliquien, Amuletten, Bildern und schamanistischen Anrufungen des Geistes des Buddha. Er verspottet diejenigen, die für materielle Dinge wie ein neues Auto oder ein Kind zu Buddha-Statuen beten, als ob der Statue Buddhas Geist innewohnen würde. Er hält nichts von der gängigen Praxis bei Thai Buddhisten, Buddha Amulette um den Hals zu tragen in dem Glauben, daß sie Schutz vor Gefahren oder Unglück bieten. Darüber hinaus richtet er sarkastische Spitzen gegen die vielen populären religiösen Zeitschriften, die Geschichten von wundersamen Kräften von verschiedenen materiellen Darstellungen des Buddha und von der Gegenwart des Buddha bei spiritistischen Sitzungen drucken:

"Es ist lächerlich, wenn sie sagen, daß sie den Geist des Buddha aus dem Tavatimsa Himmel einladen, und es wird völlig absurd, wenn sie behaupten, daß der Geist des Buddha aus dem Nibbāna zurückkehrt."

Obwohl Buddhadasas Rhetorik extrem sein kann, ist seine Methode öfter die von Humor und Ironie, wie die mancher Zen-Meister, die er in hohem Ansehen hielt. In seinem Vortrag anlässlich der Visakha Puja, welchen er im Jahre 1989 in Suan Mokkhabalarama hielt, lobte er die Zen-Meister, die den Buddha mit Pferdemit verglichen:

„In Thailand haben wir Angst so etwas zu sagen, denn wir könnten ja jemanden beleidigen. Dabei weist diese Aussage auf eine tiefe Wahrheit hin, nämlich, daß alles bedingt entstanden ist, gleich ob es sich um eine schöne Lotusblüte oder eine Ladung Pferdemit handelt.“

Um seine Zuhörer dahingehend zu provozieren, sich über eine wörtliche Interpretation hinauszubewegen, stellte Buddhadasa oft überraschende Behauptungen auf:

„Wir können Geburt, Erleuchtung und Tod des Buddha vergessen! - oder daß er jemandes Kind oder Neffe war oder in der und der Stadt lebte. Der Dhamma im tiefsten Sinne ist die Wahrheit der Natur (*sacca-dhamma*), das Gesetz der Natur (*dhammajāti*). Der Buddha, der nicht in Begriffen von Ort und Zeit gefasst werden kann, den bezeichnete der historische Buddha selbst als den Dhamma. In der Tat ist der Dhamma des „Wer mich sieht, sieht den Dhamma“, nichts anderes

als das Gesetz der Natur, und das grundlegendste Gesetz der Natur ist die Aufhebung des Leidens. Dies ist der wahre Dhamma, und so heißt `den Buddha sehen´, das Entstehen und das Erlöschen des Leidens zu sehen. Dies ist eine ewige Wahrheit, nicht auf einen bestimmten Ort oder Zeit begrenzt. Man kann es daher nicht auf solche Ereignisse wie die Geburt, die Erleuchtung, und den Tod des historischen Buddha reduzieren.“

Buddhadāsas Behauptungen sind absichtlich so angelegt, um den durchschnittlichen thaibuddhistischen Zuhörer aus seinem herkömmlichen und oftmals auch banalen Verständnis herauszuschrecken.

Auszug aus einem Artikel von Donald K. Swearer: Bhikkhu Buddhadāsas Interpretation des Buddha

# ZWEI ARTEN DER SPRACHE

Der heutige Vortrag ist etwas Besonderes, denn er befasst sich mit den zwei Arten der Sprache.

Oft habe ich bemerkt, daß die Mehrzahl der Menschen, trotz wiederholter Erklärung, viele Aspekte der tiefgründigeren buddhistischen Lehren überhaupt nicht verstanden haben. Auch wenn sie diese Erklärungen immer wieder hören, verstehen sie sie immer noch nicht.

Woran liegt das? Forschen wir danach, so kommen wir zu folgender Erkenntnis: Die meisten von uns sind nur mit der Umgangssprache vertraut, der Sprache, die den Menschen zur Verständigung im Alltag dient, der gewöhnlichen, weltlichen Sprache. Wir übersehen dabei, daß es darüber hinaus eine andere, sehr unterschiedliche und sehr besondere Sprache gibt, die Sprache der Religion - des Dhamma.

Umgangssprache und Dhamma-Sprache sind dem Wesen nach völlig verschiedenen - diesen Punkt sollten wir im Gedächtnis behalten.

Die Umgangssprache ist weltlicher Art. Sie wird von Menschen gesprochen, die nichts vom Dhamma wissen. Die Dhamma-Sprache hingegen wird von Menschen gesprochen, welche bereits tiefere Einsicht in die Wahrheit des Dhamma haben. Nachdem sie den Dhamma gesehen haben, sprechen sie in einer Sprache, die dieser Erfahrung angemessen ist. So entsteht die Dhamma-Sprache. Es gibt also zwei Sprachen, eine besondere, die Dhamma-Sprache und die Umgangssprache.

Die Umgangssprache baut sich aus greifbaren Dingen und Erfahrungen auf, die dem normalen Menschen zugänglich sind. Da sie eben auf physischen Erfahrungen und Eindrücken und nicht auf spirituellen Erkenntnissen beruht, kann man sich ihrer auch nur zur Verständigung über weltliche Belange und Situationen bedienen, solche, die uns im Verlauf des Alltags begegnen.

Anders ist es mit der Dhamma-Sprache, die mit der geistigen Welt zu tun hat, der nicht greifbaren und nicht physischen Welt. Um die Dhamma-Sprache sprechen und verstehen zu können, muß man Einsicht in die Welt des Geistes gewonnen haben. Hieraus ergibt sich, daß nur Menschen, welche die Wahrheit des Dhamma gesehen haben, die Sprache des Dhamma sprechen.

Lasst mich das noch in anderer Weise ausdrücken: Wir unterscheiden die gewöhnliche, "physisch-fundierte", von der "metaphysischen" Sprache. Der Bereich der Metaphysik unterscheidet sich völlig vom Bereich der Physik. Daher bedarf es auch einer besonderen metaphysischen Sprache, bzw. Terminologie, die ergänzend zur weltlichen Sprache existiert und diese überschreitet. Die physische Sprache ist weltlicher, konventioneller Art, bestimmt für den Umgang im Alltag und basiert auf der physischen Welt. Die metaphysische Sprache

beruht auf der geistigen und nicht der physischen Welt. Sie muß erst studiert, erlernt und verstanden werden.

Ich hoffe, daß euch nun der Unterschied zwischen der weltlichen und der Dhamma-Sprache klar geworden ist.

Der wesentliche Punkt hier ist, daß wir nicht in der Lage sind, den wahren Dhamma zu verstehen, wenn wir ihn hören, solange wir nur die Umgangssprache kennen. Wenn wir die Sprache des Dhamma nicht kennen, so können wir auch den Dhamma, die weltübersteigende Wahrheit, die uns von Unbefriedigtsein und Leid (*dukkha*) wirklich befreien könnte, nicht verstehen.

Es ist aber notwendig, die Lehre des Buddha sowohl in der Dhamma- als auch in der Umgangssprache auszuleuchten. Beide Bedeutungsebenen müssen betrachtet werden.

Bitte richtet eure Aufmerksamkeit auf folgendes Zitat:

*Appamatto ubho atthe adhigaṇhāti paṇḍito,  
Diṭṭhe dhamma ca yo attho, yo ca 'ttho samparāyiko  
Atthābhisamayādhīro paṇḍito ti pavuccati*

„Der weise und aufmerksame Mann ist mit beiden Arten des Sprechens vertraut: Der Bedeutung, die von gewöhnlichen Menschen verstanden wird und der Bedeutung, die sie nicht verstehen können. Wer die unterschiedlichen Arten zu sprechen fließend beherrscht, ist ein weiser Mann.“<sup>1</sup>

Dies ist ein allgemeines Prinzip das angewendet werden muß wenn man den Dhamma studiert, gleich auf welcher Verständnisebene. Es gilt natürlich ebenso für die Umgangssprache in der es ja auch unterschiedliche Bedeutungsebenen geben kann.

Das Zitat beinhaltet den unmißverständlichen Ausdruck *ubho atthe*, das heißt "beide Bedeutungen" oder "beide Arten des Sprechens". Ein verständiger Mensch muß also fähig sein, beide Bedeutungen der Sprache unterscheiden zu können. Jeder, der nur die umgangssprachliche Bedeutung betrachtet und die andere Bedeutungsebene der Dhamma-Sprache ignoriert, kann nicht als weiser oder verständiger Mensch bezeichnet werden.

Wie der Buddha sagte: „Ein Mensch mit Unterscheidungsvermögen ist derjenige, der imstande ist, beide Arten des Sprachgebrauches zu erwägen“. Daher liegt es an uns, aufmerksam zu sein und die Terminologie der Dhamma-Sprache eifrig zu studieren. So können wir uns die Fähigkeit aneignen, beide möglichen Interpretationen sowohl die in der Dhamma-Sprache als auch die in der Umgangssprache, sorgfältig zu prüfen.

---

<sup>1</sup> S 3, 17 & A V 43,3 Diese Übersetzung unterscheidet sich von allen anderen die ich finden konnte. Das liegt daran, daß der Begriff *attha* sowohl mit 'Bedeutung' und '(Wort-)Sinn', als auch, wie üblich, mit 'Nutzen', 'Zweck', 'Profit', 'Segen', 'Heil' übersetzt werden kann.  
Viriya

Wir wollen nun mit ein paar Beispielen klarstellen, was ich meine. Jedes der folgenden Worte werde ich sowohl in der Umgangssprache, als auch in der Dhamma-Sprache erklären. Das sollte es euch erleichtern, beide Ausdrucksformen klar zu verstehen.

## **Buddha**

Wie ihr wisst, bezieht sich das Wort "Buddha" in der Umgangssprache auf den historischen Gotama Buddha, den "Erleuchteten". Das Wort bezeichnet die physische Erscheinung eines Mannes aus Fleisch und Blut, welcher vor mehr als 2000 Jahren in Indien geboren wurde, dort starb, und dessen Leichnam verbrannt wurde. Das ist die Bedeutung des Wortes "Buddha" in der Umgangssprache.

Dasselbe Wort in der Dhamma-Sprache bezieht sich jedoch auf die Wahrheit, die vom historischen Buddha verwirklicht und gelehrt wurde, auf den Dhamma selbst. Der Buddha sagte: „Wer den Dhamma sieht, sieht den Tathāgata. Wer den Tathāgata sieht, sieht den Dhamma.“<sup>2</sup> Wer den Dhamma nicht sieht, von dem kann, auch wenn er sich am Robenzipfel des Tathāgatas festhält, nicht gesagt werden, er hätte den Tathāgata gesehen.

Nun ist der Dhamma etwas, das nicht greifbar ist. Es ist nichts physisches, besteht sicher nicht aus Haut und Knochen. Und doch sagte der Buddha, es sei ganz genau das Gleiche, wie der Erwachte. „Wer den Dhamma sieht, sieht den Tathāgata.“ Jeder, der den Dhamma nicht sieht, hat den Erhabenen nicht gesehen.

In der Dhamma-Sprache ist der Buddha also das Gleiche wie die Wahrheit, durch deren Verwirklichung er zum Buddha wurde. Von jedem, der diese Wahrheit sieht, kann gesagt werden, er habe den wahren Buddha gesehen. Nur seinen physischen Körper zu sehen, würde nicht bedeuten den Buddha zu sehen, oder daß daraus wirklicher Nutzen entstehen könnte.

Zu Lebzeiten des Buddha nahmen viele Menschen ihm gegenüber eine ablehnende Haltung ein. Sie haben ihn beschimpft und ihm sogar körperlichen Schaden zugefügt. Sie haben ihn nicht verstanden, weil sie nur seine Gestalt erkannten, die äußere Hülle, den Buddha der Umgangssprache. Der wahre Buddha, der Buddha der Dhamma-Sprache, ist seine geistige Erkenntnis, zu wissen, wodurch er zum Buddha wurde. Als er sagte: „Wer die Wahrheit sieht, der sieht mich, wer mich sieht, sieht die Wahrheit“, geschah dies in der Dhamma-Sprache.

Der Buddha sagte auch: „Die von mir dargelegte Lehre (Dhamma) und die von mir erlassene Disziplin (Vinaya), soll nach meinem Tode euer Lehrer sein.“<sup>3</sup>

Genau deshalb ist der wahre Buddha auch nicht tot und hat nicht aufgehört zu existieren. Was aufhörte zu existieren, war nur sein physischer Körper, seine

---

<sup>2</sup> S 22, 87.

<sup>3</sup> D 16.

äußere Hülle. Der wirkliche Lehrer, nämlich der Dhamma-Vinaya, ist noch immer unter uns. Dies ist die Bedeutung des Wortes "Buddha" in der Dhamma-Sprache.

## **Dhamma**

Das zweite Wort, das wir uns ansehen wollen, ist "Dhamma" (Dharma in Sanskrit). Auf der untersten Ebene der Umgangssprache werden mit diesem Wort die Bücher im Regal bezeichnet, welche die buddhistischen Lehrschriften, den Dhamma, enthalten. Oder aber man versteht darunter das gesprochene Wort, womit die Lehre verkündet wird. Dies ist die Bedeutung des Wortes "Dhamma" in der Umgangssprache, in der Sprache der Verblendung unterworfenen Menschen, die den Dhamma noch nicht gesehen haben.

In den Begrifflichkeiten der Dhamma-Sprache jedoch, ist der Dhamma und der Erwachte ein und dasselbe. „Wer den Dhamma sieht, sieht den Tathāgata. Wer den Tathāgata sieht, sieht den Dhamma.“ Dies ist der wahre Dhamma.

In Pali wird mit dem Wort "Dhamma" ursprünglich der ganze Komplex miteinander verbundener Dinge bezeichnet, den wir "Natur" nennen. Die Zeit erlaubt uns nicht, dies in allen Einzelheiten zu diskutieren.

Aus diesem Grunde wollen wir nur die Hauptpunkte der Bedeutung dieses Wortes "Dhamma" erwähnen:

I. Die Natur selbst.

II. Das Gesetz der Natur.

III. Die Pflicht jedes Menschen, im Einklang mit dem Gesetz der Natur zu handeln.

IV. Der Nutzen, der sich aus dem Handeln im Einklang mit dem Gesetz der Natur ergibt.

Das ist die Breite der Bedeutung die von dem Wort "Dhamma" abgedeckt wird. Hier geht es nicht einfach um Bücher, Palmblattmanuskripte oder Predigerstimmen. "Dhamma" in der Dhamma-Sprache, bezieht sich auf Nicht-Materielles. Dhamma ist allumfassend, tiefgründig, die schwierigen, wie die leicht zu verstehenden Dinge einschließend.

## **Sangha**

Nun wenden wir uns dem Wort "Sangha" zu. In der Umgangssprache bezeichnet dieses Wort die Gemeinschaft von Mönchen, die gelbe Roben tragen und von Ort zu Ort wandern. So wird das Wort in der Umgangssprache, der Sprache noch nicht erwachter Menschen, verstanden.



In der Dhamma-Sprache bezieht sich "Sangha" ebenfalls wieder auf die Wahrheit oder den Dhamma selbst. Es bezieht sich auf jene hohen Qualitäten, welcher Art und Stärke sie auch sein mögen, die im Geist eines wahrhaft tugendhaften Mönches zu finden sind. Es gibt bestimmte, hohe geistige Qualitäten, die einen Menschen zum Mönch machen. Die Gesamtheit dieser Qualitäten im Geist des Mönchs wird "Sangha" genannt.

Der "Sangha" der Umgangssprache ist die Gemeinschaft der Ordensmitglieder.

Der "Sangha" der Dhamma-Sprache sind die geistigen Qualitäten der Ordensmitglieder.

Der eigentliche Sangha besteht aus vier Ebenen: Der Strom-Eingetretene (*sotāpanna*), der Einmal-Wiederkehrer (*sakadāgāmī*), der Nicht-Wiederkehrer (*anāgāmī*) und der vollkommen erwachte Mensch auf seiner höchsten Entwicklungsstufe, frei von jeglicher Form des Egoismus - der Arahant.

Auch diese Begriffe bezeichnen geistige, nicht aber physische Qualitäten, da diese Menschen sich körperlich nicht von anderen unterscheiden. Jedoch unterscheiden sie sich von gewöhnlichen Menschen in ihren geistigen oder spirituellen Qualitäten. Dies macht den "Strom-Eingetretenen", den "Einmal-Wiederkehrer" den "Nicht-Wiederkehrer" oder den Arahant aus. In diesem Sinne ist das Wort "Sangha" in der Dhamma-Sprache zu verstehen.

## Religion

Jetzt zu dem Wort "Religion" (*sāsana*). In der Umgangssprache, der Sprache von Menschen ohne Unterscheidungsvermögen, bezieht sich das Wort einfach auf Tempel, Klostergebäude, Pagoden, gelbe Roben und so weiter. Wenn überall Tempel und Pagoden herumstehen, sagen die Leute, „Ah, die Religion blüht!“. Das ist es was "Religion" in der Umgangssprache bedeutet.

In der Dhamma-Sprache bezieht sich das Wort "Religion" auf den Dhamma selbst, der den Menschen als wahre Stütze und Zuflucht dienen kann. Der Dhamma, der dem Menschen zur Stütze wird und unbefriedigenden Zuständen (*dukkha*) wahrhaft ein Ende bereiten kann, dieser Dhamma ist "Religion" im Sinne der Dhamma-Sprache.

Wenn man also sagt, „die Religion blüht und gedeiht“, so ist damit gemeint, daß dieses besondere "Etwas", das in der Lage ist, *dukkha* ein Ende zu setzen, sich unter den Menschen ausbreitet. Keinesfalls bedeutet es eine Zunahme von Mönchsroben und religiösen Bauten.

Jene Menschen, die das Wort "Religion" im Sinne von "die Lehre", begreifen, sind der Bedeutung des Wortes schon näher gekommen als solche, die darunter Tempel, Roben, etc., verstehen. Fortschritte in der Unterweisung und im Studium der Religion als religiöse Fortschritte zu betrachten, ist bis zu einem gewissen Punkt richtig - aber nicht ausreichend. So versteht man das Wort immer noch nur in der umgangssprachlichen Bedeutung.

In der Dhamma-Sprache bedeutet Religion, die höchste oder hervorragendste Lebensweise (*brahmacariya*), das heißt, ein Leben zu führen, das sich im Einklang mit dem Dhamma befindet. Es ist diese erhabene Lebensweise, die „beglückend am Anfang, beglückend in der Mitte und beglückend am Ende“ ist. Mit "erhabener Lebensweise" meinte der Buddha den Übungsweg, der *dukkha* wirklich zum Erlöschen bringen kann. Das "Beglückende des Anfangs" ist das Studium und das Lernen; "das Beglückende der Mitte" ist die Praxis; und "das Beglückende des Endes" ist die wirkliche Belohnung, die aus der Übung erwächst.

In der Umgangssprache versteht man unter Religion bestenfalls die Lehre selbst. In der Dhamma-Sprache bedeutet Religion die am Anfang, in der Mitte und am Ende beglückende, erhabene Lebensweise - zwei sehr unterschiedliche Bedeutungen.

## Arbeit

Wir wollen nun ein Wort betrachten, das eng mit unserem täglichen Leben verbunden ist: "Arbeit". In der Umgangssprache bezieht sich das Wort "Arbeit" auf den Lebenserwerb. Es ist etwas, das wir nicht vermeiden können. Wir müssen arbeiten, um zu essen, um uns den Bauch zu füllen und um unsere sinnlichen Bedürfnisse zu befriedigen. "Arbeit" bedeutet also in der Umgangssprache, die unvermeidbare Notwendigkeit, sich den Lebensunterhalt zu verdienen.

In der Dhamma-Sprache jedoch bedeutet dieses Wort, Training des Geistes, (*kammatthāna*), das heißt, die Ausübung des Dhamma. Die Dhammapraxis ist die "Arbeit".

Der gewöhnliche Mensch, der Mensch, der den Dhamma noch nicht gesehen hat, arbeitet aus Notwendigkeit, um sich mit Essen und anderen Dingen, die er begehrt, zu versorgen. Für den wahren Schüler aber, den Menschen, der bereits einen gewissen Eindruck vom Dhamma gewonnen hat, besteht Arbeit darin, den Dhamma in die Praxis umzusetzen. Diese Art von Arbeit muß aufrichtig, ernsthaft und eifrig, mit Beharrlichkeit und Unterscheidungsvermögen getan werden. Viele hohe Qualitäten müssen vorhanden sein, um sie erfolgreich zu beenden.

Auch die "Arbeit" im Sinne der Umgangssprache kann auf höherer Ebene verstanden werden. Mag unsere Arbeit auch weltlicher Natur sein, tun wir sie in der richtigen Weise, so wird sie uns letztlich lehren. Sie wird uns Einsicht in die wahre Natur des geistigen Lebens vermitteln und uns befähigen, Vergänglichkeit, Unbefriedigtheit und Nicht-Ichheit (*aniccāṃ, dukkhaṃ, anattā*) zu erkennen. Sie wird uns zur Wahrheit führen, ohne daß wir bewußte Anstrengungen in diese Richtung machen.

So bezieht sich also "Arbeit" in der Dhamma-Sprache auf die Übung, die zu der Wahrheit führt, die im eigenen Geist gefunden werden kann. Selbst die Aufgabe

den Körper fit und sauber zu halten, ist eine Form der Dhamma-Übung insofern, als, man diese Arbeit mit Sinn und Verstand ausführen muß.

Zusammenfassend können wir also feststellen, daß "Arbeit" in der Umgangssprache die Notwendigkeit des Lebenserwerbs bezeichnet, während in der Dhamma-Sprache das Wort "Arbeit" für *kammaṭṭhāna*, Geistestraining, also eine gute solide Dhammapraxis, steht.

## Erhabenes Leben

Lasst uns noch kurz etwas mehr über die "erhabene Lebensweise" (*brahmacariya*) sprechen. In der Umgangssprache, der Sprache des Durchschnittsmenschen, der nichts vom Dhamma weiß, bedeutet das Wort "*brahmacariya*" nichts weiter als sich unangemessener sexueller Aktivität zu enthalten. In der Dhamma-Sprache aber, bezieht sich "*brahmacariya*" auf jedes bewußte Aufgeben von geistigen Trübungen (*kilesa*) und auf jede Form von spiritueller Praxis, die konsequent eingehalten wird. Ganz gleich, welche Art der Übung wir auf uns nehmen, sofern wir ernst und strikt daran festhalten, ohne wieder rückfällig zu werden, führen wir ein erhabenes Leben. *Brahmacariya* bedeutet eben nicht einfach nur Enthaltung von Unzucht und Ehebruch. Dies zeigt, wie sehr sich Umgangssprache und Dhamma-Sprache unterscheiden.

## Nibbāna

Wir machen nun einen großen Sprung zu dem Wort "Nibbāna" (Nirvana in Sanskrit). In der Umgangssprache der durchschnittlichen Menschen ist Nibbāna ein Ort oder eine Stadt. Diese Auffassung kommt daher, daß Mönche des öfteren von "Nibbāna - die Stadt der Unsterblichkeit" oder von der "Wunderstadt Nibbāna" sprechen. Leute, die diese Äußerung hören, mißverstehen sie. Sie glauben, Nibbāna sei eine wirkliche Stadt. Des Weiteren glauben sie sogar, daß dies ein Ort sei, an dem alle guten Dinge in Hülle und Fülle vorhanden und sofort greifbar sind, und wo alle Wünsche Erfüllung finden. Deshalb möchten sie ins Nibbāna, weil dort alle Wünsche erfüllt werden.

Das ist "Nibbāna" in der Umgangssprache dummer Menschen, die vom Dhamma keine Ahnung haben. Trotzdem kann man derartiges überall, sogar in den meisten Tempeln, zu hören bekommen. Und so wird das auch von den meisten, insbesondere von den älteren, die sich im Tempel die Vorträge anhören, verstanden.

In der Dhamma-Sprache bedeutet "Nibbāna" die völlige und absolute Auslöschung aller Arten geistiger Trübungen (*kilesa*) und jeder Form von Kummer. Zu jeder Zeit, in der der Geist frei von *kilesa* und *dukkha* ist, besteht "Nibbāna". Wenn die Geistestrübungen vollkommen aufgelöst sind, ist es andauerndes Nibbāna: Das vollständige Erlöschen und Auskühlen des Feuers von *kilesa* und *dukkha*.

Das ist das "Nibbāna" der Dhamma-Sprache, das hier und jetzt erreicht werden kann. In der Umgangssprache hingegen ist "Nibbāna" eine Traumstadt. Denkt darüber nach!

## Pfad und Frucht

Jetzt kommen wir zu dem Ausdruck "Pfad und Frucht" (*magga-phala*). Er ist inzwischen so populär, daß er schon abgedroschen wirkt. Sogar wenn gewöhnliche Menschen dies oder jenes tun und es plangemäß funktioniert, sagen sie: "das ist Pfad und Frucht", und meinen damit, daß sich die Dinge, wie gewünscht entwickelt haben. So wird der Ausdruck "Pfad und Frucht" in der Umgangssprache verstanden.

In der Dhamma-Sprache jedoch bezeichnet "Pfad und Frucht" das Ende von *dukkha* und die Vernichtung der es verursachenden Geistestrübungen. Dies in der rechten Weise zu tun, Schritt für Schritt, im Einklang mit der wahren Natur der Dinge, ist die Bedeutung des Ausdrucks "Pfad und Frucht" in der Dhamma-Sprache. Die Menschen gebrauchen diesen Ausdruck in der Umgangssprache inflationär und wir sollten darauf bedacht sein, ihn klar von seinem Gebrauch in der Dhamma-Sprache zu unterscheiden.

## Māra

Das nächste Wort ist etwas seltsam: Māra - der Versucher, der Teufel. Den Māra der Umgangssprache stellt man sich als eine Art Monster vor, mit Körper, Gesicht und Augen von erschreckendem und abstoßendem Aussehen.

In der Dhamma-Sprache ist Māra aber kein lebendiges Geschöpf, sondern vielmehr jede Art von Geisteszustand, der in Opposition zum Guten und Heilsamen steht; in Opposition zum Fortschritt in der Auslöschung von *dukkha*. Das, was dem spirituellen Fortschritt im Wege steht und ihn behindert, wird Māra genannt. Wir können uns Māra schon als ein lebendiges Wesen vorstellen, wenn wir das wollen, solange wir nicht vergessen, was dieses Wort eigentlich bedeutet.

Sicher habt ihr oft die Geschichte gehört, als Māra aus dem *Paranimmitavasavattī*-Bereich herabstieg, um den künftigen Buddha herauszufordern. Dies war der echte Māra, der Verführer. Er kam aus dem Reich der *Paranimmitavasavattī*-Götter, dem Himmel aller Sinnesfreuden in höchster Vollendung. Ein Paradies mit allem was das Herz begehrt. Dort steht ständig jemand bereit, um alle Wünsche zu erfüllen.

Das war Māra, der Verführer, nicht das häßliche, schrecklich anzusehende Ungeheuer mit dem großen roten Maul, das umhergehen soll, um andere Wesen zu fangen und ihr Blut auszusaugen. So stellen sich nur unwissende Menschen Māra vor, die den echten Māra selbst dann nicht erkennen würden, wenn er vor ihnen stünde.

In der Dhamma-Sprache steht das Wort "Māra" schlimmstenfalls für den *Paranimmitavasavattī*-Himmel, das höchste Reich der Sinnesgenüsse. Im Allgemeinen jedoch bezeichnet das Wort einfach jeden Geisteszustand, der dem Guten und Heilsamen im Wege steht und den spirituellen Fortschritt behindert.

## Welt

Nun wollen wir das Wort "Welt" (*loka*) näher beleuchten. In der Umgangssprache bezieht sich das Wort "Welt" auf die Erde, die physische Welt, flach oder rund oder wie immer man sich diese vorstellt.

In der Dhamma-Sprache bezieht sich das Wort "Welt" auf weltliche (*lokiya*) Geisteszustände, die weltlichen Stufen im Bereich der geistigen Entwicklung - letztlich also *dukkha*. Der weltliche Zustand des Geistes ist vergänglich, sich ständig wandelnd und unbefriedigend. Deshalb wird gesagt, 'die Welt ist *dukkha*, *dukkha* ist die Welt'. Wenn der Buddha die Vier Edlen Wahrheiten (*ariya-sacca*) lehrte, benutzte er manchmal das Wort "Welt" und manchmal das Wort *dukkha*. Diese Begriffe bedeuten ein und dasselbe. Sprach er etwa von

- der Welt
  - der Ursache der Entstehung der Welt
  - dem Erlöschen der Welt
  - dem Weg, der zum Erlöschen der Welt führt,
- so meinte er damit nichts anderes als
- *dukkha*
  - die Ursache von *dukkha*
  - das Erlöschen von *dukkha*
  - dem Weg, der zum Erlöschen von *dukkha* führt.

In einer anderen Bedeutung des Wortes "Welt" in der Dhamma-Sprache, bezieht es sich auf etwas Niedriges, Hohles, etwas, das der Tiefe entbehrt und dem höchsten Potential nicht einmal nahe kommt. Auch bezeichnen wir beispielsweise die eine oder andere Sache als weltlich, um auszudrücken, daß sie nichts mit dem Dhamma zu tun hat. Der Begriff "Welt" bezieht sich also nicht immer auf die Erde, wie in der Umgangssprache.

## Geburt

Wir wollen unsere Betrachtungen mit dem Wort "Geburt" (*jāti*) fortsetzen. In der Umgangssprache bezeichnet das Wort "Geburt" die körperliche Geburt aus dem Mutterleib in diese Welt. Ein Mensch wird nur einmal physisch geboren. Nach seiner Geburt lebt er in dieser Welt, bis er stirbt und eingesargt wird. Physische Geburt gibt es für jeden von uns nur einmal. Die Geburt aus dem Mutterleib ist die Bedeutung des Wortes "Geburt" in der Umgangssprache.

In der Dhamma-Sprache bedeutet das Wort "Geburt" das Aufsteigen einer bestimmten Vorstellung im Geist, nämlich der Vorstellung eines "Ich" oder eines

"Egos", die immer wieder im Laufe des Tages in unserem Geist aufsteigt. In diesem Sinne wird der gewöhnliche Mensch sehr häufig geboren, wieder und wieder. Eine weiter entwickelte Person wird nicht so oft geboren; eine in der Übung weit fortgeschrittene Person (ein Edler, *ariya puggala*) wird noch seltener und schließlich gar nicht mehr geboren.

Jedes Entstehen der Vorstellung von einem "Ich" oder "Mein" in dieser oder jener Form ist eine "Geburt". Jedes Mal, wenn ein Mensch wie ein Tier denkt, wird er im gleichen Augenblick als ein Tier geboren. Wenn er wie ein Mensch denkt, wird er als Mensch geboren. Wenn er wie ein himmlisches Wesen denkt, so wird er als himmlisches Wesen geboren. Leben, das Individuum, Glück und Leid, usw., all das wurde vom Buddha als momentane Bewußtseinszustände erkannt. Sich damit als "Ich" oder "Mein" zu identifizieren, ist die Bedeutung des Wortes "Geburt" in der Dhamma-Sprache - nicht die der körperlichen Geburt, wie in der Umgangssprache.

"Geburt" ist ein oft benutzter Ausdruck in den Lehrreden des Buddha. Wenn er von Alltagsdingen sprach, so benutzte er das Wort im umgangssprachlichen Sinn. Wenn er jedoch den höheren Dhamma darlegte - wenn er etwa über das "Bedingte Zusammenentstehen" (*paṭicca-samuppāda*) sprach - benutzte er das Wort "Geburt" in der Bedeutung der Dhamma-Sprache. In seiner Erklärung des "Bedingten Zusammenentstehens" sprach er nicht über die physische Geburt. Er sprach vielmehr von der Geburt der Anhaftung an den Vorstellungen "Ich", "Mein", "Ich-Selbst", "Mein Eigen".

## Tod

Nun zum Gegenteil, dem Wort "Tod". In der Umgangssprache bedeutet dieses Wort das Ereignis, das zur Einsargung, Verbrennung oder Beerdigung eines Leichnams führt. In der Dhamma-Sprache jedoch wird damit das Erlöschen der "Ich- und Mein-Vorstellung" gemeint, die wir gerade besprochen haben. Das Vergehen dieser Vorstellung im Geist eines Menschen nennt man "Tod" in der Dhamma-Sprache.

## Leben

Das bringt uns zu dem Wort "Leben". In der Umgangssprache, der Sprache unreifer Menschen, bezeichnet man mit diesem Wort alles, was noch nicht tot ist, alles, was noch existiert, alles, was noch sprechen, gehen oder essen kann. In der präziseren Sprache der Biologie versteht man darunter das normale Funktionieren und die Entwicklung des Protoplasmas, von Zellen und Nukleus.<sup>4</sup>

---

<sup>4</sup> Wikipedia: „Eine heute nicht mehr gebräuchliche und teilweise uneinheitlich verwendete Bezeichnung für die innere sol- oder gelartige flüssige Masse aller lebenden Zellen inklusive Zellkern.“

Dies ist die materialistische Anwendung des Wortes "Leben" in der Umgangssprache.

In der Dhamma-Sprache bezieht sich das Wort "Leben" auf den wahren, todlosen Zustand, auf das Nichtbedingte, auf Nibbāna - Leben ohne Begrenzungen, ohne Geburt und ohne Tod. Dieser Zustand ist das "Nicht-Bedingte", Nibbāna, was in anderen Religionen häufig mit dem Begriff "ewiges Leben" bezeichnet wird. Ein Leben, das nicht mehr zu Ende geht, ein Leben in Gott, oder wie immer man es nennen will. Dies ist das wahre Leben, so, wie es in der Dhamma-Sprache verstanden wird, nicht das normale, uns vertraute "Leben" der Umgangssprache.

## **Mensch**

Wir wollen jetzt das Wort "Mensch" (*manussa*) näher beleuchten. Wir denken uns nichts mehr dabei, wenn wir das Wort "Mensch" benutzen. Jede Person ist für uns ein Mensch. Aber wir sollten sorgfältiger mit diesem Wort umgehen, denn das Wort "Mensch" hat zwei sehr unterschiedliche Bedeutungen.

In der Umgangssprache bezeichnet das Wort "Mensch" ein Wesen in einer menschlichen Gestalt.

In der Dhamma-Sprache bezieht sich das Wort "Mensch" auf bestimmte, besonders hohe geistige Qualitäten, die in dem Begriff enthalten, jedoch unausgesprochen sind. Das ist nicht schwer zu verstehen. Wenn beispielsweise jemand seinen Freund kritisiert und sagt: „Du bist kein Mensch“, was meint er damit? Die kritisierte Person besitzt einen menschlichen Körper, genauso wie der Kritikübende. Warum also wird er beschuldigt, "kein Mensch" zu sein? Der Grund liegt darin, daß ihm die "edle Gesinnung" fehlt, die in dem Begriff "Mensch" implizit enthalten ist. So hat das Wort "Mensch" zwei verschiedene Bedeutungen, die umgangssprachliche für eine Kreatur in menschlicher Form und die der Dhamma-Sprache für ein Individuum mit hohen spirituellen Qualitäten.

## **Gott**

Nun betrachten wir das Wort "Gott". In der Umgangssprache bezeichnet dieses Wort ein himmlisches Wesen mit den verschiedensten schöpferischen Fähigkeiten. Der "Gott" der Dhamma-Sprache ist davon sehr verschieden. Er ist eine tiefe und verborgene Kraft, welche weder etwas mit einem menschlichen, einem himmlischen, noch einer anderen Art von Wesen zu tun hat. "Gott" in der Dhamma-Sprache hat keine Individualität, kein Selbst, sondern ist unpersönlich, nicht greifbar, naturgegeben. Es handelt sich um das, was wir "Naturgesetz" nennen, denn dieses Gesetz ist für die Schöpfung, die Existenz aller Dinge, verantwortlich. Das Gesetz der Natur regiert alles. Das Gesetz der Natur hat Gewalt über alles. Deshalb bedeutet in der Dhamma -Sprache das Wort "Gott" neben anderem auch, "das Gesetz der Natur", das von Buddhisten als Dhamma

bezeichnet wird. In der Pāli-Sprache wurde das Gesetz der Natur einfach als "Dhamma" bezeichnet. Dieses eine Wort "Dhamma" umfaßt alle Gesetze der Natur. Somit ist also Dhamma der Gott der Buddhisten.

## Niedere Daseinsbereiche

Laßt uns nun abwärts blicken und die "vier elenden Zustände" (*apāya*) oder die niederen Daseinsbereiche betrachten: Üblicherweise werden vier davon genannt: die Hölle (*naraka*), die Welt der Tiere (*tiracchana*), die Welt der hungrigen Geister (*peta*) und die Welt der furchtsamen Geister (*asura* oder *asurakāya*). Sie werden sehr lebendig auf den Wandgemälden in Tempeln dargestellt. Die Hölle, die Tierwelt, die hungrigen und die furchtsamen Geister werden alle entsprechend der traditionellen Glaubensvorstellungen dargestellt, das heißt, daß sie alle erst nach dem Tod auftreten. Mit anderen Worten, die "vier niederen Daseinsbereiche", wie man sie in der Umgangssprache auffasst, werden materialistisch interpretiert. Die Bewohner der Hölle, der Tierwelt, und so weiter, werden als reale, niedrige Kreaturen aus "Fleisch und Blut" verstanden.

In der Umgangssprache ist die Hölle (*naraka*) eine Region unter der Erde. Sie wird vom Gott des Todes beherrscht, der die Menschen nach dem Tod in diese Unterwelt holt, wo sie allen Arten von Bestrafungen ausgesetzt sind. Stellen wir nun diesen Ort, an den man nach dem Tod gelangen kann, dem Begriff "Hölle", wie er in der Dhamma-Sprache verstanden wird, gegenüber. Hier bedeutet "Hölle" Furcht, Furcht, die wie Feuer brennt - das ist die Hölle der Dhamma-Sprache. Wann immer Furcht uns zusetzt, uns verbrennt, wie Feuer, dann sind wir in diesem Moment in dieser Hölle gefangen. Ebenso, wie Furcht von verschiedener Art sein kann (von Besorgnis bis Panik), so gibt es dementsprechend verschiedene Arten von "Höllern" - die Höllern der Dhamma-Sprache.<sup>5</sup>

---

<sup>5</sup> Wikipedia: „Furcht ist das Gefühl konkreter Bedrohung. Sie bezeichnet die Reaktion des Bewusstseins auf eine gegenwärtige oder vorausgeahnte Gefahr. Sie muss einerseits unterschieden werden vom mehr oder weniger ängstlich oder furchtsam vorbereiteten, immer jedoch plötzlichen Schreckens sowie – trotz umgangssprachlich weitgehend synonymem Verwendung – von der Angst. Im Gegensatz zur Angst ist die Furcht meist rational begründbar und angebracht; sie wird deshalb auch als Realangst bezeichnet; wo dies nicht der Fall ist, handelt es sich meist um eine Phobie. Furcht (lateinisch *timor*) grenzt sich von der eher abstrakten, diffusen Angst (lateinisch *angor*) durch ihre Gerichtetheit auf ein Konkretum ab, das als reale oder als real empfundene Bedrohung wahrgenommen wird. Im Gegensatz zur Angst verfügt sie so über einen innerweltlich erfassbaren Gegenstand, dem zu begegnen oder der zu vermeiden ist; Angst hingegen ist ein ungerichteter Gefühlszustand, der als Gestimmtheit die Welterschließung im Ganzen betrifft. Praktisch sind je nach Grad der Abstraktheit/Konkretheit des zugrundeliegenden Vorstellungskomplexes Übergänge zwischen Angst und Furcht bzw. Gefühlszustände möglich, in denen sich nicht eindeutig zwischen Furcht und Angst differenzieren lässt.“



Nun zur "Tierwelt" (*tiracchana*). Im vordergründigen Sinne der Umgangssprache bedeutet "Geburt in der Tierwelt" die tatsächliche physische Wiedergeburt als Schwein, Hund oder als irgendein anderes Tier. In der Dhamma-Sprache hat dieser Begriff eine ganz andere Bedeutung. In jedem Augenblick, da sich ein Mensch dumm, wie ein tumbes Tier verhält, dann wird er in diesem Moment im Reich der Tiere wiedergeboren. Dies geschieht hier und jetzt! Man kann an einem Tag mehrmals als Tier geboren werden. In der Dhamma-Sprache bedeutet Geburt als Tier ganz einfach Dummheit.

Der Begriff "hungriger Geist" (*peta*) bezeichnet in der Umgangssprache ein Geschöpf, mit einem winzigen Mund und einem enorm großen Bauch. Es kann nie genug essen und ist daher chronisch hungrig. Dies ist, der Umgangssprache entsprechend, eine der anderen möglichen Formen der Wiedergeburt nach dem Tod.

Die "hungrigen Geister" der Dhamma-Sprache sind rein geistige Zustände. Ehrgeiz, der auf Begehren beruht und Kümernisse, die aufgrund von Verlangen entstehen; wird der Geist von diesen betroffen, wird man als "hungriger Geist" wiedergeboren. Diese Symptome entsprechen bildlich einem Mund in der Größe eines Nadelöhrs und einem Hungerbauch in der Größe eines Berges. Jeder Mensch, der unter einem intensiven Verlangen, einem pathologischen Durst leidet, jeder, der deshalb übermäßig bekümmert und "angefressen" ist, weist die gleichen Symptome auf, wie ein "hungriger Geist". Von ihm kann man sagen, daß er hier und jetzt als "hungriger Geist" wiedergeboren wurde. Das ist nichts, was nur nach dem Tode geschieht.

Zum Schluß nun zu den *asuras*, den "furchtsamen Geistern".<sup>6</sup> In der Umgangssprache ist ein *asura* eine Art unsichtbares Wesen, das herumgeistert und spukt, jedoch zu viel Angst hat sich zu zeigen. In der Dhamma-Sprache bezeichnet das Wort *asura* die Angst, die im menschlichen Geist entsteht. Es ist nicht notwendig zu sterben, um als ein *asura* geboren zu werden. Wann immer ein Mensch Angst hat, wird er gleichzeitig als *asura* wiedergeboren. Sich ohne guten Grund zu ängstigen, übertrieben ängstlich zu sein oder abergläubische Angst vor bestimmten harmlosen Geschöpfen zu empfinden - das heißt als *asura* wiedergeboren zu werden. Manche Menschen ängstigen sich davor, Gutes zu tun. Andere wiederum haben Angst, daß mit dem Erreichen von Nibbāna das Leben schal und unerträglich eintönig wird. Es gibt tatsächlich Menschen, die diese Angst vor Nibbāna haben. Von dieser Art von unbegründeter Angst heimgesucht zu werden, ist Wiedergeburt als *asura*, im Hier und Jetzt.

Dies sind die "vier niederen Daseinsbereiche", wie sie in der Dhamma-Sprache verstanden werden. Sie unterscheiden sich doch sehr von den "niederen Daseinsbereichen" der Umgangssprache.

---

<sup>6</sup> Buddhistisches Wörterbuch: „Die Bösen Geister, Dämonen, Unholde, die Feinde der Götter.“

Es lohnt sich, in diesem Zusammenhang einen weiteren Punkt zu bedenken. Wenn wir nicht in die "niederen Daseinsbereiche" im Sinne der Dhamma-Sprache fallen, so können wir sicher sein, auch nicht in die "niederen Daseinsbereiche" der Umgangssprache zu gelangen. Wenn wir also die Fehler vermeiden, die zu Bedrängnis durch Furcht führen, dann vermeiden wir, auch in diesem Leben, in die Hölle zu kommen. Gleichzeitig müssen wir uns nicht darum sorgen, nach dem Tod, in der Hölle zu landen. Ebenso, wenn wir vermeiden, dumm wie ein Tier zu sein, heißhungrig wie ein *peta* oder ängstlich wie ein *asura*; dadurch sind wir frei von nachteiligen Verhaltensweisen, die möglicherweise unsere Wiedergeburt nach dem Tode als Tier, hungriger Geist oder *asura* verursachen könnten.

Es ist also angemessen, uns lediglich für die elenden Zustände zu interessieren, bei denen wir Gefahr laufen, sie Hier und Jetzt zu erleben. Die Zustände, die wir nach dem Tod erfahren könnten, können wir getrost beiseitelassen. Es ist nicht notwendig, uns damit zu beschäftigen. Wenn wir Hier und Jetzt vermeiden, zu "hungrigen Geistern", usw. im Sinne der Dhamma-Sprache zu werden, so werden wir auch später keine "hungrigen Geister" im Sinne der Umgangssprache werden, ganz gleich, wie wir sterben. Wenn wir richtig leben und üben, vermeiden wir die vier elenden Zustände Hier und Jetzt ebenso, wie jene, die angeblich nach dem Tod folgen.

Die meisten Menschen erkennen, daß Himmel und Hölle ganz einfach nur Geisteszustände sind. Warum sind sie also so dumm, die Bedeutung der "vier niedrigen Daseinsbereiche" mißzuverstehen, die doch so sehr Teil unseres täglichen Lebens sind. Zugegeben, Himmel und Hölle sind, als Begriffe der Umgangssprache, Daseinsbereiche außerhalb von uns - fragt mich bitte nicht wo sie sind - in die wir erst nach dem Tode eingehen. Himmel und Hölle im Sinne der Dhamma-Sprache aber befinden sich im Geist und können jederzeit in Abhängigkeit vom momentanen Geisteszustand auftreten. In der gleichen Art und Weise unterscheidet sich auch der Begriff "niedere Daseinsbereiche" in der Dhamma-Sprache von dem der Umgangssprache.

## **Himmel**

In der Umgangssprache steht "Himmel" für einen wunderbaren, höchst reizvollen, überirdischen Bereich. Spende diesen oder jenen Betrag für gute Zwecke, und ein Platz im Himmel, mit hunderten von Engeln, ist dir sicher. In der Dhamma-Sprache bezieht sich der Begriff "Himmel" zu allererst auf eine betörende, sinnliche Glückseligkeit der allerhöchsten Ordnung. Dies ist der niedere Himmel, der Himmel der Sinnesfreuden. Auf einer höheren Ebene befindet sich der Himmel, der *brahmaloka* genannt wird und in welchem es keine Objekte der Sinnlichkeit gibt. Dies ist ein Zustand geistigen Wohlbefindens, die

sich aus der Abwesenheit von störenden Sinnesobjekten ergibt. Dieser Zustand ist in etwa vergleichbar, mit dem eines Menschen, der sich dem Hunger nach Sinnesobjekten so lange hingeeben und diesen befriedigt hat, bis er ihm überdrüssig geworden ist. Danach würde er nur noch den Wunsch verspüren, ganz frei davon, still und unberührt zu verweilen. Das ist der Zustand der Brahmagötter im *brahmaloka*.

Die gewöhnlichen Himmel sind angefüllt mit Sinnesfreuden, der höchste unter ihnen ist der *paranimmitavasavattī*-Himmel, welcher randvoll mit Sinnesfreuden ist. Hingegen sind die *brahmaloka*-Himmel frei von jeglicher Störung durch Sinnesfreuden, jedoch ist die Vorstellung von "Selbst" und "Ich" noch immer vorhanden.

## Ambrosia

Nun wollen wir über "Ambrosia", das Elixier der Unsterblichkeit sprechen. In der Umgangssprache ist Ambrosia eine Art alkoholisches Getränk, das himmlische Wesen zu sich nehmen, um sich unverwundbar zu machen, bevor sie in die Schlacht ziehen und Verwüstungen anrichten.

Das Ambrosia der Dhamma-Sprache ist der höchste Dhamma, die Wahrheit von Nicht-Selbst (*anattā*) oder Leerheit (*suññatā*), die Unsterblichkeit verleiht, da man durch sie die Freiheit von der Vorstellung des Vorhandenseins eines Selbst erlangt. Wenn es kein "Selbst" gibt, wie kann es da Tod geben? Das Lebenselixier der Dhamma-Sprache ist also die Wahrheit von Nicht-Selbst oder Leerheit und nicht der Unsterblichkeit verleihende Trank der Götter der Umgangssprache.

## Leerheit

Gerade eben haben wir das Wort "Leerheit" (*suññatā*) erwähnt. Laßt uns das einmal genauer betrachten. *Suññatā* ist ein Pälwort. *Suñña* bedeutet entleert oder leer und *-tā* entspricht dem deutschen *-heit*. In der Umgangssprache der Menschen, die noch nicht zur Wahrheit vorgedrungen sind, bedeutet Leerheit einfach die Abwesenheit von Inhalt, eine physikalische Leere, ein Vakuum, ein nutzloses Nichts. Leerheit, *suññatā*, der Dhamma-Sprache ist etwas völlig anderes. In dieser "Leerheit" kann alles Mögliche, in jeder Art und Weise, in jeder Mannigfaltigkeit und Quantität vorhanden sein - alles, mit der einen Ausnahme, der Vorstellungen von "Ich" und "Mein".

Was immer ihr euch an physischen und mentalen Phänomenen nur vorstellen könnt, kann in dieser "Leerheit" vorhanden sein – nur eben "Ich" und "Mein" nicht. Die Freiheit von, das Leersein von, "Ich" und "Mein", so wird Leerheit in der Sprache des Buddha verstanden.

Die Welt ist leer. Leer wovon? Leer von einem Selbst und von etwas, das einem Selbst gehören könnte. Wenn der Buddha von Leerheit sprach, sprach er in der Dhamma-Sprache. Dumme Menschen fassen den Begriff in der Umgangssprache auf und verstehen, daß es nichts gibt in der Welt, außer einem Vakuum oder haben ähnlich krude Ideen. Das hat aber in keinsten Weise etwas mit der Leerheit, die der Buddha gelehrt hat, zu tun. Wird das Wort "Leerheit" derart mißinterpretiert, dann wird die Lehre des Buddha über die Leerheit bedeutungslos.

Ich hoffe, daß ihr für dieses Thema Interesse aufbringt und es euch gut einprägt. Das Wort "leer" bedeutet, bezogen auf physische Dinge, natürlich das Nichtvorhandensein eines Inhalts; im metaphysischen Sinne jedoch, bedeutet es die vollständige Abwesenheit von "Ich-heit" und "Mein-heit". Weder in der physischen noch in der geistigen Welt gibt es so etwas wie "Ich" oder "Mein". Die Bedingtheiten "Ich-heit" und "Mein-heit" existieren einfach nicht. Sie sind nicht real, reine Illusion und deshalb wird die Welt als leer bezeichnet. Alles ist vorhanden und kann von euch mit klarem Unterscheidungsvermögen genutzt werden - tut euch keinen Zwang an! Aber eines solltet ihr nicht tun - lasst keine Vorstellungen von "Ich" und "Mein" entstehen.

Wer "leer" (*suñña*) nur als "inhaltslos" versteht, versteht nichts vom Dhamma und kennt die Dhamma-Sprache nicht. Er spricht nur die Umgangssprache. Wenn wir aber die umgangssprachliche Bedeutung in den Kontext der Dhamma-Sprache hineinzwingen, wie könnten wir da jemals den Dhamma verstehen?

## Anhalten

In der Umgangssprache, versteht man unter "anhaltend", "nicht mehr bewegen" oder "still stehen". In der Dhamma-Sprache hat "anhaltend" eine völlig andere Bedeutung. Um die Sache zu vereinfachen, wollen wir ein Beispiel betrachten: Als Angulimāla von "anhaltend" sprach, meinte er damit etwas ganz anderes als der Buddha, als dieser dieses Wort gebrauchte. Falls ihr die Geschichte von Angulimāla gehört habt, seid ihr mit dem Dialog zwischen ihm und Buddha vertraut.<sup>7</sup> Angulimāla benützt das Wort "anhaltend" im Sinne der

---

<sup>7</sup> M 86: "Der Verbrecher Angulimāla sah den Erhabenen in der Ferne kommen. Als er ihn sah, dachte er: „Es ist wunderbar, es ist erstaunlich! Es sind Männer in Gruppen von zehn, zwanzig, dreißig und sogar vierzig diese Straße entlanggekommen, aber trotzdem sind sie mir in die Hände gefallen. Und jetzt kommt dieser Mönch allein daher, ohne Begleitung, wie vom Schicksal getrieben. Warum sollte ich nicht diesem Mönch das Leben nehmen?“ Dann nahm Angulimāla sein Schwert und Schild auf, hängte sich den Bogen und Köcher um und folgte dem Erhabenen auf den Fersen.

Da vollbrachte der Erhabene ein derartiges Kunststück übernatürlicher Kräfte, daß der Verbrecher Angulimāla, obwohl er lief so schnell er konnte, den Erhabenen nicht einholen konnte, der in normaler Geschwindigkeit ging. Da dachte der Verbrecher Angulimāla: „Es ist wunderbar, es ist erstaunlich! Früher konnte ich sogar einen schnellen Elefanten einholen und

Umgangssprache; als es Buddha verwendete, geschah dies im Sinne der Dhamma-Sprache.

Im Sprachgebrauch des gewöhnlichen Menschen bedeutet "anhalten" zum Stillstand kommen oder sich nicht zu bewegen. In der Sprache des Buddha jedoch, versteht man unter "anhalten" oder "nicht bewegen" leer werden vom Selbst. Wenn es kein "Selbst" gibt, was sollte sich bewegen? Sollte man darüber nicht einmal nachdenken? Wenn da kein "Selbst" ist, wo wäre das "Ich", das herumlaufen könnte? Offensichtlich ist das "Ich" dann zum Stillstand gelangt. Das bedeutet also "anhalten" in der Dhamma-Sprache des Buddha, die Abwesenheit eines "Selbst", das man ergreifen und an das man sich klammern könnte, die absolute Leerheit von einem "Selbst". Anhalten oder aufhören ist das gleiche wie leer sein. Jemand mag herumrennen und trotzdem kann von ihm gesagt werden, er habe angehalten, denn es gibt kein "Selbst" mehr, das sich

---

ergreifen; ich konnte sogar ein schnelles Pferd einholen und ergreifen; ich konnte sogar eine schnelle Kutsche einholen und ergreifen; ich konnte sogar einen schnellen Hirsch einholen und ergreifen; aber jetzt kann ich, obwohl ich laufe so schnell ich kann, diesen Mönch nicht einholen, der in normaler Geschwindigkeit geht!“ Er blieb stehen und rief dem Erhabenen nach: „Bleib stehen, Mönch! Bleib stehen, Mönch!“

„Ich bin stehengeblieben, Angulimāla, bleib auch du stehen.“

Da dachte der Verbrecher Angulimāla: „Diese Mönche, die Söhne der Sakyer, sprechen die Wahrheit, machen die Wahrheit geltend; aber obwohl dieser Mönch immer noch weitergeht, sagt er: 'Ich bin stehengeblieben, Angulimāla, bleib auch du stehen.' Angenommen, ich befrage diesen Mönch.“

Dann richtete sich der Verbrecher Angulimāla folgendermaßen in Versform an den Erhabenen:

„Obwohl du gehst, Mönch, sagst du, du seist steh'ngelieben;

Ich stehe, doch du sagst, ich sei nicht steh'ngelieben.

Ich frag' dich nun, o Mönch, was das bedeutet:

Wieso bist du statt meiner steh'ngelieben?“

„Angulimāla, für immer bin ich steh'ngelieben,

Enthalte mich aller Gewalt gegenüber den Wesen;

Doch du kennst Zurückhaltung nicht gegenüber dem Leben:

Deshalb bin ich stehengeblieben, dagegen du nicht.“

„Zu guter Letzt ist dieser Mönch, ein hochverehrter Weiser,

In diesen großen Wald gekommen, meiner Rettung willen.

Nachdem ich deinen Vers gehört, der mich das Dhamma lehrte,

Will ich für immer in der Tat das Übel unterlassen.“

Nach diesen Worten nahm der Räuber seine Waffen,

In hohem Bogen warf er sie in einen Abgrund.

Den Füßen des Erhab'nen huldigt' der Verbrecher

Und auf der Stelle bat er ordiniert zu werden.

Da sprach zu ihm der Buddha, voll von großem Mitleid,

Der Lehrer dieser Welt mit allen ihren Göttern,

Der Voll-Erleuchtete, er sagte, „Komm, oh Bhikkhu.“

Und so geschah es, daß der Mörder Bhikkhu wurde.“

bewegen könnte; es gibt kein Ich mehr, das irgendetwas wollen, irgendetwas anstreben könnte. Jede Form von Wünschen und Verlangen ist zum Stillstand gekommen.

Ein Mensch, der noch immer Verlangen in sich spürt, wird herumlaufen und nach allem Möglichen suchen, sogar nach Verdienst oder Gutem. Diese Suche, nach Diesem und Jenem, hier und dort und überall - das ist Bewegung. Wenn man jedoch Verlangen vollkommen zum Stillstand bringen kann, aufhören kann, ein "Selbst" zu sein, so mag man sogar mit dem Flugzeug fliegen und wird trotzdem sagen können, man "stünde still".

Lernt, die beiden Bedeutungen dieses Wortes "anhalten" klar zu unterscheiden und zu verstehen! Es wird euch auch helfen, die Lehre von der "Leerheit" zu verstehen.

## Licht

Wenn wir nur solch tiefgreifende Worte wie diese behandeln, so werdet ihr wahrscheinlich bald müde werden, darum nehmen wir uns nun ein leichtes Wort vor: "Licht".

Wenn wir normalerweise von Licht sprechen, so meinen wir damit Lampenlicht, Sonnenlicht, elektrisches Licht, oder eine andere Art von physikalischem Licht. Dies entspricht dem Wort "Licht" in der Umgangssprache.

In der Dhamma-Sprache bezieht sich das Wort "Licht" auf Einsicht, Weisheit, höheres Wissen (*paññā*). Selbst wenn der Buddha in einer stockfinsternen Höhle saß, so gab es dort immer noch "Licht" in dem Sinne, daß sein Geist vom Licht der Einsicht und des höheren Wissens erhellt war. Auch in einer mond- und sternenlosen Nacht, wenn alle Lampen verloschen sind, ist es immer noch möglich, zu sagen, "da ist Licht" - wenn es Einsicht und höheres Wissen im Geist eines Yogis gibt.

## Dunkelheit

Nun zur "Dunkelheit". In der Umgangssprache bedeutet "Dunkelheit" die Abwesenheit von Licht, die es unmöglich macht zu sehen. In der Dhamma-Sprache bedeutet "Dunkelheit" das Fehlen von Einsicht, das Vorhandensein von Ignoranz, Unwissen in Bezug auf die Wahrheit und spiritueller Blindheit (*avijjā*). Das ist wahre "Dunkelheit". Selbst wenn ein Mensch, dem wahre Einsicht fehlt, sich in die pralle Sonne setzen würde, so befände er sich immer noch in der "Dunkelheit" der Ignoranz, bezüglich der wahren Natur der Dinge. So unterscheidet sich das Wort "Dunkelheit" in der Dhamma-Sprache vom gleichen Begriff in der Umgangssprache.

## Kamma

Wir kommen nun zu dem Wort "*kamma*" (Sanskrit: *karma*). Wenn die normalen Menschen sagen: „Das ist *kamma*“, so meinen sie: „Pech gehabt“. Kein Glück zu haben als Bestrafung für begangene Sünden, ist die Bedeutung die von gewöhnlichen Menschen dem Wort "*kamma*" gegeben wird.

In der Dhamma-Sprache bezieht sich jedoch das Wort "*kamma*" auf etwas völlig anderes. Es bezieht sich auf Handlung. Eine schlechte Handlung wird als "schwarzes *kamma*" bezeichnet, eine gute Tat als "weißes *kamma*". Dann gibt es auch noch eine andere bemerkenswerte Art von *kamma*, das weder schwarz noch weiß ist; ein *kamma*, das dazu dient, die anderen beiden zu neutralisieren. Unglücklicherweise wird diese dritte Art umso weniger verstanden, je mehr die Leute davon hören. Die dritte Art *kamma* besteht in der Erkenntnis von "Nicht-Selbst" (*anattā*) und "Leerheit" (*suññatā*), um damit das "Selbst" auszulöschen. Diese Art von Handlung können wir das buddhistische *kamma* nennen, das wahre *kamma*, die Art von *kamma*, die der Buddha lehrte. Der Buddha lehrte die Transzendenz jeglichen *kammas*.

Die meisten Menschen interessieren sich nur für schwarzes *kamma* und weißes *kamma*, für schlechtes und für gutes *kamma*. Sie haben kein Interesse an dieser dritten Art von *kamma*, welches weder schwarz noch weiß, weder gut noch schlecht ist. Dieses *kamma* besteht in der völligen Befreiung von der "Selbstheit" und führt zur Erlangung von Nibbāna. Es löscht alle Arten von gutem und schlechtem *kamma* aus.

Die Menschen begreifen die Methode der völligen Auslöschung von *kamma* nicht. Sie wissen nicht, daß der Weg allem *kamma* ein Ende zu bereiten, diese spezielle Art von *kamma* ist, die darin besteht die Methode des Buddha anzuwenden. Diese Methode ist nichts anderes, als der Edle Achtfache Pfad. Das Praktizieren des Edlen Achtfachen Pfades ist *kamma* - weder schwarz noch weiß - und es ist das Ende allen *kammas*.

Dies ist die Bedeutung von "*kamma*" in der Dhamma-Sprache. Es unterscheidet sich sehr vom Verständnis unreifer Menschen.

## Zuflucht

Betrachten wir nun das Wort "Zuflucht" oder "Stütze" (*saraṇa*). In der Umgangssprache ist eine Zuflucht oder eine Stütze, eine Person oder ein Ding, außerhalb von uns selbst und etwas anderes als ich selbst, wovon man Hilfe erwartet. Beispielsweise vertraut man auf den Chef, auf einen Geist, auf einen Talisman oder einen Schutzengel. Baut man auf irgendjemand oder irgendetwas anderes als auf die eigene Person, dann bezeichnet man dies in der Umgangssprache als "Zuflucht" oder "Stütze".

Die "Zuflucht" im Sinne der Dhamma-Sprache kann ein Mensch nur in sich selbst finden. Sogar wenn wir davon sprechen, unsere Zuflucht zu Buddha, Dhamma und Sangha zu nehmen, so meinen wir in Wahrheit damit, zu dem

Buddha, dem Dhamma und dem Sangha Zuflucht zu nehmen, der in uns selbst, in unserem eigenen Geist zu finden ist. Nur dann können sie uns eine wirkliche Zuflucht sein. Die Zuflucht liegt in uns selbst. Es sind unsere eigenen Bemühungen, die den Buddha, den Dhamma und den Sangha in unserem Geist entstehen lassen. In der Dhamma-Sprache ist der Mensch also seine eigene Zuflucht - sie ist nicht außerhalb von uns zu finden.

## Herz des Buddhismus

Dies führt uns nun zu dem Ausdruck "Herz, Kern oder Essenz des Buddhismus". In Diskussionen über den Kern des Buddhismus werden die befremdlichsten Ansichten vertreten. Manche Kreise zitieren diese oder jene bekannte Formel, wie z.B. VI-SU-PA<sup>8</sup>, die für Tipitaka steht. Diese Art von "Kern" ist Umgangssprache. Dumme Menschen ohne wahre Kenntnis des Dhamma, leiern einfach einige Pali Wörter oder das eine oder andere Klischee herunter und behaupten, dies sei die Essenz des Buddhismus. Das Herz des Buddhismus im Verständnis der Dhamma-Sprache, so wie es vom Buddha selbst dargelegt wurde, ist die Erkenntnis, daß nichts, was immer es auch sei, ergriffen und festgehalten werden sollte: „*Sabbe dhammā nalam abhinivesya.*“

Nichts, was immer es auch sei, sollte als "Ich" oder "Mein" ergriffen und festgehalten werden. Das ist der Kern des Buddhismus, wie er in der Dhamma-Sprache, der Sprache Buddhas verstanden wird. Jeder, der auf der Suche nach der Essenz der buddhistischen Lehre ist, soll sich vorsehen, die "Essenz" nicht im Sinne der Umgangssprache aufzufassen, denn dies ist die Sprache der Menschen, die nichts vom Dhamma wissen. Eine derartige "Essenz" wäre einfach nur lächerlich und kindisch.

Was ich bisher sagte, sollte bereits ausreichen, um einzusehen, daß ein einziges Wort zwei verschiedene Bedeutungen haben kann. Ein intelligenter Mensch mit Unterscheidungsvermögen wird im Stande sein, beide in Erwägung zu ziehen. „Der weise und aufmerksame Mann ist mit beiden Arten des Sprechens vertraut.“ "Beide Arten des Sprechens" bedeutet, beide der möglichen Bedeutungen eines Wortes zu erwägen: In einem Falle die Bedeutung des Wortes in der Umgangssprache und im anderen Falle die Bedeutung des gleichen Wortes in der Dhamma-Sprache.

Die Worte, die wir bisher betrachtet haben, sind relativ "hochgestellte Begriffe". Wenden wir uns nun bodenständigeren Begriffen zu und ich möchte mich gleich dafür entschuldigen, falls manche Wörter etwas simpel erscheinen.

---

<sup>8</sup> VI, SU und PA stehen für Vinaya, Sutta und Paramattha (=Abhidhamma), den drei Körben des Tipitaka. Derartige Abkürzungen werden immer noch gern als Hilfsmittel zum Auswendiglernen von Dhamma-Themen benutzt. Durch den Einfluß des Mantrayana werden sie jedoch von vielen als magische Formeln angesehen. Jede Abkürzung wird als "Herz" oder "Essenz" eines bestimmten Themas bezeichnet.



## Essen

Nehmen wir uns nun das Wort "essen" vor.

In der Umgangssprache bedeutet "essen" die Aufnahme von Nahrung durch den Mund. In der Dhamma-Sprache jedoch "ißt" man mit den Augen, den Ohren, der Nase, der Zunge, dem Körper oder mit dem Geist.

Denkt darüber nach! Worauf bezieht sich hier das Wort "essen"? Die Augen sehen Formen, die Ohren hören Töne, die Nase nimmt Gerüche wahr, usw.; dies nennt man "essen" mit den Augen, den Ohren, der Nase, usw.. Das ist Dhamma-Sprache. Beispielsweise nutzt man in Pāli und Sanskrit gewöhnlich das Wort *kāmabhogī*, um eine Person zu bezeichnen, die sich völlig den Sinnesgenüssen hingibt. Wörtlich bedeutet *kāmabhogī* "Sinnlichkeits-Esser".

Der Ausdruck "eine Frau essen" klingt sehr merkwürdig. Jedoch war dies in Pāli und Sanskrit ein sehr geläufiger Ausdruck. Eine Frau zu essen - darunter verstand man nicht, sie zu rauben, zu töten, zu kochen und zu verspeisen. Dieser Ausdruck bezog sich auf den Geschlechtsverkehr mit einer Frau. Sich allen Sinnesgenüssen hinzugeben - in diesem Sinne ist die Bedeutung des Wortes "essen" auch in der Dhamma-Sprache zu verstehen.

Wiederum wurde das Pāli Wort *nibbhogo* (Nicht-Esser) auf den Buddha und die Arahants angewandt, da sie nicht länger an Farben, Formen, Tönen, Gerüchen, Geschmäckern, Tastobjekten oder geistigen Vorstellungen hafteten. Sie standen über der sechsfachen Verstrickung in Sinnesobjekte und waren daher Menschen, die "nichts mehr zu essen" brauchten. Macht euch bitte mit der breiten Anwendung dieses Wortes "essen" in der Dhamma-Sprache vertraut. Es wird euch dann leichter fallen, die tiefgründigeren Aspekte der Lehre zu verstehen.

## Schlafen

Jetzt das Wort "schlafen". Wenn wir dieses Wort im Sinne von „sich wie eine Katze oder ein Hund hinlegen und schlafen“ benutzen, so sprechen wir in der Umgangssprache. In der Dhamma-Sprache bezieht sich dieses Wort jedoch auf Ignoranz (*avijjā*). Selbst wenn jemand mit weit geöffneten Augen aufrecht dasitzt, er aber die wahre Natur der Dinge nicht begreift, so kann man von dieser Person sagen, sie schläft. Dies ist die Bedeutung von "schlafen" in der Dhamma-Sprache. Im Nicht-Wissen um die wahre Natur der Dinge zu leben, ist "schlafen", ganz gleich welche Körperhaltung man einnimmt.

## Wach

Nehmen wir im Gegensatz dazu das Wort "wach". Unter "wach sein" versteht man normalerweise den Zustand nach dem Erwachen vom Schlaf. In der Dhamma-Sprache jedoch bedeutet dieses Wort, immer achtsam und völlig geistesgegenwärtig zu sein. Diese Verfassung, ganz gleich, ob man dabei

physisch schläft oder wach ist, läßt sich als "wach" bezeichnen. Eine Person, welche konstante Achtsamkeit (*satipaṭṭhāna*) praktiziert, ist immer klar bewußt. Selbst, wenn sie sich zum Schlafen niederlegt, wird sie im Moment des Erwachens sofort wieder klar bewußt sein. Wenn sie wach ist, ist sie wach, und wenn sie schläft, so ist sie auch "wach". Das heißt "wach sein" in der Dhamma-Sprache.

## Spielen

Nun zum Wort "spielen". In der Umgangssprache bedeutet das Wort "spielen", sich wie ein Kind mit Spiel, Sport, Lachen und Spaß zu unterhalten. In der Dhamma-Sprache hingegen bedeutet dieses Wort, Freude im Dhamma zu finden, sich am Dhamma zu erfreuen. Mit dem Glücksgefühl zu "spielen", das mit den tieferen Stufen der Sammlung (*jhāna*) auftritt, nannte man in der Pāli-Sprache "*jhānakila*" (Konzentrationsspiele). Das ist das "Spiel" der *ariya* (*Edlen*), der in der Übung Fortgeschrittenen.

## Engel

Das Wort "Engel"<sup>9</sup> bezeichnet in der Umgangssprache die außergewöhnlich schönen, weiblichen Himmelsbewohner. Sie sind die personifizierte Schönheit. In der Dhamma-Sprache jedoch wird Schönheit auf den Buddha-Dhamma bezogen. Meist wird dieser auf den Dhamma in Büchern reduziert, gemeint ist hier aber jegliche Form des Dhamma, denn jegliche Form des Dhamma ist schön im Anfang, schön in der Mitte und schön am Ende.

## Weiblich und Männlich

Laßt uns nun die Worte "weiblich" und "männlich" betrachten. In der Umgangssprache, der weltlichen Sprache, beziehen sich diese Worte auf die Geschlechter. In der Dhamma-Sprache aber beziehen sie sich auf die unterschiedlichen Merkmale und Pflichten, die den Menschen von der Natur zugewiesen wurden. Pflichten die in Zusammenarbeit, in einer Partnerschaft, ausgeführt werden müssen. "Weiblich" und "männlich" hat in diesem Sinne nichts mit dem Austausch erotischer Genüsse zu tun. Vielmehr weisen diese Worte darauf hin, daß es Menschen in der Welt geben muß, daß die Art nicht aussterben darf. Die menschliche Spezies muß durch die Erfüllung der

---

<sup>9</sup> Thai: nang-faa, wrtl.: Blaue Frau = Himmels-Frau, ein Synonym für höchste Schönheit.

Reproduktionspflicht so lange erhalten werden, bis die Menschheit das höchste Dhamma - Nibbāna - realisiert hat.<sup>10</sup>

Die Pflichten, die sich aus dieser Notwendigkeit ergeben, müssen zwischen Frau und Mann aufgeteilt werden. Sie helfen sich gegenseitig ihre Last zu tragen, indem sie ihre täglichen Verpflichtungen, ihre tägliche Arbeit teilen. Arbeit, die wenn richtig ausgeführt, Dhammapraxis ist.

Das versteht man in der Dhamma-Sprache unter "weiblich" und "männlich". Wir sollten dabei nicht einfach nur an instinktive tierische Verhaltensweisen denken. Vielmehr sollten wir die Geschlechtsmerkmale als Zeichen für die Aufteilung von Pflichten, die nur in Kooperation korrekt ausgeführt werden können, auffassen.

## Heirat

Das bringt uns zu dem Wort "Heirat". In der Umgangssprache versteht jeder unter diesem Begriff die Zeremonie, die einen Mann und eine Frau, entsprechend der sozialen Gebräuche, miteinander verbindet. In Pāli ist das Wort für Heirat "*samarasa*", was man übersetzen kann als, "den gleichen (*sama*) Geschmack, Aroma, Pflicht oder die gleiche Funktion (*rasa*) haben".

In der Dhamma-Sprache hat dies die Bedeutung, daß zwei Menschen mit den richtigen Wünschen und Bedürfnissen, durch Dhamma oder im Dhamma miteinander vereint sind. Körperlicher Kontakt ist dabei unnötig, auch wenn es andere Formen des Kontakts geben kann, wie etwa einen Briefkontakt. Im Sinne der Dhamma-Sprache ist "Heirat" möglich, auch wenn die beiden sich nie berühren. Sie sind verheiratet, weil sie die gleichen Wünsche und Verantwortlichkeiten haben. So wollen beispielsweise beide *dukkha* transzendieren und wenden hierfür die gleichen Prinzipien in der Übung an. Beide sind zufrieden mit der gemeinsamen Übung und den daraus erwachsenden Früchten, die sie sich gegenseitig wünschen. Das heißt, "den gleichen Geschmack haben" (*samarasa*). Die Wortbedeutungen in der Dhamma-Sprache sind immer so sauber und rein wie in diesem Beispiel.

## Vater und Mutter

Betrachten wir nun die Worte "Vater" und "Mutter". In der Umgangssprache bezieht sich dieser Begriff auf die zwei Menschen, die für unsere Geburt verantwortlich sind. In der tieferen Bedeutung der Dhamma-Sprache jedoch ist Nicht-Wissen (*avijjā*) unser Vater und Verlangen (*taṇhā*) unsere "Mutter". Man muß sie töten und vollständig beseitigen.

Der Buddha sagte: „*Mātaraṃ pitaraṃ hantvā akataññūsi brāhmaṇa.*“

---

<sup>10</sup> Ajahn Buddhadasa sagte, daß uns die Natur mit angenehmen Gefühlen beim Sex besticht, damit wir diese Pflicht erfüllen.

„Sei undankbar! Töte den Vater, töte die Mutter, und du wirst Nibbāna erreichen.“<sup>11</sup>

Der für unsere "Geburt" Verantwortliche ist unser "Vater", - Ignoranz oder Nicht-Wissen -; unsere "Mutter", ebenso verantwortlich für unsere Geburt, ist das Begehren. Den Worten "Vater" und "Mutter" wurde durch den Buddha diese höhere Bedeutung in der Dhamma-Sprache gegeben. So verstanden müssen diese "Eltern" (*avijjā* und *tanhā*) getötet, völlig vernichtet werden, bevor Nibbāna verwirklicht werden kann.

## Freund

In der Umgangssprache bedeutet das Wort "Freund" ein Kamerad, jemand, der Dinge tut die uns erfreuen. In der Dhamma-Sprache bezieht sich das Wort "Freund" oder "Kamerad" auf den Dhamma selbst, insbesondere auf jenen Aspekt des Dhamma, der es uns ermöglicht, uns von *dukkha* zu befreien. Der Buddha sprach ausdrücklich vom Edlen Achtfachen Pfad als "dem besten Freund" (*kalyanamitta*) der Menschheit, In der Dhamma-Sprache steht das Wort "Freund" für den "Edlen Achtfachen Pfad" - von der rechten Ansicht bis zur rechten Sammlung.

## Feind

In der Umgangssprache wird mit dem Wort "Feind" jemand bezeichnet, den wir hassen und der uns Schaden zufügen will. Aber im Sinne der Dhamma-Sprache versteht man unter dem Wort "Feind" unseren eigenen fehlgeleiteten Geist. Nicht ein Wesen außerhalb von uns selbst, sondern unser eigener, falsch ausgerichteter Geist ist unser wahrer Feind.

Der "Feind", an den der gewöhnliche Mensch denkt, ist der "Feind" im Sinne der Umgangssprache. Im Gegensatz hierzu ist der "Feind" im Sinne der Dhamma-Sprache unser eigener, falsch eingesetzter Geist. Dieser "Feind" ist gegenwärtig sobald eine falsche Ausrichtung des Geistes erfolgt. Er wird in und durch unseren Geist geboren. Ist der Geist wohlausgerichtet und im Dhamma gefestigt, so erlischt der Feind, und der Freund tritt an seine Stelle.

## Verdorben

Was ist ein "verdorbenes, übelriechendes Ding"? In der Umgangssprache mag man damit einen verfaulten Fisch oder etwas Ähnliches bezeichnen. In der

---

<sup>11</sup> Siehe Dhammapada 294: „Hat Vater, Mutter er erschlagen, dazu zwei Adelskönige (Vernichtungsglaube & Ewigkeitsglaube), samt dem Gefolge (Lust und Gier) und dem Volk (Sinnesfähigkeiten und Objekte), zieht leidlos hin der Heilige.“ Ähnlich Dhp 295.

Dhamma-Sprache hat dies jedoch eine völlig andere Bedeutung. Der Buddha bezeichnet die geistigen Befleckungen (*kilesa*) als "verdorbene, übelriechende Dinge". Zum Beispiel sind Geiz, Egozentrik und Besessenheit von der Vorstellung "Ich" und "Mein", verdorbene, übelriechende Dinge.

All diese Wörter, die wir näher betrachtet haben, sind nichts als vollkommen gewöhnliche Wörter, die ich herausgegriffen habe, um euch den Unterschied zwischen der Umgangs- und der Dhamma-Sprache vor Augen zu führen. Wenn ihr alles nochmals überdenkt, so werdet ihr feststellen, daß dieser Unterschied der Grund ist, warum wir den Buddha-Dhamma nicht verstehen. Wir verstehen diese höchste und tiefgründigste Lehre nicht, weil uns ganz einfach die Kenntnisse der Dhamma-Sprache fehlen. Wir verstehen nur die Umgangssprache und sind daher unfähig, die Sprache der *ariya* zu erfassen.

## Lachen

Der Buddha sagte einmal: „Lachen ist das Verhalten eines Säuglings in seiner Wiege.“ Denkt darüber nach! Wir lieben es, herzlich zu lachen, obwohl dies dem Verhalten eines kleinen Kindes in seiner Wiege gleicht. Es ist uns nicht einmal peinlich, wir lieben es. Wir lachen einfach lauthals oder brüllen vor Freude.

Warum sagte der Buddha also, lachen ist das Verhalten eines Säuglings in seiner Wiege? Stellt euch ein kleines Kind in seiner Wiege vor, wie es dort liegt, gluckst und euch angrinst.

Das Lachen der Heiligen ist anders. Sie lachen über alle bedingt entstandenen Dinge (*sankhāra*), die nicht dauerhaft, sondern veränderlich, unbefriedigend und "Nicht-Selbst" sind. Weil sie wissen, können sie über bedingt Entstandenes, ebenso wie über das Verlangen danach, lachen, denn diese Dinge können ihnen nicht länger Schaden. Dies ist die rechte Art zu lachen, eine Art, die Bedeutung und Wert besitzt.

## Singen

Betrachten wir nun das Wort "singen". Der Gesang, der aus dem Radio klingt ist, als ob jemand weint. Die *ariya* ordnen "Singen" in die gleiche Kategorie, wie Weinen ein. Der Gesang erfordert die gleiche Bewegung des Mundes, des Halses, der Stimmbänder und der Zunge, wie das Weinen.

Handelt es sich jedoch um wahren Gesang, der "Gesang der *ariya*", so ist dieser ein Lobgesang der Freude darüber, den Dhamma geschaut zu haben. Er kündigt vom Dhamma und drückt Befriedigung im Dhamma aus. Das ist wahres "Singen".

## Tanzen

Dazu paßt auch das Wort "Tanzen". Menschen machen besondere Anstrengungen, um Tanzen zu erlernen und achten darauf, daß auch ihre Söhne und Töchter es erlernen, und sie geben hierfür viel Geld aus.

Die *ariya* dagegen betrachten das Tanzen als die Possen von Verrückten. Das könnt ihr selbst sehen, wenn ihr einmal einen Vergleich anstellt. Keine geistig gesunde Person würde aufstehen und tanzen! Es wurde berechnet, daß jemand zu mindestens zu 15% verrückt sein muß, um sein Schamgefühl zu überwinden und zu tanzen.

Der Tanz der *ariya* ist *dhammanandi*. Sie "tanzen" und verspotten die Herzenstrübungen und verkünden ihre Befreiung, Sie sind nicht länger an Händen und Füßen gebunden. Sie können tanzen, da sie nicht länger durch Anhaften gefesselt sind. In dieser Weise "tanzen" die *ariya*.<sup>12</sup>

## Blindheit

Überlegt einmal, wenn wir nur mit der Umgangssprache vertraut sind, so ist es unmöglich, diese Art zu sprechen zu verstehen.

Der Weise spricht: „Der Vogel sieht den Himmel nicht“, und der Dumme glaubt das nicht. Warum kann ein Vogel den Himmel nicht sehen? Weil er im Himmel fliegt. Der Weise spricht: „Der Fisch sieht das Wasser nicht“, und wiederum glaubt es der Dumme nicht. Es kam ihm niemals in den Sinn, daß ein Fisch, der im Wasser lebt und ständig mit Wasser im Kontakt ist, es nicht sehen kann. Der Fisch weiß nichts über Wasser. Ebenso kann ein Wurm, der ständig in der Erde wühlt, sie nicht sehen. Ein Wurm, der im Misthaufen lebt, ist in ihm geboren, wird in ihm sterben und wird ihn gleichfalls nie erkennen.

Und schließlich spricht der Weise: „Der Mensch sieht die Welt nicht“. Ein Mensch, der in der Welt lebt und sich in ihr bewegt, kann sie doch nicht sehen. Würde er die Welt wirklich sehen, so würde er nicht in ihr verhaftet bleiben. Er würde sich aus dieser Welt befreien und in Dhamma verweilen. Ein Mensch, der bis über den Kopf in der Welt feststeckt, wie ein Wurm im Misthaufen, kennt nur die weltliche Umgangssprache. Er weiß nichts von der Dhamma-Sprache und so kann er den Dhamma nicht verstehen.

---

<sup>12</sup> A III, 108: "Als Geheul, ihr Mönche, gilt in der Ordenszucht des Heiligen das Singen, als Wahnsinn das Tanzen, als kindisch das unpassende Lachen mit aufgerissenem Munde. Darum ist das Singen und Tanzen eine Verletzung der Ordnung. Seid ihr über Dinge erfreut, so genüge euch ein bloßes Lächeln."

## Nirgendwo hingehen

Hier ist noch ein gutes Beispiel der Dhamma-Sprache: „Gehen und gehen und niemals ankommen.“ Der durchschnittliche Mensch wird die Bedeutung nicht verstehen. Hier hat "gehen" die Bedeutung von "sich etwas wünschen und danach suchen". "Nie ankommen" bezieht sich auf den Frieden, auf Nibbāna, das unerreichbar bleibt. Nibbāna wird durch "Nichtwünschen", "Nichtbegehren", durch "Nichthoffen" oder "Sich-nicht-danach-sehnen" erreicht. Es besteht also keine Notwendigkeit irgendwohin zu gehen.

Gehen und gehen und niemals ankommen. Wollen und wollen und niemals erlangen. Je mehr wir wünschen, dieses oder jenes zu sein, dieses oder jenes zu haben umso unerreichbarer wird es. Alles, was wir tun müssen, ist, das Wünschen aufgeben und wir werden unmittelbar Fülle erfahren.

## Stille

In der Dhamma-Sprache sagt man: „Reden ist nicht laut; Stille ist laut“. Das bedeutet, daß ein gut konzentrierter, stiller und ruhiger Geist die Stimme des Dhamma hören wird. Wiederum wird gesagt: „Die Dinge, über die gesprochen werden kann, sind nicht der wahre Dhamma; über den wahren Dhamma kann nichts gesagt werden.“

Alles, worüber ich bisher sprach, ist noch immer nicht der wahre Dhamma, noch immer nicht die "höchste Wahrheit". Meine Worte sind nichts weiter als ein Versuch zu erklären, wie man den wahren Dhamma erreichen und verstehen kann. Über den wahren Dhamma kann nicht gesprochen werden. Je mehr wir über den Dhamma sprechen, umso weiter entfernt er sich von uns. Das einzige, worüber wir sprechen können, ist die Methode, die uns weiter führt, die uns sagt, was wir tun müssen, um zum wahren, zum wirklichen Dhamma zu gelangen. Es ist daher das Beste zu schweigen.

Bei dieser Erkenntnis angelangt, wollen wir unsere Diskussion über den Unterschied zwischen der Umgangssprache und der Dhamma-Sprache beenden. Ich schlage vor, ihr denkt darüber nach, ob ihr mit mir übereinstimmen könnt, worin der Grund zu suchen ist, daß wir den Dhamma nicht verstehen.

Manche von uns haben Lehrgesprächen, Vorträgen und Darlegungen vom Dhamma seit zehn, zwanzig und mehr Jahren gelauscht. Warum also verstehen wir den Dhamma immer noch nicht, sehen ihn nicht, sind noch nicht in ihn eingedrungen? Wir verstehen ihn nicht, weil wir ganz einfach nicht in der rechten Weise zuhören. Und warum hören wir nicht richtig zu? Weil wir nur die Umgangssprache und nicht die Dhamma-Sprache beherrschen. Wir hören die Dhamma-Sprache und verstehen sie im Sinne der Umgangssprache. Wir sind wie jene einfältigen Menschen, die das Wort "Leerheit" in der Bedeutung der Umgangssprache verstehen, die Dhamma-Bedeutung übersehen und alle möglichen unsinnigen Behauptungen zu diesem Thema aufstellen.

Dies sind die bedauerlichen Folgen, wenn man nicht mit dem Sprachgebrauch der Umgangs- sowie der Dhamma-Sprache vertraut ist. Dann fehlt die Fähigkeit zur Unterscheidung, jene Qualität, die der Buddha meint, als er sagte:

*Appamatto ubho atthe adhigaṇhāti paṇḍito,  
Diṭṭhe dhamma ca yo attho, yo ca 'ttho samparāyiko  
Atthābhisamayādhiro paṇḍito ti pavuccati*

“Der weise und aufmerksame Mann ist mit beiden Arten des Sprechens vertraut: Der Bedeutung, die von gewöhnlichen Menschen verstanden wird und der Bedeutung, die sie nicht verstehen können. Wer die unterschiedlichen Arten zu sprechen fließend beherrscht ist ein weiser Mann.“



## INNEN UND AUSSEN

Es gibt eine Angelegenheit, die äußerst wichtig ist, bei der aber die meisten Menschen dazu neigen, sie als unwesentlich zu betrachten oder als zu schwierig um sich damit zu befassen. Es handelt sich hierbei um die "Schau nach innen", das genaue Beobachten aller inneren Vorgänge.

Die Dinge nicht in der richtigen Weise zu betrachten, kann zu einer Verständnisbarriere werden. Wenn etwa zwei Personen uneins sind, weil einer von ihnen versäumt hat, ein Problem von einem bestimmten wichtigen Standpunkt aus zu betrachten und daher nicht in der Lage ist, das Argument des anderen zu verstehen. Meinungsverschiedenheiten entstehen gewöhnlich dadurch, daß zwei Parteien eine bestimmte Sache auf unterschiedliche Weise betrachten.

Auch um die Lehre des Buddha verstehen zu können, ist es wesentlich, daß wir nach innen schauen. Der Buddha beschäftigte sich ausschließlich mit Dingen im Inneren und seine Lehre ist ein Bericht davon, was zu sehen ist, wenn wir nach innen blicken. Die Lehre vom Leiden (*dukkha*) ist wichtig - als eine der Vier Edlen Wahrheiten, als ein Glied in der Kette der bedingten Entstehung (*paticca-samuppada*) und in anderen Zusammenhängen, die alle ausschließlich das Leid in uns betreffen. Wenn wir nicht versuchen nach innen zu schauen, wie der Buddha es tat, dann haben wir nur geringe Aussichten, den Buddha-Dhamma zu verstehen. Infolgedessen ist es diese Angelegenheit meines Erachtens nach wert, einer genauen Untersuchung unterzogen zu werden.

Da das innere Leben zu betrachten alles ist, worum es sich beim Dhamma dreht, müssen wir nach innen blicken, wenn wir unser Leben mit dem Dhamma in Einklang bringen wollen. Dhamma aber richtig zu verstehen ist eine Frage der genauen Beobachtung der relevanten Aspekte unseres inneren Lebens.

Manche ältere Menschen sagen vielleicht, daß diese Sache zu komplex ist und wir sie lieber nicht besprechen sollten. Sie haben den Eindruck, daß junge Menschen zur Innenschau nicht fähig sind. Weil sie selbst niemals nach innen blicken würden, schließen sie daraus, daß auch junge Menschen dies nicht tun würden. Aber mit solchen Vorstellungen und Gerede brauchen wir uns gar nicht zu befassen. Wir müssen uns nur darum kümmern, wie wir zum rechten Verständnis, der wichtigsten Sache von Allen, nämlich Dhamma, kommen.

Es ist wichtig, darauf hinzuweisen, daß, gerade wenn über Dhamma gesprochen wird, man oft auf zwei verschiedene Ausdrucksweisen trifft. Eine wird benutzt, wenn von Personen, ihren Angelegenheiten, von materiellen Dingen oder von der weltlichen Seite des Lebens die Rede ist: das wird "Alltags-Sprache" oder "Umgangssprache" genannt. Die andere wird benutzt, wenn über den Geist, über Dhamma und über das "Innere" gesprochen wird: das wird "Dhamma-Sprache"

genannt. Nehmen wir zum Beispiel "Māra", den Versucher, den buddhistischen Satan. Wenn wir dabei an eine Art Dämon denken, der auf einem Elefanten oder Pferd reitet und eine Lanze oder ein Schwert trägt, dann bedienen wir uns der Umgangssprache. Denken wir aber bei dem Wort "Māra" an die äußerst gefährlichen und destruktiven Dinge, die geistigen Befleckungen wie Verblendung, Gier und Haß - dann gebrauchen wir die Dhamma-Sprache. Wenn ihr keine Innenschau übt, dann werdet ihr Dhamma und die Dhamma-Sprache niemals verstehen, sondern ausschließlich die Umgangssprache. Folglich könnte es sogar sein, sofern ihr besonders stark verblendet seid, daß ihr ein Opfer der Propaganda werden könntet, die euch glauben machen will, daß ihr durch das Erwirken von Verdiensten in den Himmel gelangen werdet oder durch das Sammeln selbiger den Schlingen Maras entgeht.

Wenn ihr euch jedoch darin übt, die Dinge in der rechten Weise zu betrachten und zur Wahrheit der Dhamma-Sprache vordringt, so werdet ihr zu einem Kenner der Wahrheit und keiner kann euch mehr täuschen.

Warum sprechen wir eigentlich von "Innen" und "Außen"? Ich nehme an, daß ihr das schon versteht. Ich glaube nicht, daß man euch erst ausführlich erklären muß, daß alle Dinge diese zwei Seiten haben, eine Innenseite und eine Außenseite. Es gibt in der Philosophie ein Wort, das auch in der Umgangssprache gebraucht wird, das Wort Quintessenz.

"Quint" bedeutet "fünfte"; "Essenz" bedeutet "grundlegende Natur", "das Wesentliche". Quintessenz heißt also "fünfte Essenz". Die Philosophen sprechen von fünf Essenzen. Den vier äußeren, den Elementen Erde, Wasser, Feuer und Luft. Die fünfte Essenz jedoch ist weder Erde, noch Wasser, noch Feuer noch Luft, sondern etwas Innerliches, nämlich Bewusstsein, die geistige Seite der Dinge. Es ist dieses fünfte Element oder diese fünfte Essenz, für die wir uns interessieren müssen und zu deren rechten und umfassenden Verständnis wir gelangen müssen.

Ich sollte darauf hinweisen, daß der Buddhismus noch eine sechste Essenz, ein sechstes Element kennt. Die ersten vier Elemente sind Erde, Wasser, Feuer und Luft, das fünfte ist der Geist oder das Bewußtseins-Element (*viññāna-dhātu*). Das sechste Element ist "Leerheit" (*suññatā-dhātu*). Es wird manchmal auch "Element des Abgekühltseins" (*Nibbāna-dhātu*) genannt. Die fünfte und sechste Essenz, Geist und Leerheit, nennen wir das "Innere".

Die Innenschau von der wir sprechen, bedeutet also das Betrachten des Geistes, das Beobachten der "Ich" und "Mein" Vorstellungen, den Ursachen für Gutes und Schlechtes in Bezug auf gedankliches, sprachliches und körperliches Handeln. Was die sechste Essenz betrifft, so ist sie der Zustand, welcher leer von "Ich" und "Mein" ist, leer von der Vorstellung ein "Ich" zu sein oder zu einem "Ich" zu gehören. Mit anderen Worten, es handelt sich um einen Zustand, der leer von allen Befleckungen ist und der durch korrektes Nach-Innen-Schauen

realisiert wird. Von Befleckungen frei zu sein, heißt auch frei zu sein von Leid und frei von allen Dingen, die Leid (*dukkha*) bedingen.

Diese sechs Dinge als Elemente anzusehen ist völlig berechtigt, jedoch wird dem normalen Weltmenschen diese Einteilung merkwürdig erscheinen, weil er lediglich die traditionellen Elemente Erde, Wasser, Feuer und Luft oder die Elemente der modernen Chemie kennt. Er sieht Geist und Leerheit nicht als Elemente an und sobald er hört, daß ihr von ihnen als Elementen spricht, wird er wahrscheinlich das Interesse daran verlieren. Das Wort "Element" (*dhātu*), wie es hier gebraucht wird, bezieht sich einfach auf Dinge, die wirklich existieren, die erfahrbar sind. Die äußeren Dinge existieren wirklich im Außen und die inneren Dinge, auch wenn man sie nicht sehen kann, existieren ebenfalls. Deshalb sind sie eben zu den Essenzen, Prinzipien, Elementen oder Potentialen zu zählen, aus denen alle Dinge zusammengesetzt sind.

Es dürfte das Verständnis der *dhātus* etwas erleichtern, wenn wir noch eine andere Einteilung erwähnen. Bei der Besprechung buddhistischer Prinzipien wird oft festgestellt, daß es letztlich nur drei Elemente gibt: das Form-Element, das Formlose-Element und das Erlöschungs-Element (*nīpa-*, *anīpa-*, *nirodha-dhātu*). Bei diesen drei Begriffen bezieht sich der erste, das "Form-Element", auf die physischen Elemente, welche eine eigenständige körperliche Ausdehnung haben, die gesehen, gerochen oder gefühlt werden können. Zusammen bilden sie das Form-Element. Das zweite, das "Formlose-Element", bezieht sich auf Dinge, welchen diese Art Form fehlt, die aber dennoch wirkliche Existenz besitzen, Dinge die nur durch den Geist erkannt werden können, ganz einfach deshalb, weil sie selbst dem Geist entstammen. Das dritte, das "Erlöschungs-Element", hat ebenfalls reale Existenz, diese besteht jedoch im Erlöschen der anderen Elemente. Wenn die beiden erstgenannten Elemente (Form und Formlosigkeit) dieses Element erreichen, werden sie ausgelöscht; sie verlieren ihre Bedeutung, es ist, als gäbe es sie überhaupt nicht. Man kann von diesem Erlöschungs-Element also weder sagen, daß es Form hat, noch daß es formlos sei; es überschreitet beide Aspekte, weil es sowohl jenseits von Form, als auch von Formlosigkeit ist. Daher nannte es der Buddha das Erlöschungs-Element, Nibbāna-Element oder auch Leerheits-Element. Der klarste Begriff ist aber "Erlöschungs-Element".

Bitte merkt euch diese erweiterte Bedeutung des Begriffes "Element". Er bedeutet hier weitaus mehr, als der in der physikalischen Wissenschaft gebräuchliche, wo er lediglich die Zustände von Materie und Energie bzw. die chemischen Elemente umfasst. Die Elemente der modernen Wissenschaft sind alle im Form-Element enthalten. Was die beiden anderen Elemente, das Formlose- und das Erlöschungs-Element betrifft, so habt ihr wohl noch nie darüber nachgedacht, von ihnen gehört oder bemerkt, daß sie überhaupt existieren.

Die Erläuterung der Lehre des Buddha zu diesem Thema, wird euch sicherlich klüger machen, da sie euch die Existenz gewisser verborgener Dinge erkennen lässt. Diese Dinge sind uns zwar verborgen, sie waren jedoch denjenigen offenbar, die Erleuchtung erlangt hatten, insbesondere dem Buddha selbst. Das bedeutet, daß für den Buddha das Formlose-Element und das Erlöschungs-Element gewöhnliche, vertraute Begriffe waren, leicht zu verstehen und nicht besonders tiefgründig. Er wußte über sie Bescheid, so wie wir über Erde, Wasser, Feuer und Luft oder über die rund einhundert chemischen Elemente, welche die modernen Forscher entdeckt haben, Bescheid wissen. Für uns ist es also erforderlich, einen neuen, viel feineren, theoretischen Rahmen zu schaffen, in welchem der Begriff "Element" eine breitere Bedeutung erhält. Die weniger offensichtlichen Elemente sind nur wahrnehmbar, erkennbar und von uns begreifbar, sofern wir nach innen schauen. Das wiederum verhilft uns dazu, die Lehre des Buddha zu verstehen, jenes Meisters der Innenschau.

Es ist absolut wesentlich, daß unsere Forschungen und Studien auf soliden buddhistischen Prinzipien beruhen. Wir können Buddhismus nicht einfach so studieren, wie es uns gerade passt, entsprechend unserer Vorlieben und Abneigungen. Würden wir darauf bestehen, wäre das Resultat recht dürftig, wir würden viel Zeit verschwenden und müssten am Ende den Versuch ganz einfach aufgeben. Es würde daraus kein wirklicher Gewinn erstehen. Ich rufe euch also dazu auf - ja ich flehe euch regelrecht an - Innenschau zu üben und das Innere zu studieren, damit ihr allmählich zu einem immer tieferen und tieferen Verständnis des fünften und sechsten Elementes gelangt.

## **Objektivität – Subjektivität**

Diese Schau nach innen kann mit den Begriffen zweier Worte der Umgangssprache erklärt werden, die zugleich Begriffe in der Sprache der Philosophie sind: Die beiden Antonyme "Objektivität" und "Subjektivität". Der Ausdruck "Objektivität" bezieht sich, genau genommen darauf, die Dinge aus rein physischer, materieller Perspektive zu betrachten. Man sieht also nur die Dinge, auf die eingewirkt wird. "Subjektivität" bezieht sich auf den Zustand der eintritt, wenn wir geistige Dinge beobachten oder erfahren, wenn wir die Perspektive des Handelnden einnehmen. Wir müssen diese Begriffe klar definieren. Die objektive Seite ist die physische Seite, die Welt der Objekte, die behandelt werden. Die subjektive Seite ist die mentale Seite, die Welt des Geistes, des Handelnden.

Das wird alles viel klarer, wenn wir uns an die ursprüngliche Bedeutung der Pali Begriffe halten. Das Wort "*citta*", der Geist oder die subjektive Seite, heißt wörtlich "Erbauer", "Tuender", oder "Wissender". "*Rūpa*", die physische oder objektive Seite hingegen ist, "das, was erbaut wird", "das, was leicht zerbrochen oder zerstört wird", "das, was gewußt wird", oder "das, worauf eingewirkt wird".

Was wir tun müssen, ist, uns darin zu üben, die subjektive Seite, den Geist, zu betrachten. Wir müssen mehr auf den Handelnden als auf das Behandelte schauen. Törichterweise nur auf die objektive Seite zu schauen, hieße den Handelnden außen vor zu lassen. Dadurch würde man zum Sklaven und Diener der Objekte. Im Gegensatz dazu, heißt der subjektiven Seite, dem Geist, dem Tuenden, Beachtung zu schenken, zum Herrn zu werden und die Oberhand zu gewinnen. Stellt ihr euch auf die Objekt-Seite, so seid ihr der passiv Erleidende; stellt ihr euch hingegen auf die Subjekt-Seite, so seid ihr der aktiv Handelnde. Es ist also wesentlich, daß wir uns darin üben, jener Seite Aufmerksamkeit zu schenken, die uns in die vorteilhaftere Position bringt, die uns die Oberhand verschafft - auf die subjektive Seite. Dies ist der Nutzen der Innenschau.

Seit dem Tag unserer Geburt mangelt es uns an rechter geistiger Schulung, sowohl im Dhamma als auch in der Philosophie. Bis heute hat man es zugelassen, daß wir im Materialismus versinken, uns in physische Dinge vernarren und nur die Objekt-Seite der Dinge sehen. Es ist als hätte man uns verweigert, die andere, höhere Seite der Dinge zu betrachten. Einfach in der alten Weise weiterzumachen, kann aber nichts bringen. Wir müssen also einen neuen Entschluß fassen, künftig alles als Gewinner zu sehen und nicht länger als Verlierer. Daher ist es wesentlich, daß wir uns darin üben, die subjektive Seite der Dinge zu betrachten, bis wir fähig sind, das innere Geschehen dazu zu bringen, sich uns in aller Klarheit zu enthüllen anstatt wie bisher rätselhaft zu bleiben.

## **Schale und Kern**

Die Betrachtung des Äußeren und die Innenschau sind genaue Gegensätze. Andererseits gehören das Außen und das Innen aber zusammen und sind untrennbar, weil die inneren Dinge von den äußeren Dingen abhängig sind. Der Körper zum Beispiel, ist die Basis oder der Wohnort des Geistes; insofern hängt der Geist vom Körper ab. Körper und Geist sind untrennbar miteinander verbunden und dennoch können wir sie als Äußeres, bzw. als Inneres unterscheiden.

Nehmen wir zur Verdeutlichung ein Beispiel aus dem Alltag. Es ist wie bei einer Frucht, die außen eine Schale hat und innen einen Kern. Betrachten wir nur das Äußere, so sehen wir lediglich die ungenießbare Schale. Schauen wir aber ins Innere, finden wir den essbaren Kern. Wenn wir die Schale nicht vom Kern unterscheiden können, können wir die Frucht nicht essen.

Es ist also von großem Nutzen, das Innere vom Äußeren unterscheiden zu können und sich dann dem Inneren zuzuwenden. Der Blick nach innen ist wesentlich - laßt uns aber dabei nicht so weit gehen, eine negative, abfällige Haltung dem Außen gegenüber zu entwickeln. Das wäre ein ebenso schwerer

Irrtum, wie das Ignorieren des Inneren. Wie auch bei der Frucht, müssen wir immer den Wert der äußeren Schale erkennen. Hätte die Frucht keine Schale, gäbe es keinen Kern. Ohne die Schale könnte die Frucht keinen Samen oder Kern hervorbringen und könnte sich dementsprechend nie hin, zu einem essbaren und nützlichen Stadium entwickeln. Die Schale ist also wichtig, aber es wäre doch recht bedauerlich zu denken, das sei schon alles.

Wenn jemand nur die Schale sieht, ist er der Sklave äußerer Objekte; blickt er jedoch nach innen, so wird er zum Herrn. Die Sinnesobjekte - all die Formen, Töne, Gerüche, Geschmäcke und Tastempfindungen, die es gibt, sind die Welt. Solange dem Geist gestattet wird, achtlos, mit nach außen gerichtetem Blick umherzuwandern, wird er davon dominiert, überwältigt und gleichsam an der Nase herumgeführt. Sobald der Geist sich aber abwendet und nach innen schaut, wird er frei, kann nicht mehr an der Nase herumgeführt werden und erlangt einen Zustand völliger Freiheit von allem Leid und aller Qual.

Auf das Außen zu schauen, hindert uns daran Dhamma zu verstehen, der Blick nach innen ermöglicht uns ein Verständnis des Dhamma. Denkt immer an diesen Gegensatz. Warum aber muß das so sein? Ganz einfach deshalb, weil das Dhamma mit dem Inneren zu tun hat, vom Äußeren jedoch verborgen wird. Ich meine damit, daß Dhamma eine Wahrheit ist, die so schwer zu sehen ist, als wäre sie versteckt. Dhamma wird also vom Äußeren verdeckt, und da wir nur Kenntnis vom Außen haben, gelingt es uns nicht, das Innen zu erkennen - das ist unsere Unwissenheit. Um es ganz klar zu sagen, wir sind getäuscht, genarrt, dickschädelig, dumm, weltlich und schwerfällig. In der Dhamma-Sprache wird dieser Zustand einfach Verblendung (*avijjā*) genannt.

Aufgrund dessen ist Dhamma für uns die verborgene Wahrheit aller Dinge; sie ist das Innerste aller Dinge.

Wir könnten auch sagen, daß die Vorstellung von "Ich" und "Mein" nicht ausgelöscht werden kann, wenn man nach Außen blickt, sondern nur durch die Innenschau. Und warum? Wieder etwas vereinfacht gesagt, weil "Ich" und "Mein" außerordentlich gut versteckt sind, ganz tief drinnen, wo wir sie nicht sehen können, wenn wir nicht wissen, wie sie zu entdecken sind. Wenn wir uns aber in der Innenschau üben und die vom Buddha gelehrt Methode anwenden, dann wird sich uns die Abhängigkeit von "Ich" und "Mein" so deutlich darstellen, wie es auch mit äußeren Dingen der Fall ist. Die Innenschau wird in aller Klarheit enthüllen, daß alleinig "Ich" und "Mein" die Ursache unseres chronischen Leidens sind. "Ich" und "Mein" müssen also durch Anwendung der richtigen Technik abgetötet werden - zum Beispiel, indem man sie aushungert, bis sie welken und von selbst sterben, so wie wilde Tiere, die ohne Futter eingesperrt werden.

## Materialismus – Idealismus

Wir könnten noch weiter gehen und folgendes herausstellen, nach Außen zu schauen heißt: im Materialismus verhaftet zu sein, während nach innen zu blicken bedeutet: den Weg des Idealismus<sup>13</sup> zu gehen. Nach außen zu schauen ist, so gesehen, reiner Materialismus und bringt unvermeidlich die Früchte des Materialismus hervor - nämlich, endlose Versklavung an materielle Dinge und endlose Probleme. Deswegen ist unsere moderne Welt voller Krisen. Egal, wer wen bekämpft, jede Seite kämpft für den Materialismus. Jede Seite mag sich dabei an ihre spezielle Variante des Materialismus halten - sei es ein gröberer, extremer, vollständig durchdringender Materialismus oder eine verfeinerte Art, ein subtiler, feiner, vielleicht kaum wahrnehmbarer Materialismus - dennoch sind alle gleichermaßen in den Materialismus vernarrt.

Um die gegenwärtigen Krisen in der Welt zu beheben, gibt es absolut keinen anderen Weg, als daß jeweils beide Seiten ihre wahnwitzige Besessenheit vom Materialismus aufgeben und sich um mehr Idealismus bemühen. Wir müssen das Eine verstehen, was mit dem Materialismus nichts gemein hat und das höchste Ideal darstellt. Wir brauchen einen nach innen gewandten, spirituellen Idealismus, dann wird es nicht nötig sein, Krieg als ungesetzlich zu erklären. Die Menschen werden ganz von selbst zu kämpfen aufhören und nach dem wahren Glück suchen, das ohne Verlust an Fleisch und Blut und ohne materiellen Aufwand zu finden ist. Die Menschen werden im äußersten Glück leben, in einem wahren Zeitalter der Aufklärung. Seht euch an, was es kostet, nur nach außen zu blicken und welchen Wert die Schau nach innen bietet. Erweckt in Euch das Interesse an der Innenschau, dem einzig richtigen Weg um Dhamma, um Buddhismus zu durchdringen.

Wenn einige unter euch den Materialismus schon jetzt verabscheuen und den Idealismus wertschätzen, so sollten sie die Innenschau nach buddhistischen Prinzipien ausüben und ich garantiere, daß daraus reiner Gewinn erwächst. Ich kann da nicht für andere Religionen sprechen, obwohl sie vielleicht gleiche Prinzipien haben. Im Moment sprechen wir nur vom Buddhismus und betonen nachdrücklich, daß das buddhistische Ideal überhaupt nichts mit materiellen Dingen zu tun hat. Es steht weit über materiellen Dingen. Es ist überweltlich, jenseits dieser Welt, jenseits von Materialismus. In die Welt vernarrt sein ist die Essenz des Materialismus, wir aber sollten immer über die Welt hinaus blicken.

---

<sup>13</sup> Ajahn Buddhadasas eigener Gebrauch dieses Begriffs ist charakteristisch dafür wie er Thai- und Pali-Worten neue Bedeutungsinhalte verleiht.

## Reichtum

In diesen Zusammenhang passen zwei Worte, denen wir in den Schriften häufig begegnen. Sie beschreiben zwei Arten von Reichtum: Den Reichtum des Weltmenschen, äußeren Reichtum, und den Reichtum eines erwachten Wesens, inneren Reichtum. Wir brauchen darüber gar nicht viel sagen. Juwelen, Ringe, Silber, Gold, Land, Felder, Elefanten, Pferde, Vieh, Büffel, Ruhm und Macht - ihr wißt recht gut, daß all dies äußerer Reichtum ist, der Reichtum des Weltmenschen. Was den inneren Reichtum betrifft, so ist Dhamma der edle Besitz erwachter Wesen - das, was das Erlöschen des Leids (*dukkha*) herbeiführt. Der äußerliche Reichtum der Weltmenschen besteht aus materiellen Dingen, von denen wir uns betören lassen; der innere Reichtum erwachter Wesen kann nur mit einem äußerst verfeinerten Geist wahrgenommen werden, der fähig ist tief ins Innere zu schauen.

Der relative Wert dieser zwei Arten von Reichtum wurde schon oft beschrieben, wir werden also nur ein Beispiel anführen. Äußerer Reichtum ist kein Teil von uns und gehört uns nicht wirklich. Er kann gestohlen werden, durch Feuer zerstört werden und anderen Katastrophen zum Opfer fallen; er ist nie wirklich unser. Und was noch schlimmer ist, äußerer Reichtum hat das Potential uns zu schaden. Er wendet sich häufig gegen uns, schafft Schwierigkeiten und bringt uns in Notlagen. Im Gegensatz dazu ist der innere Reichtum erwachter Wesen von all diesen schlechten Eigenschaften frei. Er schadet nie. Er bringt Menschen nicht zum Weinen, aber wahrscheinlich auch nicht zum Lachen, denn Weinen und Lachen bringen uns beide außer Atem und sind nichts im Vergleich zu Freiheit, Leerheit und Gleichmut. Der Reichtum des Erwachens bringt nur Stille und Kühle. Das ist alles! Wir müssen Achtsamkeit und Weisheit (*sati-paññā*) nutzen, um durch das Äußere zum Inneren vorzudringen. Dann werden wir diese spezielle Art des Reichtums gewinnen, jenes Reichtums, der für die Anhänger des buddhistischen Weges so einzigartig ist.

## Krankheit

Lasst uns jetzt über die zwei Seiten der Krankheit reden. Jemand, der nur das Äußere sieht, wird lediglich mit Krankheit körperlicher Art vertraut sein: mit körperlichen Gebrechen, Leiden, Schmerzen und Qualen. Er fürchtet sich vor ihnen und sie rauben ihm oft den Schlaf. Der Existenz nicht-körperlicher Krankheit, mentaler Störungen, die weit gefährlicher sind als physische Störungen, ist er sich jedoch gar nicht bewußt. Darüber hinaus ist er sich auch der Tatsache nicht bewußt, daß Erkrankungen des Körpers tatsächlich häufig durch mentale Störungen bedingt sind. Wenn eine Person an einer geistigen Störung leidet, so neigt sie dazu auch ein körperliches Leiden zu entwickeln. Gewisse Beschwerden des Verdauungstrakts zum Beispiel, die ein weitverbreitetes Problem darstellen, werden von Ärzten und medizinischer Forschung als das



Resultat anhaltender Angst oder geistiger Belastung erkannt. Immer wenn sich Angst erhebt, wird die Blutzufuhr zu den Gedärmen unzureichend, als Resultat des erhöhten Bedarfes eines angespannten, gestörten Gehirns. Infolgedessen entsteht auch in den Därmen eine Störung. Ihr habt vielleicht schon selber beobachtet, wenn ihr euch über etwas sehr aufregt, dann bekommt ihr so starke Bauchschmerzen, daß sie euch davon abhalten etwas zu essen. Es könnte schlecht ausgehen, wenn ihr euch in diesem Zustand zum Essen zwingen würdet, weil die Därme dann die Nahrung nicht richtig aufnehmen können.

Geistige Leiden äußern sich zuerst in Form von Angst. Diese Angst wird ganz einfach durch irrige Ideen und falsche Ansichten bezüglich der Dinge dieser Welt hervorgerufen. Diese falschen Ansichten bringen einen dazu, die Dinge auf eine Weise zu ergreifen und sich daran zu klammern, daß Angst und geistige Krankheit hervorgerufen werden und letztlich auch körperliche Erkrankung. Sobald die geistige Kondition geschwächt wird, verringert sich auch die Kraft des Körpers Infekten zu widerstehen, so daß sogar eine geringfügige Infektion zu einer ernsthaften Erkrankung führen kann. Wenn wir völlig frei von mentalen Störungen sind, wenn wir einen starken, gesunden Geist haben, so wie Yogis (Asketen) und Munis (Schweigende), die im Wald leben, dann bleibt es sogar ohne Wirkung, einer ganz beträchtlichen Infektion ausgesetzt zu sein. Die Abwehrkraft ist der Infektion ebenbürtig, so daß keine Krankheit entsteht und kein Heilmittel benötigt wird. Stärke und Wohlbefinden des Geistes sind also die Grundlage für die Abwehrkraft gegenüber körperlicher Erkrankung. Wir sollten den Zusammenhang zwischen physischen und mentalen Störungen näher betrachten, weil nämlich Dhamma die einzige Medizin ist, welche erforderlich ist und das Einzige was benötigt wird um geistige Störungen völlig zu kontrollieren. Mit Dhamma ließen sich neunundneunzig Prozent der physischen Krankheiten auslöschen. Wir sehen, daß Menschen die dem Dhamma gemäß leben, so wie Rishis (Weise) und Munis, stark und gesund sind und keine Krankheit kennen. Wenn wir ein langes Leben wollen, sollten auch wir so leben.<sup>14</sup>

## Glück

Wenn wir das Thema Glück betrachten, finden wir einen weiteren nützlichen Vergleich. In den Texten werden zwei Arten von Glück erwähnt. Eine davon, *ghanissitasukha* genannt, ist jene, die man im häuslichen Leben findet, die Art von Glück, welche vom Leben in einer Familie herrührt. Das ist äußeres Glück, wie es uns wohl vertraut ist. Im Gegensatz dazu steht eine Art, genannt *nekkhammanissitasukha*, was wörtlich heißt, "das Glück welches entsteht, wenn man das Hausleben verlässt". Dies bezieht sich auf ein geistiges Hinter-sich-

---

<sup>14</sup> Ajahn Buddhādāsa spielt hier ein bißchen mit dem Aberglauben der Thailänder, die Yogis, Rishis und Munis, Wunderkräfte und sehr lange Lebenszeit zuordnen.

lassen, auf einen Geisteszustand, in welchem es die Vorstellung "mein Heim" nicht mehr gibt. Das ist alles was dazu erforderlich ist; das ist alles was wir benötigen um das Glück zu erreichen, das durch die Aufgabe des häuslichen Lebens entsteht.

Sogar ein alter Mann, der kaum noch umhergehen kann und die ganze Zeit zu Hause bleiben muß, kann dieses Glück erreichen, wenn ihm diese Dhamma-Ebene bekannt ist. Das ist so, weil der Ausdruck "das häusliche Leben verlassen" sich auf ein geistiges Verlassen bezieht. Es ist ein "Hinausziehen" in einen Zustand, in welchem der Geist die Weltlichkeit transzendiert und darüber hinaus geht. Ein Mensch, der im Hause lebt, kann das Glück erfahren, welches das häusliche Leben bietet. Er kann aber auch jenes Glück erfahren, das aus dem Aufgeben des häuslichen Lebens erwächst, vorausgesetzt, er ist zur Innenschau fähig und wendet die Technik und Methoden des Dhamma an.

Das Glück des Haus-Lebens wird *lokiya-sukha* genannt, weltliches Glück. Das Glück welches über das häusliche Glück hinaus geht, nennt man *lokuttara-sukha*, transzendentes Glück. Alles hängt vom Zustand des Geistes ab. Ist der Geist eines Menschen dieser Welt zugeneigt, so kann er sich im Kloster oder im Walde aufhalten und dennoch nichts anderes erreichen, als das Glück häuslichen Lebens. Dieser Mensch sehnt sich eben noch nach weltlichem Glück und kämpft als würde sein Geist versuchen, einem Käfig zu entweichen und ins traute Heim zurückzukehren. Das Einzige was da helfen kann ist, daß der Geist befähigt wird nach innen zu schauen.

Egal, wo wir uns befinden, liegt es in unserer Macht, über und jenseits der Welt, sowie über und jenseits der Häuslichkeit zu verweilen, einfach indem wir ins Innere blicken. Das ist alles! Wenn ihr darüber nachdenkt, werdet ihr sehen, daß da ein gewaltiger Gewinn zu erzielen ist. Denn ohne irgendetwas investieren zu müssen, wird uns diese besondere Art von Glück zuteil. Wie der Buddha sagte: „*Laddhā mudhā nibbutiṃ bhuñjamānā*“. Dieser Satz heißt, daß Nibbāna nichts kostet, es ist umsonst und wir müssen dafür nicht bezahlen. Alles was wir tun müssen ist "wegwerfen". Werft einfach alles weg und Nibbāna ersteht. Das bedeutet ganz einfach einen geistigen Status zu entwickeln, der hoch genug ist, um nicht mit der Welt verhaftet zu bleiben. Das ist alles was zu tun ist. Werft die Welt restlos weg und Nibbāna ist da. Wir müssen nichts dazu tun und wir müssen nichts investieren. Wir müssen nur losgelöst und leer sein. Lebt richtig und Nibbāna kommt von selbst.

Die Gefahr der immer nur nach außen gerichteten Aufmerksamkeit besteht darin, daß wir ein verzerrtes Bild der Dinge bekommen: Wir sehen eine Schlange und denken es sei nur ein Fisch. Jemand der nach Innen schaut, sieht alle Dinge richtig, ihrer wahren Natur gemäß; er sieht alle Dinge, wie sie wirklich sind. Er erkennt eine Schlange als Schlange und einen Fisch als Fisch. Eine Person die

eine Schlange für einen Fisch hält, wird wahrscheinlich versuchen diesen aufzuheben und wir wissen, wie gefährlich das sein kann. Eine andere Art das auszudrücken zeigt die Redensart, „ein gezacktes Rad für eine Lotusblume halten“.<sup>15</sup> Die Bedeutung ist die gleiche, wie bei Fisch und Schlange, nur ist die Gefahr dabei größer. Es gibt da die Geschichte eines Mannes, der einen Dämonen erblickte, welcher auf seinem Kopf ein gezacktes Rad hatte, von welchem aus Blut nach allen Seiten spritzte. Er hielt das Rad für eine Lotusblume und bat darum, es auf seinen Kopf setzen zu dürfen. Mit diesen Beispielen wollen wir sagen, daß manche Leute alle Objekte auf die falsche Weise betrachten und so Sklaven jener Objekte werden, wodurch sie schlechter dran sind, als wenn sie im Gefängnis säßen oder Höllenqualen erlitten.

Was es zu erkennen gilt ist zunächst der Unterschied zwischen dem Blick nach außen und dem nach innen und danach die Bedeutung der Innenschau, damit sich der Geist von allen Dingen befreien kann.

Nun wollen wir uns ansehen, wie wir in die Irre gehen und uns unkorrekt verhalten. Dazu wollen wir Buddha, Dhamma und Sangha betrachten - Himmel und Hölle, Nibbāna, Religion dann Schönheit, Güte, Wahrheit, Gerechtigkeit und so weiter; all die Dinge also, welche wir bewundern und nach denen wir streben. Laßt uns sehen, wie wir dazu stehen und ob wir uns so verhalten wie wir es tun sollten oder eben nicht.

## Dreifache Zuflucht

Wir wenden uns als erstes dem Thema Buddha, Dhamma und Sangha zu. Ein Narr hält das für sehr einfach. Es scheint ihm so leicht, wie das Schälen und Verzehren einer Banane. Er rezitiert ganz einfach:

*Buddhaṃ saraṇaṃ gacchami*

*Dhammaṃ saraṇaṃ gacchami*

*Sanghaṃ saraṇaṃ gacchami*

Ich nehme Zuflucht zum Buddha

Ich nehme Zuflucht zum Dhamma

Ich nehme Zuflucht zum Sangha

Und schon hat er sie: Buddha, Dhamma und Sangha.

Diese bloßen Worte aber sind natürlich überhaupt nicht der Buddha, der Dhamma und der Sangha. Was der Narr darunter versteht ist lediglich die äußere Schale oder etwas noch Oberflächlicheres.

---

<sup>15</sup> Das gezackte Rad ist eine gefährliche, herumwirbelnde Scheibe mit scharfen Zähnen, wie ein rotierendes Sägeblatt. Der Sinn der Redensart ist also, etwas Böses und Gefährliches für gut und schön zu halten.

Angenommen wir möchten den "Buddha" sehen oder ihn erreichen. Wenn also jemand nach Außen blickt, dann identifiziert er vielleicht ein Buddha-Bildnis mit dem Buddha - das ist Irrglaube. Oder er denkt womöglich an das mitfühlende Menschenwesen, das vor über zweitausend Jahren in Gestalt des Buddha in Indien lebte, auch das ist ein Irrtum. Der Buddha hat diese Art der Unwissenheit scharf verurteilt. Er sagte: „Den Dhamma zu sehen, heißt den Buddha zu sehen; den Buddha zu sehen, heißt den Dhamma zu sehen.“ Um den Buddha zu sehen, genügte es schon damals nicht nur seinen physischen Körper zu sehen. Selbst unter den Zeitgenossen des Buddha, Menschen die direkt in der gleichen Stadt, Kapilavastu, geboren waren und ihn umhergehen sahen, gab es sehr viele, die niemals den wirklichen Buddha erblickten. Sie sahen nur die äußere Schale, erkannten aber den wirklichen Buddha nicht. Das ist der Grund, warum viele Leute zu Feinden des Buddha wurden und danach strebten ihm zu schaden.

Zum Feind des Buddha zu werden ist das unglückliche Ergebnis einer falschen Betrachtungsweise der Dinge. Das trifft auf viele von uns zu, wir geben unsere falschen Ansichten an unsere Kinder weiter und an jene, die weniger wissen als wir.

Sollten wir also den Buddha in einer Buddhastatue suchen? Oder in der Körperlichkeit des Mannes, der vor so vielen Jahrhunderten in Indien lebte und umher wanderte? Wir müssen im Zustand der Leerheit nach ihm Ausschau halten, im Zustand des Leer-seins von "Ich" und "Mein", im Zustand vollkommener Reinheit, Erleuchtung und des Friedens, in welchem der Geist des Buddha ständig verweilte. Das bedeutet der Satz: „Dhamma zu sehen, heißt den Buddha zu sehen; den Buddha zu sehen, heißt Dhamma zu sehen.“

Was nun "Dhamma" betrifft, so sind wir, wenn wir nach innen schauen, in der Lage Dhamma wahrzunehmen, als eine Quelle der Freude für den Geist. Blicken wir jedoch nach außen, so verlieren wir uns in den Schriften des Tipitaka (den "drei Körben" buddhistischen Schrifttums); oder im Klang der Gesänge und Predigten der Mönche, der für den Klang des Dhamma gehalten wird; oder in den Riten und Zeremonien - der äußerlichen Darstellung der Dhamma-Praxis. Sogar die Übung der Einsichts-Meditation ist gewöhnlich eine Art Pose. Wir verlieren uns in den Dhamma-Posen und versagen dabei, zum Dhamma selbst durchzudringen. Das ergeht vielen Leuten so. Wie gut gelingt es uns wirklich zum Dhamma vorzudringen? Die Essenz des Dhamma, der wirkliche Dhamma, ist der Zustand der Freiheit von "Ich" und "Mein", der Zustand völliger Reinheit, der Erleuchtung und des Friedens, also identisch mit dem geistigen Zustand, welchen der Buddha selbst verwirklichte.

Wenn wir beim Betrachten des "Sangha", nach außen blicken, so wird dieser von Menschen gebildet. Der Sohn oder der Enkel von jemand, in diesem oder jenem Kloster ordiniert, mit diesem oder jenem Titel. Noch schlimmer wäre es, nur das gelbe Tuch zu sehen und dies mit dem Sangha gleichzustellen. Es gibt Leute, die

in gelbe Roben gekleidete Menschen als den (wahren) Sangha ansehen. Das ist zwar nur die Schale, aber es sind nicht wenige, die sich daran klammern. Manche hegen zum Beispiel, gegen bestimmte Mönche eine Abneigung und behaupten dann, der ganze Sangha sei ebenso wie diese. Das ist reine Ignoranz und es ist die schlimmste Form der Verleumdung gegen den Sangha, denn der Sangha darf nicht mit gelben Roben gleichgesetzt werden oder mit Leuten, die als Mönche ordinieren. Der wahre Sangha ist identisch mit der Essenz des Dhamma, jenem Dhamma, der im Geist des Buddha existiert: Der Zustand der Freiheit von "Ich" und "Mein", der Zustand der völligen Reinheit, der Erleuchtung und des Friedens - völlig frei von Befleckungen.

Jeder also, der diesen tiefen Blick getan und die echte Wahrheit hinter den Dingen wahrgenommen hat, weiß, daß der wirkliche Buddha, Dhamma und Sangha nicht drei verschiedene Dinge sind; sie sind vielmehr ein und dasselbe. Äußerlich mag es da drei verschiedene Dinge geben, doch sind diese nur die Schale. Ihr wirklicher Kern und ihre Essenz ist aber der Zustand der Freiheit von Selbstsucht. Das ist es, was wir "Leerheit" nennen.

## **Himmel und Hölle**

"Himmel" und "Hölle" werden gewöhnlich als physische Begriffe verstanden. Die Leute interessieren sich für die Hölle, wie sie an Tempelwänden mit ihren verschiedenen Arten der Folter abgebildet ist. Tatsächlich sind diese ursprünglich nichts anderes, als die rund dreißig Formen der Bestrafungen, wie sie in Indien zur Zeit des Buddha, Kriminellen zuteil wurden. Ihr könnt das in den Geschichtsbüchern nachlesen. Zumindest waren diese Bestrafungen von Verbrechern noch zur Zeit Asokas (ca. 250 v.Chr.) in Gebrauch, so daß die Leute die schlimmsten dieser Bestrafungsarten in ihren Illustrationen der Hölle abbildeten. Das ist die oberflächliche Sichtweise der Hölle. Es ist die Hölle, wie sie von Leuten gesehen wird, die auf das Außen blicken. Einige Leute, die etwas einfühlsamer sind, identifizieren die Hölle mit einem Gefängnis, aber das ist immer noch die Sicht von außen. Sie brennt nicht so im Gemüt, wie es die innere Hölle vermag. Die innere Hölle, das ist Dummheit, Gier und Zorn; Verblendung, Verlangen und Haß; Furcht, Sorge und Angst. Sie bilden eine Hölle, die weit mehr zu fürchten und viel schwerer zu vermeiden ist. Bei der Hölle, die auf den Tempelwänden abgebildet ist, kann man leicht kühn und unbeteiligt tun; wir glauben ganz einfach, daß wir da niemals hineingeraten, was immer wir auch tun könnten. Niemand aber kann bei der wirklichen Hölle, von der ich eben sprach, mutig und unbeteiligt bleiben. Wenn wir nach innen blicken und die Hölle dort wirklich untersuchen, so finden wir, daß sie wahrhaft schrecklich ist. Sie verbrennt uns, ohne Feuer, sie fesselt uns, ohne daß wir es bemerken, sie bindet und umschlingt uns, ohne daß wir davon wissen, oder daß es uns so erscheint. Das ist die wirkliche Hölle, jene Hölle, die wir erblicken, wenn wir nach innen

schauen. Wenn wir das sehen, werden wir uns hektisch und verzweifelt nach einer sicheren Zuflucht umsehen. Diese Zuflucht ist leicht zu finden und ebenso leicht zu verwirklichen. Fahren wir aber töricht damit fort, nur die äußere Hölle zu betrachten, so wird uns ewiglich eine Zuflucht fehlen.

Mit dem Himmel ist es das Gleiche. Der wirkliche Himmel ist Zufriedenheit, der Zustand, in welchem wir mit dem zufrieden sind, was wir bekommen und was wir haben, der Zustand, in welchem wir Dhamma besitzen. Was den Himmel betrifft, der an den Tempelwänden abgebildet ist, so ist das nur ein weiteres Beispiel für die Sucht nach äußeren Formen, Tönen, Gerüchen, Geschmäckern und Berührungen - also die totale Abhängigkeit von Sinnesobjekten. Himmlische Wesen sind klüger als menschliche Wesen und Millionäre haben die Mittel mehr zu bewirken als arme Menschen, wie wir es sind. Aufgrund unseres beschränkten Verständnisses denken wir so auf jeder erreichten Stufe, die Stufe darüber, müsse der Himmel sein. Allerdings ist das alles eine Art von Himmel, wo die Furcht uns verbrennt und eine Art von Glück, von welcher wir gekocht werden, bis wir gar sind. Wir werden gesotten, gegrillt, geröstet und gebacken, bis wir gut durch sind. Daran ist nichts friedvoll und kühl. Zufriedenheit besteht darin zu wissen, wie man durch das, was man besitzt und das, was man bekommt, Befriedigung und Freude erfährt. Dieses Wissen bedeutet echten Reichtum und ist wahrlich ein himmlischer Zustand. Jemand, der nicht weiß, wie er mit dem was er hat und was er bekommt zufrieden sein kann, befindet sich in der Hölle und erleidet beständige Armut. Selbst wenn er Millionär ist, mit hunderten von Millionen auf der Bank, ist er doch der Ärmste der Armen, weil er unter chronischem, unstillbarem Durst nach mehr leidet. Laßt uns also den Himmel nicht am falschen Ort suchen, sondern vielmehr mit Intelligenz und dem rechten Verständnis im Hier und Jetzt.

## **Nibbāna**

Kommen wir jetzt zu dem Wort "Nibbāna". Wir hören häufig alte Leute sagen, daß sie nach dem Tode im Land der Edelsteine oder im Land der Unsterblichkeit wiedergeboren werden möchten. Sie glauben Nibbāna sei ein bestimmter Ort. Sie stellen sich Nibbāna als ein Land der Edelsteine vor, das sieben Ebenen besitzt und so weiter, weil ihnen erzählt wurde, daß es so sei. Zuweilen verwechseln sie Nibbāna mit dem westlichen Paradies der Mahayana-Buddhisten. Manche Leute stellen sich Nibbana dem Himmel ähnlich vor, jedoch noch tausendmal besser. Sie denken, wenn man den Himmel mit zehn, hundert oder tausend multipliziert, dann ist dies Nibbāna. Das aber sind Materialisten, vernarrt in sinnliche Vergnügungen. Das resultiert daraus, wenn Nibbāna ständig mit Begriffen der Äußerlichkeit definiert wird und man es sich objektiv vorstellt. In Wirklichkeit ist Nibbāna, wie schon gesagt, Leerheit, der Inbegriff von Reinheit, Erleuchtung

und Friede, die Abwesenheit jeglicher geistiger Befleckung und allen geistigen Leides.

## Religion

Das bringt uns zu einem anderen Wort, das wir sehr häufig mißverstehen: Das Wort "Religion" (*sāsana*). Im Buddhismus wie auch in anderen Religionen, haben die älteren Leute dabei meist die physische Seite im Sinn. Sie identifizieren Religion mit Tempeln, mit Riten und Zeremonien. Das sind aber alles nur äußere Formen, nur Teile der greifbaren, materiellen Seite. Sie sind nicht die wirkliche Religion, zumindest nicht das, was der Buddha mit *sāsana* meinte. So wie der Buddha dieses Wort gebrauchte, bezog es sich auf drei Dinge: Das Wissen, die Praxis gemäß diesem Wissen, die Reinheit, Klarheit und Ruhe, welche als Frucht aus dieser Praxis erwachsen. In Pali werden sie *pariyati-dhamma*, *paṭipatti-dhamma* und *paṭivedha-dhamma* (Theorie, Praxis und Verwirklichung) genannt, die drei Komponenten von *sāsana*. Das ist die Religion, die wir durchdringen, erreichen und verwirklichen müssen. Und was ich da eben gesagt habe, das ist in einem sehr umfassenden Sinn wahrheitsgemäß - es trifft auf alle Religionen zu.

Wir kommen jetzt zu diversen Themen, einer Auswahl von Begriffen, die uns Menschen sehr viel bedeuten, weil wir sie als unmittelbare Grundlage von Leid und Glück ansehen. Denkt an Schönheit, Güte, Wahrheit und Gerechtigkeit. Was genau ist denn Schönheit? Was ist Güte? Was ist Wahrheit und was Gerechtigkeit?

## Schönheit

Körperliche "Schönheit" ist leicht zu verstehen. Manche Leute verdienen ihren Lebensunterhalt damit und kümmern sich nur um diesen Aspekt der Schönheit. Von diesen Leuten gibt es zwei Sorten: Jene, die selber im Besitz körperlicher Schönheit sind und jene, die kommen um sie bei ihnen zu kaufen. Das ist die Schönheit der Haut und des Fleisches. Dann gibt es Leute, die meinen, daß auch Schönheit darin liegt, wenn man im Besitz von Reichtum ist. Andere wiederum sehen Schönheit in einem hohen Bildungsniveau. Aber diese Formen der Schönheit gehören alle der physischen Art an. Sie sind bloß das, was wir sehen, wenn wir unseren Blick nach außen richten.

Wahre Schönheit ist etwas im Inneren, im Geist. Wenn die Schönheit des Dhamma in einem Menschen gegenwärtig ist, dann ist dieser Mensch schön. Er besitzt die Schönheit des Dhamma in Körper, Sprache und Geist. Das hat überhaupt nichts zu tun mit der äußeren Erscheinung, dem Reichtum oder der Bildung. Obgleich eine Person, die auch noch äußere Schönheit besitzt, dann eben auf beide Arten, äußerlich und innerlich, schön ist. Wenn ihr zwischen

äußerer und innerer Schönheit zu wählen habt, welche werdet ihr nehmen? Denkt darüber nach.

## **Das Gute**

Das "Gute" betreffend, kann sich der Materialist nur vorstellen, daß es darin besteht, daß man etwas bekommt. Dieses oder jenes zu bekommen und es zu "meinem" zu machen, das ist gut und alles andere ist nicht gut. Das wollen wir uns mal ansehen. Wir wollen uns und andere betrachten und schauen, welche Art von Dingen sie und wir als gut ansehen. Wir alle werten doch jene Dinge, die wir bekommen und auch den Vorgang des Bekommens an sich als gut, ist es nicht so? Manche Leute akzeptieren das als gut, was auch alle anderen als gut ansehen. Sie denken sich: „Wenn alle diese oder jene Sache als gut betrachten, wie könnte ich da womöglich anderer Meinung sein? Wie könnte ausgerechnet ich die einzige Person sein, welche eine andere Meinung vertritt?“ Der Buddha hat aber niemals so gedacht. Selbst wenn im ganzen Land keiner mit ihm übereinstimmte, machte er sich nichts daraus. Für ihn mußte das Gute wirklich gut sein. Und das Wahre, letztlich Gute, bestand für ihn in der Freiheit von Kummer, Angst, Leid und Unwissenheit. Das wirklich Gute muß aus Reinheit, Klarheit und Kühle bestehen.

Einige spätere Schulen fügten dieser Definition noch etwas hinzu. Es gab zahlreiche Schulen, die in Mode kamen und dann auch wieder aus der Mode gerieten, gerade so, wie die kurzlebige Kleider-Mode. Jede führte ihre spezielle Vorstellung des Guten ein. Jede war auf eine bestimmte Region beschränkt und hielt sich nur eine kurze Weile. Während einer bestimmten historischen Periode bestand die Ansicht, das Gute wäre dies und in der nächsten Periode dachte man dann, das Gute wäre das. Diese Arten des Guten sind alles nur Täuschungen und Verblendungen; sie sind bloß der Ausdruck der jeweils aktuellen Scheinweisheit.

Was nun das wahre und reine Gute betrifft, das Gute, welches die Menschen in diesem Leben erreichen sollten, so gibt es nichts Höheres, als die Kühle jener Art, wie sie im Dhamma zu finden ist. Dies allein kann zu Recht "das Gute" genannt werden.

## **Wahrheit**

Nun zur "Wahrheit". Jeder von uns hat Augen, Ohren, eine Nase, eine Zunge und einen für Berührung empfindlichen Körper. Alle von uns können also Dinge als wahr einschätzen, dem entsprechend, was uns Augen, Ohren, Nase, Zunge und Körper melden. Wir können materielle Dinge prüfen und untersuchen. Weltliche Wahrheit hängt davon ab, was wir sehen, fühlen oder für wahr halten. Wir werden aber sowohl bezüglich der wahren Natur der Dinge getäuscht als auch



über die Beziehungen von Ursache und Wirkung. Da alles dem Wandel unterworfen ist, so ist das, was in dem einen Augenblick wahr ist, es im nächsten vielleicht schon nicht mehr. Auch die Gesetze der Wissenschaft sind wandelbar, wie die Wissenschaftler nur zu gut wissen. Ein "Gesetz", von dem man zu einem bestimmten Zeitpunkt fest glaubt, daß es wahr ist, erweist sich später als unrichtig und wird verworfen. Das ist so, weil die Wahrheit zu einem bestimmten Zeitpunkt von unserer Fähigkeit sie zu erkennen abhängt, von unseren Möglichkeiten, zu prüfen und zu untersuchen. Dies ist weltliche Wahrheit, die Art von Wahrheit, welche nichts mit Dhamma zu tun hat.

Die Wahrheit die wirklich wahr ist, verändert sich nicht. Beim Erkennen von "Leid", müssen wir das wahre Leid erkennen; "Freiheit von Leid", muß wirkliche Freiheit von Leid sein; die "Ursache des Leids", muß die wahre Ursache des Leids sein und der "Weg zum Verlöschen des Leids", muß der wahre Weg sein und keine falsche Fährte. Diese Wahrheiten sind die ganz speziellen Wahrheiten des Buddha und aller erwachten Wesen. Wir wollen auf diese Weise an Wahrheit denken. Das Ziel von Bildung in jeglicher Form ist es, die Wahrheit zu finden. Der Zweck aller Philosophie ist es, zur Wahrheit zu gelangen. Aber so, wie die Dinge liegen, sind Bildung und Philosophie unvollständig, halbgar und gehen nur den halben Weg. Sie quälen sich ab, ohne Aussicht darauf, die Wahrheit zu finden. Auf der Suche nach Wahrheit wollen wir unsere Aufmerksamkeit auf die wichtigste Frage von allem konzentrieren, nämlich die Frage des Leids (*dukkha*) und des Auslöschens von Leid. Diese Wahrheit zu erkennen, bedeutet an der nützlichsten, wertvollsten und besten Sache angelangt zu sein, die es gibt. Natürlich gibt es zahllose andere Dinge, die wir untersuchen könnten, die uns jedoch nicht entscheidend weiterbringen würden. Daher sagte der Buddha, „Ich lehre nur eines: Leiden und das Verlöschen von Leid.“ Es gab unzählige andere Themen, über die er hätte sprechen können, über die er jedoch Schweigen bewahrte. Vom ersten Tag an sprach er nur von einer Sache, der Nützlichsten von allen: *Dukkha* und dem Ende von *dukkha*.

## Gerechtigkeit

Schließlich kommen wir zu "Recht" oder "Gerechtigkeit". In dieser Welt mag es manchmal zutreffen, daß „Macht vor Recht geht“ oder „der Zweck die Mittel heiligt“. Oder daß die Aussage eines Zeugen, der vielleicht lügt oder sich hinsichtlich der Richtigkeit seiner Aussage täuscht, zur Grundlage von Recht und Gesetz gemacht wird. Dann ist die darauf gründende vermeintliche Gerechtigkeit trügerisch. Wirkliche Gerechtigkeit kann sich nur auf Dhamma gründen. Recht, das auf weltlichen Kriterien fußt, ist eben weltliches Recht; es ist immer nur äußerliches, relatives Recht. Andererseits ist Gerechtigkeit, welche auf Dhamma gegründet ist, von menschlichem Irren völlig unabhängig. Sie ist absolut. Beispiele dafür sind das *kamma*-Gesetz; das Gesetz von Vergänglichkeit, Leid

und Nicht-Selbst; die Wahrheiten vom Leid, der Ursache des Leids, dem Verlöschen des Leids und dem Weg, der zum Verlöschen des Leids führt. Sie sind absolut und vollkommen gerecht. Sie bevorzugen niemand; keiner hat bei ihnen irgendwelche besonderen Privilegien. Sie sind feste Naturgesetze mit absoluter Macht.

Wir wollen also jene Art Gerechtigkeit im Auge behalten, auf die wir uns wirklich verlassen können und machen sie zu unserer Zuflucht. Vertraut nicht zu sehr auf das weltliche Recht, das unbeständig und nur relativ ist. Seid nicht zu sehr dafür oder dagegen, denn weltliches Recht kann nur das sein, was es eben ist, weltlich. Wir mögen manchmal die Sichtweise dieser Art Recht nicht teilen und sie bisweilen überhaupt nicht billigen. So funktioniert die weltliche Gerechtigkeit, sie bewirkt, daß wir uns mal erhoben fühlen und mal zum Weinen gebracht werden. Das ist jedoch eine unerträgliche Situation. Wir brauchen also eine andere Art Gerechtigkeit. Diese finden wir in den Dhamma-Prinzipien, den besten Kriterien für Gerechtigkeit. Wenn wir Dhamma zur Grundlage der Gerechtigkeit nehmen, werden wir von da an für immer in unserem Inneren lächeln können.

## **Magische Glücksbringer**

Da ist noch eine Kleinigkeit, über die ich etwas sagen möchte, etwas über Glücksbringer und Talismane, die hier in Thailand so verbreitet sind. Auch hier gibt es äußerliche und auch innerliche Talismane. Äußerliche Talismane sind solche, welche die Leute um den Hals tragen, auf der Stirn und um die Hüften. Welchen Schutz geben sie wirklich? Wir können uns die Leichen von Ermordeten ansehen und wir werden feststellen, daß sie Talismane trugen. Und wir können Lebende sehen, die großes Leid ertragen müssen, Menschen die von Kummer und Angst verzehrt werden. Und je größer ihr Kummer wird, umso mehr behängen sie sich mit Talismanen, vollführen Rituale und lassen sich mit geweihtem Wasser bespritzen. Aber je mehr sie dies tun, umso mehr wächst ihr Kummer und ihre Angst. Und umso größer wird ihre Verblendung. Das ist also der Nutzen äußerlicher Glücksbringer.

Innerliche Talismane, wirklich buddhistische Talismane hingegen, bewirken das genaue Gegenteil. Jeder, der sich mit den Talismanen Gelassenheit und Kühle wappnet, erreicht sofortige Reinheit, Klarheit und Ruhe. Wenn jemand, auf der höchsten Stufe, den mächtigsten Talisman trägt, so verharrt er in gänzlicher Leerheit, in gänzlicher Freiheit von Belästigung und Ärgernissen aller Art. Das ist die Wirkung der Talismane des Buddha.

Alles, was hier gesagt wurde, erklärt nur die Voraussetzungen und die Merkmale der Innenschau. Ihr müßt selbst entscheiden, ob ihr nach außen oder nach innen

schauen wollt. Welche Art des Schauens ist wichtiger? Wenn wir dem Dhamma, der Religion oder dem Buddha gegenüber loyal sind, so gibt es nichts anderes, als ganz schnell mit der Innenschau zu beginnen. Wir sind von ihm angehalten das Leiden auszulöschen und das muß im Inneren geschehen. Aus diesem Grund gibt es also keine heiligen Gegenstände, heilige Zeremonien, göttliche Kräfte und Personen oder irgendwelche anderen heilige Dinge. Heilig ist allein Dhamma.

Der wahre Dhamma ist Realität. Wir brauchen also nicht einmal von "Heiligkeit" zu sprechen, weil Dhamma die Heiligkeit weit übertrifft. Im Vergleich mit "Dhamma" hat "Heiligkeit" nur sehr geringen Wert. Es ist daher am besten, alle heiligen Gegenstände und heiligen Zeremonien aufzugeben. Wenn man auf heilige Dinge reinfällt, wird man niemals dem wahrlich Heiligen begegnen: Dem Dhamma. Vertrauen in, Abhängigkeit von oder Selbstzufriedenheit mit oberflächlichen, äußeren Dingen, hält uns davon ab, die Essenz im Inneren zu erkennen. Es ist, als würde man nur die bittere Schale einer Mango essen, doch nie das süße Fruchtfleisch. So lernt man niemals die erfrischende Frucht kennen. Und das, obwohl die Natur so nützliche Dinge für uns hervorgebracht und uns mit der Fähigkeit ausgestattet hat, sie zu erkennen.

Das Erkennen der Quintessenz ist eine der Früchte der Innenschau. Das innerste Wesen, die Leerheit zu erkennen ist sogar noch besser. Die Innenschau dringt ins Herz und Zentrum aller Dinge vor. Am Ende steht das Einssein mit der Leerheit - entleert von "Ich" und "Mein".

Das sind die Früchte und der Nutzen des Wissens davon, wie nach innen zu blicken ist. Sie erwachsen aus der Erkenntnis des subjektiven Zustandes, der offenbar wird, wenn wir ins Innere schauen. Für die Innenschau ist eher Aktivität als Passivität charakteristisch und der Aktive ist immer siegreich. Auch wir sollten siegreich sein, auf diese Weise unbesiegt, wie es den Schülern des Buddha angemessen ist. Manchmal wird der Buddha "der Siegreiche" (*jina*) genannt, "der siegreiche Löwe" (*jinasīha*) und "der siegreiche Monarch" (*jinarāja*), denn er siegte über alles. Auch wir können siegreich sein, indem wir seine Methoden anwenden.

# Das Dhamma-Dana-Projekt der BGM:

www.buddhismus-muenchen.de

Das Dhamma-Dana-Projekt der Buddhistischen Gesellschaft München e.V. (BGM), hat sich das Ziel gesetzt, ausgesuchte Dhamma-Literatur in deutscher Übersetzung für ernsthaft Übende zur Verfügung zu stellen. Zudem soll mit dem Material, das die BGM-Studiengruppe erarbeitet hat, das vertiefende Eindringen in die ursprüngliche Lehre Buddhas erleichtert werden.

Diese Veröffentlichungen sind nicht profitorientiert, sondern sollen sich selbst tragen. So finanziert der "Gewinn" eines Buches die Herstellung des nächsten. Alle Dhamma-Dana-Publikationen sind auf Wunsch kostenlos von der BGM zu beziehen oder als free-download unter [www.dhamma-dana.de](http://www.dhamma-dana.de) bereitgestellt. Einige Bücher sind auch über den Buchhandel erhältlich.

Wie lange eine freie Verteilung möglich ist, hängt ganz allein vom Spendenaufkommen ab.

Das Dhamma-Dana-Projekt wurde 2004 von der Familie H. Euler Stiftung „Mahabodhi Buddhistische Begegnungsstätte“ (MBB) als förderungswürdig anerkannt.

---

## Im Buchhandel erhältlich

---

Buddhadāsa Bhikkhu  
**Kernholz des Bodhibaums**  
Suññatā verstehen und leben  
ISBN 3-8311-0028-4

Ñānananda Bhikkhu  
**Der Zauber des Geistes**  
oder Viel Lärm um Nichts  
ISBN 3-8330-0560-2

Buddhadāsa Bhikkhu  
**Ānāpānasati**  
Die sanfte Heilung der spirituellen Krankheit  
ISBN 3-8311-3271-2

R. G. de S. Wettimuny  
**Die Lehre des Buddha und ihre wesentliche Bedeutung**  
ISBN 978-3-8334-9041-5

---

## Nicht im Buchhandel

---

BGM- Studiengruppe  
**Opanayiko**  
Buddhistische Grundstudien

Buddhadāsa Bhikkhu  
**Das buddhistische ABC**  
Dhamma-Prinzipien für kluge Leute

Buddhistisches Waldkloster e.V.:  
Kevali Bhikkhu  
**Vinaya – Die unbekannte Seite der Lehre des Buddha**  
Dazu siehe auch: <http://www.buddhistisches-waldkloster.de/bwk-texte.htm>

Bhikkhu Ñāṇadassana Thera  
**Bhikkhu-Pāṭimokkha**  
Das Hauptregelwerk der buddhistischen Mönche

Buddhadāsa Bhikkhu  
**Buddhismus verstehen und leben**  
Ein Handbuch für die Menschheit

BGM-Studiengruppe  
**Opanayiko II - Ein Lehrer der Tat**  
Ursache und Wirkung des menschlichen Handelns

BGM  
**Die Nicht-Selbst Strategie**  
Eine Sammlung verschiedener Beiträge zum Thema Nicht-Selbst

Ñānananda Bhikkhu  
**Vorstellung und Wirklichkeit**  
In der frühbuddhistischen Gedankenwelt

Viriya  
**Das Fenster öffnen**  
Erläuterungen zu den Paramita in den Suttan

Thanissaro Bhikkhu  
**In den Strom**

Bhikkhu Sujato  
**Die zwei Eilboten**  
Aussagen des Buddha zu Geistesruhe und  
Einsicht

Thanissaro Bhikkhu  
**Meditationen**

---

**Zusätzlich hält das Dhamma-Dana-Projekt eine ganze Reihe von Texten verschiedener Autoren in Heftformen zur freien Verteilung bereit.**

**Zu beziehen über: [dhamma-dana@buddhismus-muenchen.de](mailto:dhamma-dana@buddhismus-muenchen.de)**

---

Alle Bücher, Hefte sowie einzelne Texte können auch kostenlos aus dem Internet heruntergeladen werden: [www.dhamma-dana.de](http://www.dhamma-dana.de)

**Wenn Sie dieses Projekt unterstützen möchten, überweisen Sie Ihre Spende bitte auf dieses Konto:**

BGM, Postbank München, Kto: 296188807, BLZ 70010080

Für Auslandsüberweisungen:

IBAN: DE 33700100800296188807, SWIFT/BIC-Code: PBNKDEFF

## **Notwendigkeit des Studiums**

Buddhist zu sein heißt, Schüler oder Nachfolger des Buddha zu sein. Deshalb sollte er oder sie wissen, was der Lehrer selbst erklärt hat. Sich mit Wissen aus zweiter Hand auf Dauer zufrieden zu geben, ist nicht ausreichend. Vor allem Laienanhänger wissen oft nicht, was der Buddha besonders für sie gelehrt hat und wie sie die Nützlichkeit ihrer Übung überprüfen können.

Man muss den Dhamma gründlich studiert haben, um ihn sinnvoll praktisch umsetzen zu können. Nur so kann sein Reichtum und Wert in seiner ganzen Tiefe wahrgenommen werden. Das Dhamma-Dana-Projekt will hierzu einen Beitrag leisten.

## **Notwendigkeit von Dāna (erwartungsloses Geben)**

Das Dhamma des Buddha ist ein Geschenk für uns und die Gesellschaft, in der wir uns bewegen. In einer Welt beherrscht von Geld und militärischer Macht ringen wir darum, einen Lebenssinn zu finden. Dieses Geschenk des Dhamma ist so viel mehr als Worte, Belehrungen und Meditationsanleitungen.

Dhamma kann nur ein Geschenk sein, denn es kann nur gegeben, nie genommen, werden. Es ist seine Natur, geteilt und recycelt zu werden, und in einem Zyklus der Großherzigkeit zu zirkulieren, statt in einem Kreislauf des Begehrens.

Das Dhamma des Gebens ist das Gegenmittel zu diesem Kreislauf in seinen Manifestationen als Marktwert, Dividende, Gewinnoptimierung und allen anderen Ausdrucksformen der Gier in einer auf Konsum ausgerichteten Gesellschaft.