

# M 18 Der Honigkuchen (Madhupiṇḍika Sutta)

BGM - Studiengruppe 2008

**M 18:** "So habe ich gehört. Einmal hielt sich der Erhabene im Land der Sakyer bei Kapilavatthu in Nigrodhas Park auf.

Als es Morgen war, zog sich da der Erhabene an, nahm seine Schale und äußere Robe und ging um Almosen nach Kapilavatthu hinein. Nachdem er in Kapilavatthu um Almosen umhergegangen war und nach seinem Mahl von seiner Almosenrunde zurückgekehrt war, ging er zum Großen Wald, um den Tag zu verbringen; und als er den Großen Wald betrat, setzte er sich am Fuß eines Bilva-Setzlings nieder, um den Tag zu verbringen.

Auch Daṇḍapāni, der Sakyer, der zum Zwecke körperlicher Ertüchtigung umherging und wanderte, ging zum Großen Wald, und als er den Großen Wald betreten hatte, ging er zu dem Bilva-Setzling, bei dem der Erhabene sich aufhielt, und tauschte Grußformeln mit ihm aus. Nach diesen höflichen und freundlichen Worten, stand er zur Seite, lehnte sich auf seinen Stock und fragte den Erhabenen: "Was für eine Behauptung stellt der Mönch auf, was verkündet er?"<sup>1</sup>

"Freund, ich erkläre und verkünde solch eine Lehre, nach der man mit niemandem in der Welt streitet, der Welt mit ihren Māras und Brahmās, ihren Mönchen und Brahmanen, ihren Prinzen und dem Volk;<sup>2</sup> solch eine Lehre, nach der

---

<sup>1</sup> Daṇḍapāni (Stock-in-der-Hand). Angeblich entweder der Vater der Mutter des Buddha (oder der Frau des Buddha) oder dessen Bruder. Er lief mit einem goldenen Spazierstock durch die Gegend. Daṇḍa heißt aber auch "Stabwaffe" - und es ist eine Vinayaverstoß jemand das Dhamma zu lehren der einen Daṇḍa in der Hand hält.

<sup>2</sup> S 22, 94: "Nicht streite ich mit der Welt, ihr Mönche, sondern die Welt streitet mit mir. Nicht streitet mit irgendeinem in der Welt ein Künder der Lehre.

Wobei man, ihr Mönche, unter den Weisen in der Welt übereinstimmt: 'Das gibt es nicht', davon sage auch ich: 'Das gibt es nicht'. Wobei man, ihr Mönche, unter den Weisen in der Welt übereinstimmt: 'Das gibt es', davon sage auch ich: 'Das gibt es'. Wobei nun, ihr Mönche, stimmt man unter den Weisen in der Welt überein, und wovon sage auch ich: 'Das gibt es nicht'?

Eine unvergängliche, beständige, ewige, unveränderliche Körperlichkeit, die gibt es nicht! Darin stimmt man unter den Weisen in der Welt überein, und davon sage auch ich: 'Das gibt es nicht!' Gefühl, Wahrnehmung, Gestaltungen, Bewußtsein, die unvergänglich sind, beständig, ewig, unveränderlich, die gibt es nicht! Darin stimmt man unter den Weisen in der Welt überein, und davon sage auch ich: 'Das gibt es nicht!' Dieses ist es, wobei man unter den Weisen in der Welt übereinstimmt, und wovon auch ich sage: 'Das gibt es nicht'.

Wobei nun, ihr Mönche, stimmt man unter den Weisen in der Welt überein, und wovon sage auch ich: 'Das gibt es'?

Eine vergängliche, unbeständige, nicht ewige, veränderliche Körperlichkeit, die gibt es. Darin stimmt man unter den Weisen in der Welt überein, und davon sage auch ich: 'Das gibt es'.

Gefühl, Wahrnehmung, Gestaltungen, Bewußtsein, die vergänglich sind, unbeständig, nicht ewig, veränderlich, die gibt es. Darin stimmt man unter den Weisen in der Welt überein, und davon sage auch ich: 'Das gibt es'. Dieses ist es, wobei man unter den Weisen in der Welt übereinstimmt, und wovon auch ich sage: 'Das gibt es'."

Sn 847: "Wer üblen Denkens sich entledigt, für den gibt's keine Fesseln.

Und wer befreit in Weisheit, für den gibt es kein Wähnen.

Die aber übles Denken und Ansicht in sich aufgenommen,

Im Streit zusammenstoßend gehen sie durch die Welt."

Wahrnehmungen jenem Brahmanen nicht mehr zugrunde liegen (*saññā na anusenti*)<sup>3</sup>, der ohne Bindung an Sinnesvergnügen verweilt, ohne Verwirrung, des Kummers entledigt, frei von Begehren nach jeglicher Art von Dasein."

Nach diesen Worten schüttelte Daṇḍapāṇi, der Sakyer, den Kopf, schnalzte mit der Zunge und hob die Brauen, bis seine Stirn in drei Falten lag. Dann ging er davon, wobei er sich auf seinen Stock stützte.

Dann, als es Abend war, erhob sich der Erhabene aus der Meditation und ging zu Nigrodhas Park, wo er sich auf einem für ihn vorbereiteten Sitz niedersetzte und den Bhikkhus erzählte, was vorgefallen war. Da fragte ein bestimmter Bhikkhu den Erhabenen:

"Aber, ehrwürdiger Herr, was ist die Lehre, die der Erhabene verkündet, nach der man mit niemandem in der Welt streitet, der Welt mit ihren Māras und Brahmās, ihren Mönchen und Brahmanen, ihren Prinzen und dem Volk? Und, ehrwürdiger Herr, wie geschieht es, daß Wahrnehmungen jenem Brahmanen nicht mehr zugrunde liegen, der ohne Bindung an Sinnesvergnügen verweilt, ohne Verwirrung, des Kummers entledigt, frei von Begehren nach jeglicher Art von Dasein?"

"Bhikkhu, was die Quelle anbelangt, durch welche Ausbreitung-Wahrnehmung-Vorstellung<sup>4</sup> einen Mann überwältigt: wenn dort nichts gefunden wird, woran man sich ergötzen könnte, was man willkommen heißen könnte und woran man sich festhalten könnte,<sup>5</sup> dann ist dies das Ende der Neigung zur Begierde, der Neigung zur Abneigung, der Neigung zu Ansichten, der Neigung zum Zweifel, der Neigung zum

---

<sup>3</sup> Auch: "Wahrnehmung"en nicht anhaften, verfolgen." KEN: "durch nichts in der Welt aus der Fassung gerät" ... FS: Wahrnehmungen nicht mehr zu Anliegen werden."

M 140: „Bhikkhus, Wahrnehmungen wie „Ich bin“, „Ich bin nicht“, „Ich werde sein“, „Ich werde nicht sein“, „formhaft werde ich sein“, „formlos werde ich sein“, „wahrnehmend werde ich sein“, „nicht-wahrnehmend werde ich sein“, „Ich werde weder-wahrnehmend-noch-nicht-wahrnehmend sein“, sind eine Krankheit, ein Geschwür, ein Pfeil. Mit dem Überschreiten dieser Wahrnehmungen ist man ein Muni.“

<sup>4</sup> *purisam papañca-saññā-saṅkhā samudācaranti.*

PED: *papañca-* Ausbreitung, Vielfältigkeit; auch Hindernis auch Besessenheit, Illusion  
*saññā-* Wahrnehmung, Wiedererkennen

*saṅkhā-* Wort, Name, Bestimmung, Definition (Konzept, Vorstellung, sprachliche Konvention); auch Aufzählung, Bewerten.

*samudācaranti-* auftreten, befallen, bedrängen, überwältigen.

BM: "Konzepte, die von begrifflichem Ausufernden geprägt sind".

BB: "Wahrnehmungen und Vorstellungen die von geistiger Ausbreitung gefärbt sind".

BT: "Wahrnehmungen und Kategorien der Verwicklung".

KEN: "die vielfältigen Wahrnehmungen und Erwägungen".

HH: "der Sonderheit Wahrnehmungen der Reihe nach" oder "Sonderheits-gewahrungs-Aufreihungen".

BÑ: "Betrachtungen charakterisiert durch die geistige Neigung zu ausufernder Begrifflichkeit".

FS: "benannte Reihen von abgesonderten Wahrnehmungen."

<sup>5</sup> HH: Entzücken, Entsprechen, Halt = Synonyme für *upādāna*. "Es gibt da nichts Genießbares, Begrüßenswertes, der Anlehnung Lohnendes."

FS: "Es gibt dabei nichts zum Befriedigen, nichts zum Denken, nichts zum Festhalten."

Dünkel, der Neigung zur Begierde nach Werden, der Neigung zur Unwissenheit<sup>6</sup>; dies ist das Ende des Gebrauchs von Knüppel und Waffe, von Streit, Zank, Streitgesprächen, Anschuldigung, Gehässigkeit und falscher Rede; hier hören diese üblen unheilsamen Zustände ohne Überbleibsel auf."

Das ist es, was der Erhabene sagte. Nach diesen Worten erhob sich der Vollendete von seinem Sitz und ging in seine Unterkunft.

Danach, kurz nachdem der Erhabene gegangen war, erwogen die Bhikkhus: "Nun, Freunde, hat sich der Erhabene von seinem Sitz erhoben und ist in seine Unterkunft gegangen, nachdem er in Kürze eine Zusammenfassung gegeben hat, ohne die Bedeutung im Einzelnen zu erläutern. Wer wird dies jetzt im Einzelnen erläutern?" Dann erwogen sie: "Der ehrwürdige Mahā Kaccāna wird vom Lehrer gepriesen und von seinen weisen Gefährten im heiligen Leben in Wertschätzung gehalten. Er ist fähig, die Bedeutung im Einzelnen zu erläutern. Angenommen, wir gingen zu ihm und fragten ihn nach der Bedeutung von diesem."

Dann gingen die Bhikkhus zum ehrwürdigen Mahā Kaccāna und tauschten Grußformeln mit ihm aus. Nach diesen höflichen und freundlichen Worten setzten sie sich seitlich nieder und sie erzählten ihm, was stattgefunden hatte, und fügten hinzu: "Der ehrwürdige Mahā Kaccāna erläutere es uns."

(Der ehrwürdige Mahā Kaccāna erwiderte:) "Freunde, es ist so, als ob ein Mann, der Kernholz benötigt, Kernholz sucht, sich auf die Suche nach Kernholz macht, dächte, daß Kernholz bei den Ästen und Blättern eines großen Baumes, der voller Kernholz dasteht, zu suchen sei, nachdem er das Wurzelwerk und den Stamm übergangen hatte. Und so ist es mit euch, ehrwürdige Herren, daß ihr denkt, daß ich über die Bedeutung von diesem befragt werden sollte, nachdem ihr den Erhabenen übergangen habt, als ihr dem Lehrer Angesicht zu Angesicht gegenüberstandet. Denn der Erhabene weiß, indem er weiß; er sieht, indem er sieht; er ist das Auge, er ist das Wissen, er ist das Dhamma, er ist Brahma; er ist derjenige, der ausspricht, der verkündet, der Bedeutung erhellt, der das Todlose gibt, der Herr des Dhamma, der Tathāgata. Das war der Zeitpunkt, an dem ihr den Erhabenen nach der Bedeutung hättet fragen sollen. Wie er es euch gesagt hätte, so hättet ihr es euch merken sollen."

"Gewiß, Freund Kaccāna, der Erhabene weiß, indem er weiß; er sieht, indem er sieht; er ist das Auge, er ist das Wissen, er ist das Dhamma, er ist der Heilige; er ist derjenige, der ausspricht, der verkündet, der Bedeutung erhellt, der das Todlose gibt, der Herr des Dhamma, der Tathāgata. Das war der Zeitpunkt, an dem wir den Erhabenen nach der Bedeutung hätten fragen sollen. Wie er es uns gesagt hätte, so hätten wir es uns merken sollen. Doch der ehrwürdige Mahā Kaccāna wird vom Lehrer gepriesen und von seinen weisen Gefährten im heiligen Leben in Wertschätzung gehalten. Der ehrwürdige Mahā Kaccāna ist fähig, die Bedeutung dieser Zusammenfassung im Einzelnen zu erläutern, die vom Erhabenen in Kürze gegeben wurde, ohne die Bedeutung im Einzelnen zu erläutern. Der ehrwürdige Mahā Kaccāna erläutere es uns, ohne es beschwerlich zu finden."

---

<sup>6</sup> A VII, 12: „Zur Überwindung und Ausmerzung von sieben Fixierungen (*anusaya*, Neigungen), ihr Mönche, führt man den Heiligen Wandel. Von welchen sieben Fixierungen? Zur Überwindung und Ausmerzung der Fixierung auf Sinnenlust (*kāma-rāgānusaya*), auf Widerstand (*pathighānusaya*), auf Ansichten (*ditthānusaya*), auf Zweifelsucht (*vicikicchānusaya*), auf Einbildung (*mānānusaya*), auf Lust am Werden (*bhava-rāgānusaya*) und auf Nichtwissen (*avijjānusaya*)."

"Dann hört zu, Freunde, und verfolgt aufmerksam, was ich sagen werde."

"Ja, Freund", erwiderten die Bhikkhus.

Der ehrwürdige Mahā Kaccāna sagte dies:

"Freunde, als sich der Erhabene von seinem Sitz erhob und in seine Unterkunft ging, nachdem er eine Zusammenfassung in Kürze gegeben hatte, ohne die Bedeutung im Einzelnen zu erläutern, nämlich: 'Ihr Bhikkhus, was die Quelle anbelangt, durch welche die Konzepte, die von begrifflichem Ausuferndem geprägt sind, einen Mann bedrängen: wenn dort nichts gefunden wird, woran man sich ergötzen könnte, was man willkommen heißen könnte und woran man sich festhalten könnte, dann ist dies das Ende der Neigung zur Begierde, der Neigung zur Abneigung, der Neigung zu Ansichten, der Neigung zum Zweifel, der Neigung zum Dünkel, der Neigung zur Begierde nach Werden, der Neigung zur Unwissenheit; dies ist das Ende des Gebrauchs von Knüppel und Waffe, von Streit, Zank, Streitgesprächen, Anschuldigung, Gehässigkeit und falscher Rede; hier hören diese üblen unheilsamen Zustände ohne Überbleibsel auf', da verstand ich die Bedeutung dessen im Einzelnen folgendermaßen<sup>7</sup>:

Bedingt durch (*paṭicca*, aufgrund von, sich stützend auf) Auge und Formen entsteht Sehbewußtsein; das Zusammentreffen der drei ist Kontakt; durch den Kontakt als notwendige Voraussetzung (*paccayā*)<sup>8</sup> ist Gefühl. Was man fühlt, das nimmt man wahr (*sañjānāti*, erkennt man wieder, benennt man).<sup>9</sup> Was man wahrnimmt, darüber denkt man nach (*vitakketi*).<sup>10</sup> Worüber man nachdenkt, darüber ufert man begrifflich aus

---

<sup>7</sup> S 12,15: „Durch Einlassen, Ergreifen und Dabeiverbleiben, Kaccāna, ist diese Welt zumeist gefesselt. Wenn nun jemand (mit rechter Anschauung), sich nicht auf dieses Einlassen und Ergreifen, den geistigen Standpunkt, das Dabeiverbleiben und die zugrundeliegenden Neigungen, einläßt und sie nicht ergreift, dann basiert (seine Vorstellung von der Welt) nicht auf einem Selbst. Er weiß unverwirrt und zweifelsfrei, unabhängig von anderen: Leiden ist alles, was entsteht und Leiden ist alles, was vergeht. Insofern gibt es Rechte Anschauung.“

<sup>8</sup> *Paccayā*: Ursächlich bedingt von, unterstützt von, abhängig von, gespeist von.

„*Paccayā* bedeutet nicht einfach „verursacht von“. Die Bedingung, die einen Baum wachsen läßt, ist nicht nur der Same, sondern auch die Erde, die Feuchtigkeit, Nährstoffe, Luft, Temperatur usw. All das ist *paccayā*. Zudem ist hier auch keine zeitliche Sequenz vorgegeben, wie am Beispiel des Baumes deutlich wird. Erde, Luft, Feuchtigkeit müssen gleichzeitig vorhanden sein. Manche Bedingungen sind auch noch voneinander abhängig, bedingen sich gegenseitig wie Huhn und Ei.“ (Frei nach P. A. Payutto: „Dependent Origination – The Buddhist Law of Conditionality“)

M 43: "Gefühl, Wahrnehmung und Bewußtsein, Freund - diese Geisteszustände sind miteinander verbunden, nicht getrennt, und es ist unmöglich, einen dieser Zustände von den anderen zu trennen, um den Unterschied zwischen ihnen beschreiben zu können. Denn, was man fühlt, das nimmt man wahr, und was man wahrnimmt, das erfährt man."

<sup>9</sup> S I, 20: „Das zu Benennende nehmen die Wesen wahr, auf dem zu Benennenden, gründen sie sich; Weil sie das zu Benennende nicht wirklich verstehen, geraten sie in das Reich des Todes.“

<sup>10</sup> Siehe Anhang II.

(*papañceti*; TB: das kompliziert man).<sup>11</sup> Mit dem als Quelle, worüber man begrifflich ausgefert ist, überwältigen einen Mann Ausbreitung-Wahrnehmung-Vorstellung bezogen auf vergangene, zukünftige und gegenwärtige Formen, die mit dem Auge erfahrbar sind.<sup>12 13 14</sup>

Bedingt durch Ohr und Klänge entsteht Hörbewußtsein; das Zusammentreffen der drei ist Kontakt; durch den Kontakt als notwendige Voraussetzung ist Gefühl. Was man fühlt, das nimmt man wahr. Was man wahrnimmt, darüber denkt man nach. Worüber man nachdenkt, darüber ufert man begrifflich aus. Mit dem als Quelle, worüber man begrifflich ausgefert ist, überwältigen einen Mann Ausbreitung-Wahrnehmung-Vorstellung bezogen auf vergangene, zukünftige und gegenwärtige Klänge, die mit dem Ohr erfahrbar sind.

Bedingt durch Nase und Gerüche entsteht Riechbewußtsein; das Zusammentreffen der drei ist Kontakt; durch den Kontakt als notwendige Voraussetzung ist Gefühl. Was man fühlt, das nimmt man wahr. Was man wahrnimmt, darüber denkt man nach. Worüber man nachdenkt, darüber ufert man begrifflich aus. Mit dem als Quelle, worüber man begrifflich ausgefert ist, überwältigen einen Mann Ausbreitung-Wahrnehmung-Vorstellung bezogen auf vergangene, zukünftige und gegenwärtige Gerüche, die mit der Nase erfahrbar sind.

Bedingt durch Zunge und Geschmäcker entsteht Schmeckbewußtsein; das

---

<sup>11</sup> S 12, 25: "Entweder klarbewußt (*sampajañña*), Ānanda, bringt man eine Gestaltung des Denkens hervor, infolge deren einem für die eigene Person Lust und Leiden entsteht; oder aber nicht klarbewußt (*asampajañña*), Ānanda, bringt man eine Gestaltung des Denkens hervor, infolge deren einem für die eigene Person Lust und Leiden entsteht."

<sup>12</sup> "*Cakkhuñ-cāvuso paticca rūpe ca uppajjati cakkhuviññānam, tinnam saṅgati phasso, phassa-paccayā vedanā, yam vedeti tam sañjānāti, yam sañjānāti tam vitakketi, yam vitakketi tam papañceti, yam papañceti tatonidānam purisaṃ papañca-saññā-saṅkhā samudācaranti atīta-anāgata-paccuppannesu cakkhuviññeyyesu rūpesu.*"

BN: "Der förmliche Ton wird nur bis zu dem Punkt, der *vedanā* betrifft, aufrechterhalten. Die Formel nimmt nun grammatikalisch eine Personalendung an, was eine absichtliche Tätigkeit suggeriert. Die durch das Verb in der dritten Person implizierte absichtliche Tätigkeit stoppt offensichtlich bei *papañceti*. Jetzt folgt die interessanteste Stufe im Wahrnehmungsprozess: Scheinbar ist es nicht länger ein bloßer, vom Zufall abhängiger Prozess oder eine absichtlich gelenkte Tätigkeit, sondern ein unaufhaltbares sich Unterwerfen unter eine objektive Ordnung der Dinge. Auf dieser letzten Stufe der Sinneswahrnehmung wird der, der bisher das Subjekt gewesen ist, zum unglückseligen Objekt. Auf der letzten und entscheidenden Stufe der Sinneswahrnehmung haben die Konzepte sozusagen einen objektiven Charakter erhalten."

HH: "Es sind hier die 5 *khandhā* genannt: Form (Auge, Form), Gefühl, Gewahrung, Gestaltungen (Erwägen und nach außen absondern), *viññānam*. Dabei steht *viññānam* am Ende und ebenso am Anfang, es ist ein sich schließender Kreis. Am Anfang stehen Form und *viññānam* als gleichzeitig vorhanden nebeneinander und ebenso am Ende. Die Berührung ist nur ein Zwischenbegriff."

<sup>13</sup> BM: "bedrängen einen Mann die Konzepte, die von begrifflicher Ausuferung geprägt sind, und sich auf vergangene, zukünftige und gegenwärtige Klänge, die mit dem Ohr erfahrbar sind, beziehen."

FS: "strömen die benannten Reihen abgesonderter Wahrnehmungen in den vergangenen, zukünftigen, gegenwärtigen aussinneingebaren Formen heran."

<sup>14</sup> Siehe Anhang I.

Zusammentreffen der drei ist Kontakt; durch den Kontakt als notwendige Voraussetzung ist Gefühl. Was man fühlt, das nimmt man wahr. Was man wahrnimmt, darüber denkt man nach. Worüber man nachdenkt, darüber ufert man begrifflich aus. Mit dem als Quelle, worüber man begrifflich ausgeüfert ist, überwältigen einen Mann Ausbreitung-Wahrnehmung-Vorstellung bezogen auf vergangene, zukünftige und gegenwärtige Geschmäcker, die mit der Zunge erfahrbar sind.

Bedingt durch Körper und Berührungsobjekte entsteht Berührungsbewußtsein; das Zusammentreffen der drei ist Kontakt; durch den Kontakt als notwendige Voraussetzung ist Gefühl. Was man fühlt, das nimmt man wahr. Was man wahrnimmt, darüber denkt man nach. Worüber man nachdenkt, darüber ufert man begrifflich aus. Mit dem als Quelle, worüber man begrifflich ausgeüfert ist, überwältigen einen Mann Ausbreitung-Wahrnehmung-Vorstellung bezogen auf vergangene, zukünftige und gegenwärtige Berührungsobjekte, die mit dem Körper erfahrbar sind.

Bedingt durch Geist und Geistesobjekten entsteht Geistbewußtsein; das Zusammentreffen der drei ist Kontakt; durch den Kontakt als notwendige Voraussetzung ist Gefühl. Was man fühlt, das nimmt man wahr. Was man wahrnimmt, darüber denkt man nach. Worüber man nachdenkt, darüber ufert man begrifflich aus. Mit dem als Quelle, worüber man begrifflich ausgeüfert ist, überwältigen einen Mann Ausbreitung-Wahrnehmung-Vorstellung bezogen auf vergangene, zukünftige und gegenwärtige Geistesobjekte, die mit dem Geist erfahrbar sind.<sup>15</sup>

Wenn Auge, Form und Sehbewußtsein vorhanden sind, ist es möglich die

---

<sup>15</sup> S 12, 39: „Bhikkhus, beschäftigt man sich vorsätzlich, dauerhaft und stetig (Bodhi: nimmt man sich vor, plant man, hat eine Neigung dazu) mit einem Thema, wird dieses Thema zum Objekt der Erhaltung des Bewußtseins. Wo es ein Objekt gibt, findet Bewußtsein einen Anhaltspunkt. Wenn das Bewußtsein derart fest begründet und sich entwickelt, tritt Name-und-Form auf. Mit Name-und-Form als Bedingung – sechs Sinnesbereiche (...)“

S 12, 40: „Wenn man sich aber nichts vornimmt, nichts plant und keine Neigung zu irgend etwas hat, besteht keine Grundlage für den Erhalt des Bewußtseins. Gibt es keine Grundlage, gibt es auch keine Stütze, auf der sich das Bewußtsein etablieren könnte. Ist das Bewußtsein ohne Halt und entwickelt sich nicht, gibt es keine Neigung. Gibt es keine Neigung, gibt es kein Kommen und Gehen. Gibt es kein Kommen und Gehen, gibt es kein Verschwinden und Wiedererscheinen. Gibt es kein Verschwinden und Wiedererscheinen, gibt es keine zukünftige Geburt, Altern und Tod (...)“

BN: "Diese Stelle zeigt an, dass *papañca* auf der letzten Stufe im Prozess der Sinneserkenntnis steht. Der Begriff betrifft sicherlich den gröberen, konzeptuellen Aspekt des Prozesses, da er eine Folge von *vitakka* (Nachdenken) ist und Sprache voraussetzt. Während nun *vitakka* das Einsetzen des Denkens oder das beginnende Benutzen von Gedanken bezeichnet, wird sich *papañca* auf das darauf folgende Wuchern oder Expandieren von Vorstellungen beziehen. Man könnte aber einwenden, dass das Wort *vicāra*, das man so oft in den Lehrreden findet, diesen Bedeutungsinhalt ausführlich abdeckt. Daher ist es notwendig, auch zwischen *vicāra* und *papañca* zu unterscheiden. Obwohl *vicāra* den diskursiven Aspekt des Intellekts bezeichnet, hat es die feinere Bedeutung von Untersuchung und Überlegung. Es folgt treu dem Kielwasser von *vitakka* und versucht *vitakka* aufrecht zu erhalten. Aus diesem Grund taucht *vicāra* selten allein, sondern oft mit *vitakka* verbunden, als *vitakka-vicāra* auf. *Papañca* andererseits ist ein umfassenderer Begriff, der die Tendenz der Einbildungskraft des in Meditation ungeübten Menschen beschreibt, sich vom ursprünglichen Objekt loszureißen und sich zu verselbstständigen." Konzept und Wirklichkeit BGM 2009. Siehe auch Anhang II *nimitta* & *anubyañjana*.

Manifestation von Kontakt aufzuzeigen.<sup>16</sup> Wenn die Manifestation von Kontakt vorhanden ist, ist es möglich, die Manifestation von Gefühl aufzuzeigen. Wenn die Manifestation von Gefühl vorhanden ist, ist es möglich, die Manifestation von Wahrnehmung aufzuzeigen. Wenn die Manifestation von Wahrnehmung vorhanden ist, ist es möglich, die Manifestation des Denkens aufzuzeigen. Wenn die Manifestation des Denkens vorhanden ist, ist es möglich die Manifestation der Bedrängnis durch die Konzepte, die von begrifflichem Ausufern geprägt sind, aufzuzeigen.

"Wenn das Ohr, ein Klang und Hörbewußtsein vorhanden sind, ist es möglich die Manifestation von Kontakt aufzuzeigen. Wenn die Manifestation von Kontakt vorhanden ist, ist es möglich, die Manifestation von Gefühl aufzuzeigen. Wenn die Manifestation von Gefühl vorhanden ist, ist es möglich, die Manifestation von Wahrnehmung aufzuzeigen. Wenn die Manifestation von Wahrnehmung vorhanden ist, ist es möglich, die Manifestation des Denkens aufzuzeigen. Wenn die Manifestation des Denkens vorhanden ist, ist es möglich die Manifestation der Bedrängnis durch die Konzepte, die von begrifflichem Ausufern geprägt sind, aufzuzeigen.

Wenn die Nase, ein Geruch und Riechbewußtsein vorhanden sind, ist es möglich die Manifestation von Kontakt aufzuzeigen. Wenn die Manifestation von Kontakt vorhanden ist, ist es möglich, die Manifestation von Gefühl aufzuzeigen. Wenn die Manifestation von Gefühl vorhanden ist, ist es möglich, die Manifestation von Wahrnehmung aufzuzeigen. Wenn die Manifestation von Wahrnehmung vorhanden ist, ist es möglich, die Manifestation des Denkens aufzuzeigen. Wenn die Manifestation des Denkens vorhanden ist, ist es möglich die Manifestation der Bedrängnis durch die Konzepte, die von begrifflichem Ausufern geprägt sind, aufzuzeigen.

Wenn die Zunge, ein Geschmack und Schmeckbewußtsein vorhanden sind, ist es möglich die Manifestation von Kontakt aufzuzeigen. Wenn die Manifestation von Kontakt vorhanden ist, ist es möglich, die Manifestation von Gefühl aufzuzeigen. Wenn die Manifestation von Gefühl vorhanden ist, ist es möglich, die Manifestation von Wahrnehmung aufzuzeigen. Wenn die Manifestation von Wahrnehmung vorhanden ist, ist es möglich, die Manifestation des Denkens aufzuzeigen. Wenn die Manifestation des Denkens vorhanden ist, ist es möglich die Manifestation der Bedrängnis durch die Konzepte, die von begrifflichem Ausufern geprägt sind, aufzuzeigen.

Wenn der Körper, ein Berührungsobjekt und Körperbewußtsein vorhanden sind, ist es möglich die Manifestation von Kontakt aufzuzeigen. Wenn die Manifestation von Kontakt vorhanden ist, ist es möglich, die Manifestation von Gefühl aufzuzeigen. Wenn die Manifestation von Gefühl vorhanden ist, ist es möglich, die Manifestation von Wahrnehmung aufzuzeigen. Wenn die Manifestation von Wahrnehmung vorhanden ist, ist es möglich, die Manifestation des Denkens aufzuzeigen. Wenn die Manifestation des Denkens vorhanden ist, ist es möglich die Manifestation der Bedrängnis durch die Konzepte, die von begrifflichem Ausufern geprägt sind,

---

<sup>16</sup> HH: "darf man auf das Erscheinen der Berührung schließen"; wrtl.: "daß Berührungs-Erscheinen erscheinen wird, der Fall findet sich", und zwar als notwendige Folge".

TB/BB: wrtl.: "ist es möglich, daß einer eine Kontakt-Beschreibung beschreiben kann".

aufzuzeigen.

Wenn der Geist, ein Geistesobjekt und Geistbewußtsein vorhanden sind, ist es möglich die Manifestation von Kontakt aufzuzeigen. Wenn die Manifestation von Kontakt vorhanden ist, ist es möglich, die Manifestation von Gefühl aufzuzeigen. Wenn die Manifestation von Gefühl vorhanden ist, ist es möglich, die Manifestation von Wahrnehmung aufzuzeigen. Wenn die Manifestation von Wahrnehmung vorhanden ist, ist es möglich, die Manifestation des Denkens aufzuzeigen. Wenn die Manifestation des Denkens vorhanden ist, ist es möglich die Manifestation der Bedrängnis durch die Konzepte, die von begrifflichem Ausufern geprägt sind, aufzuzeigen.<sup>17</sup>

Wenn kein Auge, keine Form und kein Sehbewußtsein vorhanden ist, ist es unmöglich die Manifestation von Kontakt aufzuzeigen. Wenn keine Manifestation von Kontakt vorhanden ist, ist es unmöglich, die Manifestation von Gefühl aufzuzeigen.<sup>18</sup> Wenn keine Manifestation von Gefühl vorhanden ist, ist es unmöglich, die Manifestation von Wahrnehmung aufzuzeigen. Wenn keine Manifestation von Wahrnehmung vorhanden ist, ist es unmöglich, die Manifestation des Denkens aufzuzeigen. Wenn keine Manifestation des Denkens vorhanden ist<sup>19</sup>, ist es unmöglich die Manifestation der Bedrängnis durch die Konzepte, die von begrifflichem Ausufern geprägt sind, aufzuzeigen.<sup>20</sup>

Wenn kein Ohr, kein Klang und kein Hörbewußtsein vorhanden ist, ist es unmöglich

---

<sup>17</sup> Itv 49: „Gefangen in Anschauung, gehen manche Wesen nicht weit genug und manche zu weit.

Und wie gehen manche nicht weit genug?

Diese Wesen erfreuen sich am Werden, sind entzückt davon zu werden, sind zufrieden mit dem Werden. Wenn ihnen das zum Erlöschen des Werdens führende Dhamma gelehrt wird, ist ihr Geist nicht offen dafür, sie wollen sich nicht damit befassen, sie sind ihm nicht zugeneigt, sie richten ihren Willen nicht darauf aus. So gehen manche Wesen nicht weit genug.

Und wie gehen manche Wesen zu weit?

Nun gibt es manche, die belastet, beschämt und angewidert von diesem Werden und sie erfreuen sich an der Vorstellung des Nicht-Werdens und behaupten: Also, Herrschaften, soweit es dieses Selbst anbelangt, wird dieses zum Zeitpunkt des körperlichen Todes völlig zerstört und ausgelöscht. Das ist der wahre Friede, das ist die Realität. So gehen manche Wesen zu weit.

Wie sehen das die Sehenden? Hier sieht ein Bhikkhu das, was entstanden ist, geworden ist, als entstanden und geworden. Und weil er das gesehen hat, übt er den Weg der Abwendung, der Entreizung, um zum Erlöschen des Gewordenen zu gelangen. So sehen das die Sehenden.

Das Gewordene als Gewordenes geschaut, gehen sie über das Gewordene hinaus und erlangen Befreiung im Einklang mit der Wahrheit, indem sie den Durst nach Werden versiegen lassen.“

<sup>18</sup> A 10, 58: „Im Willen (Interesse), ihr Brüder, wurzeln alle Dinge; durch Aufmerksamkeit werden sie erzeugt; durch den Sinnen-Eindruck bedingt entstehen sie; das Gefühl hält sie zusammen ...“

<sup>19</sup> Wenn keine Denkbezeichnung zugewiesen wird ist es unmöglich eine gewohnte *papañca-saññā-sāṅkhā*-Bezeichnung zu definieren.

<sup>20</sup> M 138: „Ihr Bhikkhus, ein Bhikkhu sollte die Dinge auf solch eine Weise untersuchen, dass sein Bewusstsein, während er sie untersucht, nicht abgelenkt und nach außen hin zerstreut ist, und auch nicht innerlich festgefahren ist, und indem er nicht anhaftet, wird er nicht aufgeregt. Wenn sein Bewusstsein nicht abgelenkt und nach außen hin zerstreut ist, und auch nicht innerlich festgefahren ist, und er, indem er nicht anhaftet, nicht aufgeregt wird, dann gibt es für ihn kein Entstehen des Ursprungs von *dukkha* - von künftiger Geburt, künftigem Altern und Tod.“

die Manifestation von Kontakt aufzuzeigen. Wenn keine Manifestation von Kontakt vorhanden ist, ist es unmöglich, die Manifestation von Gefühl aufzuzeigen. Wenn keine Manifestation von Gefühl vorhanden ist, ist es unmöglich, die Manifestation von Wahrnehmung aufzuzeigen. Wenn keine Manifestation von Wahrnehmung vorhanden ist, ist es unmöglich, die Manifestation des Denkens aufzuzeigen. Wenn keine Manifestation des Denkens vorhanden ist, ist es unmöglich die Manifestation der Bedrängnis durch die Konzepte, die von begrifflichem Ausuferern geprägt sind, aufzuzeigen.

Wenn keine Nase, kein Geruch und kein Riechbewußtsein vorhanden ist, ist es unmöglich die Manifestation von Kontakt aufzuzeigen. Wenn keine Manifestation von Kontakt vorhanden ist, ist es unmöglich, die Manifestation von Gefühl aufzuzeigen. Wenn keine Manifestation von Gefühl vorhanden ist, ist es unmöglich, die Manifestation von Wahrnehmung aufzuzeigen. Wenn keine Manifestation von Wahrnehmung vorhanden ist, ist es unmöglich, die Manifestation des Denkens aufzuzeigen. Wenn keine Manifestation des Denkens vorhanden ist, ist es unmöglich die Manifestation der Bedrängnis durch die Konzepte, die von begrifflichem Ausuferern geprägt sind, aufzuzeigen.

Wenn keine Zunge, kein Geschmack und kein Schmeckbewußtsein vorhanden ist, ist es unmöglich die Manifestation von Kontakt aufzuzeigen. Wenn keine Manifestation von Kontakt vorhanden ist, ist es unmöglich, die Manifestation von Gefühl aufzuzeigen. Wenn keine Manifestation von Gefühl vorhanden ist, ist es unmöglich, die Manifestation von Wahrnehmung aufzuzeigen. Wenn keine Manifestation von Wahrnehmung vorhanden ist, ist es unmöglich, die Manifestation des Denkens aufzuzeigen. Wenn keine Manifestation des Denkens vorhanden ist, ist es unmöglich die Manifestation der Bedrängnis durch die Konzepte, die von begrifflichem Ausuferern geprägt sind, aufzuzeigen.

Wenn kein Körper, kein Berührungsobjekt und kein Berührungsbewußtsein vorhanden ist, ist es unmöglich die Manifestation von Kontakt aufzuzeigen. Wenn keine Manifestation von Kontakt vorhanden ist, ist es unmöglich, die Manifestation von Gefühl aufzuzeigen. Wenn keine Manifestation von Gefühl vorhanden ist, ist es unmöglich, die Manifestation von Wahrnehmung aufzuzeigen. Wenn keine Manifestation von Wahrnehmung vorhanden ist, ist es unmöglich, die Manifestation des Denkens aufzuzeigen. Wenn keine Manifestation des Denkens vorhanden ist, ist es unmöglich die Manifestation der Bedrängnis durch die Konzepte, die von begrifflichem Ausuferern geprägt sind, aufzuzeigen.

Wenn kein Geist, kein Geistesobjekt und kein Geistbewußtsein vorhanden ist, ist es unmöglich die Manifestation von Kontakt aufzuzeigen. Wenn keine Manifestation von Kontakt vorhanden ist, ist es unmöglich, die Manifestation von Gefühl aufzuzeigen. Wenn keine Manifestation von Gefühl vorhanden ist, ist es unmöglich, die Manifestation von Wahrnehmung aufzuzeigen. Wenn keine Manifestation von Wahrnehmung vorhanden ist, ist es unmöglich, die Manifestation des Denkens aufzuzeigen. Wenn keine Manifestation des Denkens vorhanden ist, ist es unmöglich die Manifestation der Bedrängnis durch die Konzepte, die von begrifflichem Ausuferern geprägt sind, aufzuzeigen.<sup>21</sup>

---

<sup>21</sup> S 22, 81: Und wie Bhikkhus, sollte man wissen und wie sollte man sehen damit die sofortige Zerstörung der Einflüsse auftritt? Hier, Bhikkhus, betrachtet der *puthujjana* (unbelehrter

Freunde, als sich der Erhabene von seinem Sitz erhob und in seine Unterkunft ging, nachdem er eine Zusammenfassung in Kürze gegeben hatte, ohne die Bedeutung im Einzelnen zu erläutern, nämlich: 'Ihr Bhikkhus, was die Quelle anbelangt, durch welche die Konzepte, die von begrifflichem Ausufern geprägt sind, einen Mann bedrängen: wenn dort nichts gefunden wird, woran man sich ergötzen könnte, was man willkommen heißen könnte und woran man sich festhalten könnte, dann ist dies das Ende der Neigung zur Begierde, der Neigung zur Abneigung, der Neigung zu Ansichten, der Neigung zum Zweifel, der Neigung zum Dünkel, der Neigung zur Begierde nach Werden, der Neigung zur Unwissenheit; dies ist das Ende des Gebrauchs von Knüppel und Waffe, von Streit, Zank, Streitgesprächen, Anschuldigung, Gehässigkeit und falscher Rede; hier hören diese üblen unheilsamen Zustände ohne Überbleibsel auf', da verstand ich die Bedeutung dieser Zusammenfassung im Einzelnen so.<sup>22</sup> Nun, Freunde, wenn ihr es wünscht, geht zum

---

Weltmensch), der die Edlen nicht kennt, unerfahren und ungeschult in der Lehre der Edlen, der die Hervorragenden Menschen nicht erkennt und in ihrer Lehre unerfahren und ungeschult ist, Form (...) als „Selbst“. Dieses Betrachten, Bhikkhus, ist ein *sañkhāra*. Dieses *sañkhāra*, was ist sein Ursprung, wie entsteht es, wodurch wird es geboren und wie wurde es erzeugt? Bhikkhus, im unbelehrten *puṭhujjana* entsteht *tanhā*, aufgrund eines Gefühls welches wiederum durch ignoranten Kontakt entstanden ist. Dadurch wird dieses *sañkhāra* geboren. Daher, Bhikkhus, ist dieses *sañkhāra* vergänglich, bestimmt, bedingt entstanden. Dieses *tanhā* ist vergänglich, bestimmt, bedingt entstanden. Dieser Kontakt ist vergänglich, bestimmt, bedingt entstanden. Diese Ignoranz ist vergänglich, bestimmt, bedingt entstanden. Wenn man so weiß und sieht, Bhikkhus, kommt es zur sofortigen Zerstörung der Einflüsse.“

<sup>22</sup> D 15: „Und so, Ānanda, bedingt Gefühl Verlangen (*tanhā*), Verlangen bedingt Suchen<sup>22</sup> (*pariyesanā*), Suchen bedingt Erlangen/Entdecken (*lābha*), Erlangen bedingt Entscheiden/Bewerten (*vinicchaya*), Entscheiden bedingt lustvolles Wollen (*chanda-rāga*), lustvolles Wollen bedingt Anstreben/Anhaften/Sich-darauf-Versteifen (*ajjhosaṇa*), Anhaften bedingt Besitzergreifen (*pariggaha*), Besitzergreifen bedingt Habsucht/Behaltenwollen/Geiz (*macchariya*), Behaltenwollen bedingt Bewachen-und-Verteidigen (*ārakkha*), infolge Bewachen-und-Verteidigen kommt es zu verschiedenen unheilsamen Phänomenen - dem Aufnehmen von Knüppeln und Schwertern, Streit, Konflikt und Diskussion, Beleidigen, Verleumden und Lügen. Ich habe gesagt: „Infolge von Bewachen-und-Verteidigen kommt es zu verschiedenen unheilsamen Phänomenen - dem Aufnehmen von Knüppeln und Schwertern, Streit, Konflikt und Diskussion, Beleidigen, Verleumden und Lügen.“, und das sollte nun, Ānanda, in folgender Weise verstanden werden.

Wenn es nämlich, Ānanda, absolut und überhaupt kein Bewachen-und-Verteidigen gäbe, nirgendwo, von nichts und niemand, könnte es dann, angesichts des völligen Nichtvorhandenseins von Bewachen-und-Verteidigen, angesichts der vollständigen Aufhebung von Bewachen-und-Verteidigen, überhaupt zu verschiedenen unheilsamen Phänomenen kommen?“

„Gewiß nicht, Herr.“

„Darum aber, Ānanda, ist dies eben die Wurzel, die Ursache, der Ursprung und die Bedingung für diese verschiedenen unheilsamen Phänomene, nämlich Bewachen-und-Verteidigen.

Ich habe gesagt:

„Behaltenwollen bedingt Bewachen-und-Verteidigen“,  
(...) „Besitzergreifen bedingt Behaltenwollen“,  
(...) „Sich-darauf-Versteifen bedingt Besitzergreifen“,  
(...) „Lustvolles Wollen bedingt Sich-darauf-versteifen“,  
(...) „Entscheiden bedingt lustvolles Wollen“,  
(...) „Erlangen bedingt Entscheiden“,  
(...) „Suchen bedingt Erlangen“,

Erhabenen und fragt ihn nach der Bedeutung von diesem. Wie es euch der Erhabene erklärt, so solltet ihr es euch merken.

Da waren die Bhikkhus entzückt und erfreut über die Worte des ehrwürdigen Mahā Kaccāna, erhoben sich von ihren Sitzen und gingen zum Erhabenen. Nachdem sie ihm gehuldigt hatten, setzten sie sich seitlich nieder und erzählten dem Erhabenen alles, was stattgefunden hatte, nachdem er gegangen war, und fügten hinzu: "Dann, ehrwürdiger Herr, gingen wir zum ehrwürdigen Mahā Kaccāna und fragten ihn nach der Bedeutung. Der ehrwürdige Mahā Kaccāna erläuterte uns die Bedeutung mit diesen Ausdrücken, diesen Bemerkungen und dieser Ausdrucksweise."

"Mahā Kaccāna ist weise, ihr Bhikkhus, Mahā Kaccāna besitzt große Weisheit. Wenn ihr mich nach der Bedeutung von diesem gefragt hättet, hätte ich es euch genauso erklärt, wie es von Mahā Kaccāna erklärt worden ist. So ist die Bedeutung von diesem, und so solltet ihr es euch merken."

Nach diesen Worten sagte der ehrwürdige Ānanda zum Erhabenen: "Ehrwürdiger Herr, so wie ein Mann, der von Hunger und Schwäche erschöpft auf einen Honigkuchen stößt, beim Verzehr desselben einen süßen köstlichen Geschmack vorfände; genau so, ehrwürdiger Herr, würde jeder im Herzen fähige Bhikkhu beim weisen Untersuchen der Bedeutung dieser Lehrrede über das Dhamma, innere Befriedigung und Zuversicht im Herzen finden. Ehrwürdiger Herr, wie lautet der Name dieser Lehrrede über das Dhamma?"

"Was das anbelangt, Ānanda, magst du diese Lehrrede über das Dhamma als 'Die Honigkuchen-Lehrrede' im Gedächtnis behalten."

Das ist es, was der Erhabene sagte. Die Bhikkhus waren zufrieden und entzückt über die Worte des Erhabenen.

---

(...) „Verlangen bedingt Suchen“,  
und das sollte nun, Ānanda, in folgender Weise verstanden werden.

Wenn es nämlich, Ānanda, absolut und überhaupt kein Verlangen gäbe, nirgendwo, von nichts und niemand, wie etwa Verlangen nach Sinnesfreuden, Verlangen nach Werden oder Verlangen nach Nicht-Werden, wäre dann, angesichts des völligen Nichtvorhandenseins von Verlangen, angesichts der vollständigen Aufhebung von Verlangen, Suchen überhaupt möglich?"

„Gewiß nicht, Herr.“

„Darum aber, Ānanda, ist dies eben die Wurzel, die Ursache, der Ursprung und die Bedingung des Suchens, nämlich Verlangen.

So, Ānanda, werden diese zwei Dinge im Gefühl zu einer Einheit.

Ich habe gesagt: „Bedingt durch Kontakt gibt es Gefühl“, und das sollte nun, Ānanda, in folgender Weise verstanden werden.

Wenn es nämlich, Ānanda, absolut und überhaupt keinen Kontakt gäbe, nirgendwo, von nichts und niemand, wie etwa Augen-Kontakt, Ohren-Kontakt, Nasen-Kontakt, Zungen-Kontakt, Körper-Kontakt oder Geist-Kontakt, wäre dann, angesichts des völligen Nichtvorhandenseins von Kontakt, angesichts der vollständigen Aufhebung von Kontakt, Gefühl überhaupt möglich?"

„Gewiß nicht, Herr.“

Darum aber, Ānanda, ist dies eben die Wurzel, die Ursache, der Ursprung und die Bedingung des Gefühls, nämlich Kontakt."

## ANHANG I

M 133: "Dann hört zu, Freunde, und verfolgt aufmerksam, was ich sagen werde."

"Ja, Freund", erwiderten die Bhikkhus.

Der ehrwürdige Mahā Kaccāna sagte dies: "Freunde, als sich der Erhabene von seinem Sitz erhob und in seine Unterkunft ging, nachdem er eine Zusammenfassung in Kürze gegeben hatte, ohne die Bedeutung im Einzelnen zu erläutern, nämlich:

„Man sollte der Vergangenheit nicht nachhängen  
oder Erwartungen in die Zukunft setzen<sup>23</sup>

Das Vergangene liegt hinter uns

Das Kommende ist unerreich<sup>24</sup>

Was jetzt gerade gegenwärtig ist  
das sieht man klar-einsichtig aufsteigen

Nicht eingefangen, unerschüttert  
so entwickelt man das Herz.<sup>25</sup>

Eifrig tut man was heute getan werden muss,  
denn wer weiß, vielleicht kommt morgen schon der Tod.  
Nicht Schachern kann man mit der Sterblichkeit,  
Nicht hält's den Tod und seine Horden fern,  
Doch einer, der da voller Eifer weilt,  
Ganz ohne nachzulassen, Tag und Nacht –  
der hatte wahrlich einen glücksverheißenden Tag",  
so sagte es der friedvolle Weise.", da verstand ich die Bedeutung dessen im Einzelnen folgendermaßen."

Auf welche Weise, Freunde, läßt man Vergangenes auferstehen? Während man denkt 'Mein Auge war so in der Vergangenheit und Formen waren so', ist das Bewußtsein in Gier und Begierde danach verstrickt. Weil das Bewußtsein in Gier und Begierde

---

<sup>23</sup> Es geht hier nicht um einfaches Erinnern von Vergangenen, oder Erwarten von Zukünftigem sondern um das Element des „sich-daran-Erfreuens“ (*nandi*) oder des „Verlangens-und-Lüstens-danach“ (*chandārāga*), das, auch bei "negativen" Gedankenprozessen, darin zu finden ist. Daraus folgt die Notwendigkeit der Ablösung von Gedankenprozessen. Das Ziel der gewissenhaften Achtsamkeitsübung ist es, die Meisterschaft über die Gedanken zu erlangen:

M 20: „Dieser Bhikkhu wird dann ein Meister der Gedankengänge genannt. Welchen Gedanken er auch immer denken will, den wird er denken, und welchen Gedanken er auch immer nicht denken will, den wird er nicht denken. Er hat Begehren abgeschnitten, die Fesseln abgeworfen, und mit der vollständigen Durchdringung des (Ich-)Dünkels hat er *dukkha* ein Ende bereitet.“

<sup>24</sup> S 21, 10: „Was da, Thera, Vergangenes ist, das ist aufgegeben, was da Zukünftiges ist, ist abgetan; und was hinsichtlich der gegenwärtigen Persönlichkeitsformen Willen und Begehren ist, das ist völlig bezwungen. So, Thera, ist, ausführlich erklärt, Einsiedlertum vollendet.“

<sup>25</sup> A 10, 58: „Im Willen (Interesse), ihr Brüder, wurzeln alle Dinge; durch Aufmerksamkeit werden sie erzeugt; durch den Sinnen-Eindruck bedingt entstehen sie; das Gefühl hält sie zusammen; die Sammlung ist ihr Führer; durch die Achtsamkeit werden sie gemeistert; die Weisheit ist ihr Höchstes; die Befreiung ist ihr wahrer Zweck; im Todlosen münden sie, und sie enden im Nibbāna.“

danach verstrickt ist, ergötzt man sich daran. Wenn man sich daran ergötzt, läßt man Vergangenes auferstehen. Während man denkt 'Mein Ohr war so in der Vergangenheit und Klänge waren so', ist das Bewußtsein in Gier und Begierde danach verstrickt. Weil das Bewußtsein in Gier und Begierde danach verstrickt ist, ergötzt man sich daran. Wenn man sich daran ergötzt, läßt man Vergangenes auferstehen. Während man denkt 'Meine Nase war so in der Vergangenheit und Gerüche waren so', ist das Bewußtsein in Gier und Begierde danach verstrickt. Weil das Bewußtsein in Gier und Begierde danach verstrickt ist, ergötzt man sich daran. Wenn man sich daran ergötzt, läßt man Vergangenes auferstehen. Während man denkt 'Meine Zunge war so in der Vergangenheit und Geschmäcker waren so', ist das Bewußtsein in Gier und Begierde danach verstrickt. Weil das Bewußtsein in Gier und Begierde danach verstrickt ist, ergötzt man sich daran. Wenn man sich daran ergötzt, läßt man Vergangenes auferstehen. Während man denkt 'Mein Körper war so in der Vergangenheit und Berührungsobjekte waren so', ist das Bewußtsein in Gier und Begierde danach verstrickt. Weil das Bewußtsein in Gier und Begierde danach verstrickt ist, ergötzt man sich daran. Wenn man sich daran ergötzt, läßt man Vergangenes auferstehen. Während man denkt 'Mein Geist war so in der Vergangenheit und Geistesobjekte waren so', ist das Bewußtsein in Gier und Begierde danach verstrickt. Weil das Bewußtsein in Gier und Begierde danach verstrickt ist, ergötzt man sich daran. Wenn man sich daran ergötzt, läßt man Vergangenes auferstehen. Auf solche Weise läßt man Vergangenes auferstehen.

Auf welche Weise läßt man Vergangenes nicht auferstehen? Während man denkt 'Mein Auge war so in der Vergangenheit und Formen waren so', ist das Bewußtsein nicht in Gier und Begierde danach verstrickt. Weil das Bewußtsein nicht in Gier und Begierde danach verstrickt ist, ergötzt man sich nicht daran. Wenn man sich nicht daran ergötzt, läßt man Vergangenes nicht auferstehen. Während man denkt 'Mein Ohr ... 'Meine Nase ... 'Meine Zunge ... 'Mein Körper ... Während man denkt 'Mein Geist war so in der Vergangenheit und Geistesobjekte waren so', ist das Bewußtsein nicht in Gier und Begierde danach verstrickt. Weil das Bewußtsein nicht in Gier und Begierde danach verstrickt ist, ergötzt man sich nicht daran. Wenn man sich nicht daran ergötzt, läßt man Vergangenes nicht auferstehen. Auf solche Weise läßt man Vergangenes nicht auferstehen.'

Auf welche Weise baut man seine Hoffnung auf Künftiges? Während man denkt 'Vielleicht wird mein Auge in der Zukunft so sein und Formen so', richtet man seinen Geist darauf aus, das zu bekommen, was man noch nicht bekommen hat. Weil man sein Herz so ausrichtet, ergötzt man sich daran. Wenn man sich daran ergötzt, baut man seine Hoffnung auf Künftiges. Während man denkt 'Vielleicht wird mein Ohr ... meine Nase ... meine Zunge ... mein ... mein Geist in der Zukunft so sein und Geistesobjekte so', richtet man seinen Geist darauf aus, das zu bekommen, was man noch nicht bekommen hat. Weil man sein Herz so ausrichtet, ergötzt man sich daran. Wenn man sich daran ergötzt, baut man seine Hoffnung auf Künftiges. Auf solche Weise baut man seine Hoffnung auf Künftiges.

Auf welche Weise baut man nicht seine Hoffnung auf Künftiges? Während man denkt 'Vielleicht wird mein Auge in der Zukunft so sein und Formen so', richtet man seinen Geist nicht darauf aus, das zu bekommen, was man noch nicht bekommen hat. Weil

man sein Herz nicht so ausrichtet, ergötzt man sich nicht daran. Wenn man sich nicht daran ergötzt, baut man nicht seine Hoffnung auf Künftiges. Während man denkt 'Vielleicht wird mein Ohr ... meine ... meine Zunge ... mein Körper ... mein Geist in der Zukunft so sein und Geistesobjekte so', richtet man seinen Geist nicht darauf aus, das zu bekommen, was man noch nicht bekommen hat. Weil man sein Herz nicht so ausrichtet, ergötzt man sich nicht daran. Wenn man sich nicht daran ergötzt, baut man nicht seine Hoffnung auf Künftiges. Auf solche Weise baut man nicht seine Hoffnung auf Künftiges.

Auf welche Weise ist man in Bezug auf gegenwärtig entstandene Zustände überwältigt? In Bezug auf das Auge und Formen, die beide gegenwärtig entstanden sind, ist das Bewußtsein in Gier und Begierde nach dem, was gegenwärtig entstanden ist, verstrickt. Weil das Bewußtsein in Gier und Begierde verstrickt ist, ergötzt man sich daran. Wenn man sich daran ergötzt, ist man in Bezug auf gegenwärtig entstandene Zustände überwältigt. In Bezug auf das Ohr und Klänge ... die Nase und Gerüche ... die Zunge und Geschmäcker ... den Körper und Berührungsobjekte ... den Geist und Geistesobjekte, die beide gegenwärtig entstanden sind, ist das Bewußtsein in Gier und Begierde nach dem, was gegenwärtig entstanden ist, verstrickt. Weil das Bewußtsein in Gier und Begierde verstrickt ist, ergötzt man sich daran. Wenn man sich daran ergötzt, ist man in Bezug auf gegenwärtig entstandene Zustände überwältigt. Auf solche Weise ist man in Bezug auf gegenwärtig entstandene Zustände überwältigt. Auf welche Weise ist man in Bezug auf gegenwärtig entstandene Zustände unüberwältigt? In Bezug auf das Auge und Formen, die beide gegenwärtig entstanden sind, ist das Bewußtsein nicht in Gier und Begierde nach dem, was gegenwärtig entstanden ist, verstrickt. Weil das Bewußtsein nicht in Gier und Begierde verstrickt ist, ergötzt man sich nicht daran. Wenn man sich nicht daran ergötzt, ist man in Bezug auf gegenwärtig entstandene Zustände unüberwältigt. In Bezug auf das Ohr und Klänge ... die Nase und Gerüche ... die Zunge und Geschmäcker ... den Körper und Berührungsobjekte ... den Geist und Geistesobjekte, die beide gegenwärtig entstanden sind, ist das Bewußtsein nicht in Gier und Begierde nach dem, was gegenwärtig entstanden ist, verstrickt. Weil das Bewußtsein nicht in Gier und Begierde verstrickt ist, ergötzt man sich nicht daran. Wenn man sich nicht daran ergötzt, ist man in Bezug auf gegenwärtig entstandene Zustände unüberwältigt. Auf solche Weise ist man in Bezug auf gegenwärtig entstandene Zustände unüberwältigt.

Freunde, als sich der Erhabene von seinem Sitz erhob und in seine Unterkunft ging, nachdem er eine Zusammenfassung in Kürze gegeben hatte, ohne die Bedeutung im Einzelnen zu erläutern, nämlich:

„Man sollte der Vergangenheit nicht nachhängen  
oder Erwartungen in die Zukunft setzen  
Das Vergangene liegt hinter uns,  
Das Kommende ist unerreicht.  
Was jetzt gerade gegenwärtig ist,  
das sieht man klar-einsichtig aufsteigen,  
Nicht eingefangen, unerschüttert

so entwickelt man das Herz.

Eifrig tut man was heute getan werden muss,  
denn wer weiß, vielleicht kommt morgen schon der Tod.  
Nicht Schachern kann man mit der Sterblichkeit,  
Nicht hält's den Tod und seine Horden fern,  
Doch einer, der da voller Eifer weilt,  
Ganz ohne nachzulassen, Tag und Nacht –  
der hatte wahrlich einen glücksverheißenden Tag",

da verstand ich die Bedeutung dieser Zusammenfassung im Einzelnen so."

## ANHANG II

### M 19: Zwei Arten von Gedanken (*Dvedhāvitakka Sutta*)

"Ihr Bhikkhus, vor meinem Erwachen, als ich noch lediglich ein unerwachter Bodhisatta war, kam mir in den Sinn<sup>26</sup>: 'Angenommen, ich teile meine Gedanken in zwei Klassen ein.' Auf die eine Seite brachte ich dann Gedanken der Sinnesbegierde, Gedanken des Übelwollens und Gedanken der Grausamkeit, und auf die andere Seite brachte ich Gedanken der Entsagung, Gedanken des Nicht-Übelwollens und Gedanken der Nicht-Grausamkeit.<sup>27</sup>

Während ich so umsichtig, eifrig und entschlossen weilte, erschien ein Gedanke der Sinnesbegierde in mir. Ich erkannte: 'Dieser Gedanke der Sinnesbegierde ist in mir entstanden. Dies führt zu meinem eigenen Leid, zum Leid anderer und zum Leid beider; es beeinträchtigt Weisheit, verursacht Schwierigkeiten, und führt von Nibbāna weg.' Als ich mir dies vor Augen geführt hatte: 'Dies führt zu meinem eigenen Leid', löste er sich auf; als ich mir dies vor Augen geführt hatte: 'Dies führt zum Leid anderer', löste er sich auf; als ich mir dies vor Augen geführt hatte: 'Dies führt zum Leid beider', löste er sich auf; als ich mir dies vor Augen geführt hatte: 'Dies beeinträchtigt Weisheit, verursacht Schwierigkeiten, und führt von Nibbāna weg', löste er sich auf. Wann immer ein Gedanke der Sinnesbegierde in mir erschien, wies ich ihn zurück, vertrieb ich ihn, beseitigte ich ihn.

Während ich so umsichtig, eifrig und entschlossen weilte, erschien ein Gedanke des Übelwollens ... ein Gedanke der Grausamkeit ... Wann immer ein Gedanke der

---

<sup>26</sup> HH: "" *etad ahoṣi*" (ihm war so). Die Identität von Denken und Sein könnte nicht deutlicher ausgedrückt werden."

<sup>27</sup> A III, 103: Der in hoher Geistigkeit sich übende Mönch sollte von Zeit zu Zeit drei Zeichen (*nimittāni*) seine Aufmerksamkeit schenken. Von Zeit zu Zeit sollte er dem Zeichen der Geistessammlung (*samādhi-nimittam*) seine Aufmerksamkeit schenken, von Zeit zu Zeit dem Zeichen der Anstrengung (*paggaha-nimittam*), von Zeit zu Zeit dem Zeichen des Gleichmuts (*upekkhā-nimittam*)."

M 38: "Wenn er mit dem Auge eine Form sieht, klammert er sich nicht an ihre Zeichen (*nimitta*) und ihr Erscheinungsbild (*anubyañjana*). Da üble, unheilsame Geisteszustände der Gier und der Trauer in ihn eindringen könnten, wenn er den Sehsinn unkontrolliert ließe, übt er sich in dessen Kontrolle, er beschützt den Sehsinn, er beschäftigt sich mit der Kontrolle des Sehsinns."

M 20: "Ihr Bhikkhus, wenn da ein Bhikkhu die Aufmerksamkeit auf ein bestimmtes Zeichen (*nimitta*) richtet, und infolge jenes Zeichens entstehen in ihm üble unheilsame Gedanken, die mit Begierde, mit Haß und mit Verblendung verbunden sind, dann sollte er die Aufmerksamkeit auf ein anderes Zeichen richten, das mit dem Heilsamen verbunden ist."

Viriya: Es scheint, daß es sich bei *nimitta* und *anubyañjana* um vorverbale Zeichen und Merkmale handelt woraus sich Gedankenfassen (*vitakka*) und Überlegen (*vicāra*) entwickeln - *papañca* also im Bereich von *phassa-vedanā*.

Wer jegliches Interesse an Zeichen verloren hat (z.B. durch die Kontemplation der Vergänglichkeit) erlangt die "zeichenfreie Vertiefung" (*animitto-samādhī*).

Grausamkeit in mir erschien, wies ich ihn zurück, vertrieb ich ihn, beseitigte ich ihn.

Ihr Bhikkhus, worüber auch immer ein Bhikkhu häufig nachdenkt und nachsinnt, das wird seine Herzensneigung werden.<sup>28</sup> Wenn er häufig über Gedanken der Sinnesbegierde nachdenkt und nachsinnt, hat er den Gedanken der Entsagung aufgegeben, um den Gedanken der Sinnesbegierde zu pflegen, und dann neigt sein Geist zu Gedanken der Sinnesbegierde. Wenn er häufig über Gedanken des Übelwollens nachdenkt und nachsinnt, hat er den Gedanken des Nicht-Übelwollens aufgegeben, um den Gedanken des Übelwollens zu pflegen, und dann neigt sein Geist zu Gedanken des Übelwollens. Wenn er häufig über Gedanken der Grausamkeit nachdenkt und nachsinnt, hat er den Gedanken der Nicht-Grausamkeit aufgegeben, um den Gedanken der Grausamkeit zu pflegen, und dann neigt sein Geist zu Gedanken der Grausamkeit.

So wie im letzten Monat der Regenzeit, im Herbst, wenn das Korn heranreift, ein Kuhhirte seine Kühe hüten würde, indem er sie ständig mit einem Stock auf die eine und die andere Seite klopft und stupst, um sie zu zügeln und im Zaum zu halten. Warum ist das so? Weil er sieht, daß er ausgepeitscht, eingesperrt, mit einer Geldbuße belegt oder gescholten werden könnte (wenn er sie ins Korn streuen ließe). Genauso sah ich in unheilsamen Geisteszuständen Gefahr, Erniedrigung und Befleckung, und in heilsamen Geisteszuständen den Segen der Entsagung, den Aspekt der Reinigung.

Während ich so umsichtig, eifrig und entschlossen weilte, erschien ein Gedanke der Entsagung ... des Nicht-Übelwollens ... der Nicht-Grausamkeit in mir. Ich erkannte: 'Dieser Gedanke der Entsagung ... des Nicht-Übelwollens ... der Nicht-Grausamkeit ... ist in mir entstanden. Dies führt nicht zu meinem eigenen Leid, oder zum Leid anderer oder zum Leid beider; es fördert Weisheit, verursacht keine Schwierigkeiten, und führt zu Nibbāna hin. Wenn ich über diesen Gedanken nachdenke und nachsinne, und sei es sogar eine Nacht lang, sogar einen Tag lang, sogar eine Nacht und einen Tag lang, sehe ich nichts, das davon zu befürchten wäre. Aber mit übermäßigem Nachdenken und Nachsinnen könnte ich meinen Körper ermüden, und wenn der Körper ermüdet ist, wird der Geist überanstrengt, und wenn der Geist überanstrengt ist, ist er von Konzentration weit entfernt.' Also festigte ich meinen Geist innerlich, beruhigte ihn, brachte ihn zur Einheit und konzentrierte ihn. Warum ist das so? Weil mein Geist nicht überanstrengt werden sollte.

Ihr Bhikkhus, worüber auch immer ein Bhikkhu häufig nachdenkt und nachsinnt, das wird seine Herzensneigung werden. Wenn er häufig über Gedanken der Entsagung nachdenkt und nachsinnt, hat er den Gedanken der Sinnesbegierde aufgegeben, um den Gedanken der Entsagung zu pflegen, und dann neigt sein Geist zu Gedanken der Entsagung. Wenn er häufig über Gedanken des Nicht-Übelwollens nachdenkt und nachsinnt, hat er den Gedanken des Übelwollens aufgegeben, um den Gedanken des Nicht-Übelwollens zu pflegen, und dann neigt sein Geist zu Gedanken des Nicht-Übelwollens. Wenn er häufig über Gedanken der Nicht-Grausamkeit nachdenkt und

---

<sup>28</sup> "*Bahulam anuvittakketi anuvicāreti, tathā tathā nati hoti cetaso.*" Was er lange gedanklich aufgreift und umkreist so wird sein Gemüt geneigt.

nachsinn, hat er den Gedanken der Grausamkeit aufgegeben, um den Gedanken der Nicht-Grausamkeit zu pflegen, und dann neigt sein Geist zu Gedanken der Nicht-Grausamkeit.

So wie im letzten Monat der heißen Jahreszeit, wenn alles Korn in die Dörfer eingebracht worden ist, ein Kuhhirte seine Kühe hüten würde, während er sich am Fuß eines Baums oder im Freien aufhält, da er nur darauf zu achten braucht, daß die Kühe anwesend sind; genauso bestand für mich nur die Notwendigkeit, achtsam darauf zu sein, daß jene Geisteszustände anwesend waren.

Unerschöpfliche Energie wurde in mir hervorgebracht und ununterbrochene Achtsamkeit wurde gegenwärtig, mein Körper war still und unbeschwert, mein Geist war konzentriert und einspitzig."

M 20: "Ihr Bhikkhus, wenn ein Bhikkhu nach höherer Geistigkeit (*adhicitta*) strebt, sollte er von Zeit zu Zeit die Aufmerksamkeit auf fünf Zeichen (*nimitta*) richten. Was sind die fünf?"

(I) Ihr Bhikkhus, wenn da ein Bhikkhu die Aufmerksamkeit auf ein bestimmtes Zeichen richtet, und infolge jenes Zeichens entstehen in ihm üble unheilsame Gedanken, die mit Begierde, mit Haß und mit Verblendung verbunden sind, dann sollte er die Aufmerksamkeit auf ein anderes Zeichen richten, das mit dem Heilsamen verbunden ist. Wenn er die Aufmerksamkeit auf ein anderes Zeichen, das mit dem Heilsamen verbunden ist, richtet, dann werden jegliche üble, unheilsame Gedanken, die mit Begierde, mit Haß und mit Verblendung verbunden sind, in ihm überwunden und verschwinden. Mit dem Überwinden dieser Gedanken wird sein Geist innerlich gefestigt, beruhigt, zur Einheit gebracht und konzentriert. So wie ein geschickter Zimmermann oder sein Gehilfe einen groben Pflock mit Hilfe eines feinen austreiben, entfernen und herausziehen könnte, genauso sollte ein Bhikkhu - wenn er die Aufmerksamkeit auf ein bestimmtes Zeichen richtet, und infolge jenes Zeichens in ihm üble unheilsame Gedanken entstehen, die mit Begierde, mit Haß und mit Verblendung verbunden sind - die Aufmerksamkeit auf ein anderes Zeichen richten, das mit dem Heilsamen verbunden ist. Wenn er die Aufmerksamkeit auf ein anderes Zeichen, das mit dem Heilsamen verbunden ist, richtet, dann werden jegliche üble, unheilsame Gedanken, die mit Begierde, mit Haß und mit Verblendung verbunden sind, in ihm überwunden und verschwinden. Mit dem Überwinden dieser Gedanken wird sein Geist innerlich gefestigt, beruhigt, zur Einheit gebracht und konzentriert.

(II) Falls dann immer noch üble unheilsame Gedanken, die mit Begierde, mit Haß und mit Verblendung verbunden sind, in ihm entstehen - während er die Aufmerksamkeit auf ein anderes Zeichen, das mit dem Heilsamen verbunden ist, richtet - dann sollte er die Gefahr in jenen Gedanken so untersuchen: 'Diese Gedanken sind unheilsam, sie sind tadelnswert, sie haben *dukkha* als Ergebnis.' Wenn er die Gefahr in jenen Gedanken untersucht, dann werden jegliche üble, unheilsame Gedanken, die mit Begierde, mit Haß und mit Verblendung verbunden sind, in ihm überwunden und verschwinden. Mit dem Überwinden dieser Gedanken wird sein Geist innerlich gefestigt, beruhigt, zur Einheit gebracht und konzentriert. So wie eine Frau oder ein Mann - jung, jugendlich, in Schmuck vernarrt - entsetzt, gedemütigt und angewidert

wäre, wenn man ihr oder ihm den Kadaver einer Schlange oder eines Hundes oder eines Menschen um den Hals hänge, genauso sollte ein Bhikkhu - falls immer noch üble unheilsame Gedanken, die mit Begierde, mit Haß und mit Verblendung verbunden sind, in ihm entstehen, während er die Aufmerksamkeit auf ein anderes Zeichen, das mit dem Heilsamen verbunden ist, richtet - die Gefahr in jenen Gedanken so untersuchen: 'Diese Gedanken sind unheilsam, sie sind tadelnswert, sie haben *dukkha* als Ergebnis.' Wenn er die Gefahr in jenen Gedanken untersucht, dann werden jegliche üble, unheilsame Gedanken, die mit Begierde, mit Haß und mit Verblendung verbunden sind, in ihm überwunden und verschwinden. Mit dem Überwinden dieser Gedanken wird sein Geist innerlich gefestigt, beruhigt, zur Einheit gebracht und konzentriert.

(III) Falls dann immer noch üble unheilsame Gedanken, die mit Begierde, mit Haß und mit Verblendung verbunden sind, in ihm entstehen - während er die Gefahr in jenen Gedanken untersucht - dann sollte er versuchen, jene Gedanken zu vergessen, und sollte sie nicht beachten. Wenn er versucht, jene Gedanken zu vergessen, und sie nicht beachtet, dann werden jegliche üble, unheilsame Gedanken, die mit Begierde, mit Haß und mit Verblendung verbunden sind, in ihm überwunden und verschwinden. Mit dem Überwinden dieser Gedanken wird sein Geist innerlich gefestigt, beruhigt, zur Einheit gebracht und konzentriert. So wie ein Mann mit guten Augen, der Formen, die in sein Blickfeld gekommen waren, nicht sehen wollte, entweder die Augen schließen oder wegblicken würde, genauso sollte ein Bhikkhu versuchen - falls immer noch üble unheilsame Gedanken, die mit Begierde, mit Haß und mit Verblendung verbunden sind, in ihm entstehen, während er die Gefahr in jenen Gedanken untersucht - jene Gedanken zu vergessen, und sollte sie nicht beachten. Wenn er versucht, jene Gedanken zu vergessen, und sie nicht beachtet, dann werden jegliche üble, unheilsame Gedanken, die mit Begierde, mit Haß und mit Verblendung verbunden sind, in ihm überwunden und verschwinden. Mit dem Überwinden dieser Gedanken wird sein Geist innerlich gefestigt, beruhigt, zur Einheit gebracht und konzentriert.

(IV) Falls dann immer noch üble unheilsame Gedanken, die mit Begierde, mit Haß und mit Verblendung verbunden sind, in ihm entstehen - während er versucht, jene Gedanken zu vergessen, und sie nicht beachtet - dann sollte er die Aufmerksamkeit auf die Stillung der Gestaltung jener Gedanken richten. Wenn er die Aufmerksamkeit auf die Stillung der Gestaltung jener Gedanken richtet, dann werden jegliche üble, unheilsame Gedanken, die mit Begierde, mit Haß und mit Verblendung verbunden sind, in ihm überwunden und verschwinden. Mit dem Überwinden dieser Gedanken wird sein Geist innerlich gefestigt, beruhigt, zur Einheit gebracht und konzentriert. So wie ein Mann, der schnell geht erwägen könnte: 'Warum gehe ich schnell? Wie wäre es, wenn ich langsam ginge?' und er würde langsam gehen; dann könnte er erwägen: 'Warum gehe ich langsam? Wie wäre es, wenn ich stehen bliebe?' und er würde stehen bleiben; dann könnte er erwägen: 'Warum stehe ich? Wie wäre es, wenn ich mit hinsetzte?' und er würde sich hinsetzen; dann könnte er erwägen: 'Warum sitze ich? Wie wäre es, wenn ich mich hinlegte?' und er würde sich hinlegen. Mit dieser Vorgehensweise würde er jede gröbere Körperstellung durch eine feinere ersetzen. Genauso sollte ein Bhikkhu - falls immer noch üble unheilsame Gedanken, die mit Begierde, mit Haß und mit Verblendung verbunden sind, in ihm entstehen, während er versucht, jene Gedanken zu vergessen, und sie nicht beachtet - die Aufmerksamkeit

auf die Stillung der Gestaltung jener Gedanken richten. Wenn er die Aufmerksamkeit auf die Stillung der Gestaltung jener Gedanken richtet, dann werden jegliche üble, unheilsame Gedanken, die mit Begierde, mit Haß und mit Verblendung verbunden sind, in ihm überwunden und verschwinden. Mit dem Überwinden dieser Gedanken wird sein Geist innerlich gefestigt, beruhigt, zur Einheit gebracht und konzentriert.

(V) Falls dann immer noch üble unheilsame Gedanken, die mit Begierde, mit Haß und mit Verblendung verbunden sind, in ihm entstehen - während er die Aufmerksamkeit auf die Stillung der Gestaltung jener Gedanken richtet - dann sollte er mit zusammengebissenen Zähnen und an den Gaumen gepreßter Zunge den Geist mit dem Herzen niederwerfen, ihn zu Boden zwingen und überwältigen. Wenn er mit zusammengebissenen Zähnen und an den Gaumen gepreßter Zunge den Geist mit dem Herzen niederwirft, ihn zu Boden zwingt und überwältigt, dann werden jegliche üble, unheilsame Gedanken, die mit Begierde, mit Haß und mit Verblendung verbunden sind, in ihm überwunden und verschwinden. Mit dem Überwinden dieser Gedanken wird sein Geist innerlich gefestigt, beruhigt, zur Einheit gebracht und konzentriert. So wie ein starker Mann einen schwächeren Mann am Kopf oder den Schultern packen, ihn niederwerfen, ihn zu Boden zwingen und überwältigen könnte, genauso sollte ein Bhikkhu - falls immer noch üble unheilsame Gedanken, die mit Begierde, mit Haß und mit Verblendung verbunden sind, in ihm entstehen, während er die Aufmerksamkeit auf die Stillung der Gestaltung jener Gedanken richtet - mit zusammengebissenen Zähnen und an den Gaumen gepreßter Zunge den Geist mit dem Herzen niederwerfen, ihn zu Boden zwingen und überwältigen. Wenn er mit zusammengebissenen Zähnen und an den Gaumen gepreßter Zunge den Geist mit dem Herzen niederwirft, ihn zu Boden zwingt und überwältigt, dann werden jegliche üble, unheilsame Gedanken, die mit Begierde, mit Haß und mit Verblendung verbunden sind, in ihm überwunden und verschwinden. Mit dem Überwinden dieser Gedanken wird sein Geist innerlich gefestigt, beruhigt, zur Einheit gebracht und konzentriert.<sup>29</sup>

Ihr Bhikkhus, wenn ein Bhikkhu die Aufmerksamkeit auf ein bestimmtes Zeichen richtet, und infolge jenes Zeichens entstehen in ihm üble unheilsame Gedanken, die mit Begierde, mit Haß und mit Verblendung verbunden sind, wenn er dann die Aufmerksamkeit auf ein anderes Zeichen, das mit dem Heilsamen verbunden ist, richtet, dann werden jegliche üble, unheilsame Gedanken, die mit Begierde, mit Haß und mit Verblendung verbunden sind, in ihm überwunden und verschwinden. Mit dem Überwinden dieser Gedanken wird sein Geist innerlich gefestigt, beruhigt, zur Einheit gebracht und konzentriert. Wenn er die Gefahr in jenen Gedanken untersucht, dann werden jegliche üble, unheilsame Gedanken, die mit Begierde, mit Haß und mit Verblendung verbunden sind, in ihm überwunden und verschwinden. Mit dem Überwinden dieser Gedanken wird sein Geist innerlich gefestigt, beruhigt, zur Einheit gebracht und konzentriert. Wenn er versucht, jene Gedanken zu vergessen, und sie nicht beachtet, dann werden jegliche üble, unheilsame Gedanken, die mit Begierde, mit Haß und mit Verblendung verbunden sind, in ihm überwunden und verschwinden.

---

<sup>29</sup> Erinnert an progressive Muskelentspannung nach Jacobson. BM: " Bei dieser letzten Notmaßnahme kommen "Brechstangenmethoden", gekoppelt mit erhöhtem Energieaufwand, zum Einsatz. Die Brechstange kann zum Beispiel konsequentes geistiges Etikettieren mit aufgedrehtem innerem Lautstärkeregel sein, oder die Anwendung von mantraähnlichen *parikamma*- oder Meditationsworten."

Mit dem Überwinden dieser Gedanken wird sein Geist innerlich gefestigt, beruhigt, zur Einheit gebracht und konzentriert. Wenn er die Aufmerksamkeit auf die Stillung der Gestaltung jener Gedanken richtet, dann werden jegliche üble, unheilsame Gedanken, die mit Begierde, mit Haß und mit Verblendung verbunden sind, in ihm überwunden und verschwinden. Mit dem Überwinden dieser Gedanken wird sein Geist innerlich gefestigt, beruhigt, zur Einheit gebracht und konzentriert. Wenn er mit zusammengebissenen Zähnen und an den Gaumen gepreßter Zunge den Geist mit dem Herzen niederwirft, ihn zu Boden zwingt und überwältigt, dann werden jegliche üble, unheilsame Gedanken, die mit Begierde, mit Haß und mit Verblendung verbunden sind, in ihm überwunden und verschwinden. Mit dem Überwinden dieser Gedanken wird sein Geist innerlich gefestigt, beruhigt, zur Einheit gebracht und konzentriert. Dieser Bhikkhu wird dann ein Meister der Gedankengänge genannt. Welchen Gedanken er auch immer denken will, den wird er denken, und welchen Gedanken er auch immer nicht denken will, den wird er nicht denken. Er hat Begehren abgeschnitten, die Fesseln abgeworfen, und mit der vollständigen Durchdringung des (Ich-)Dünkels hat er *dukkha* ein Ende bereitet. Das ist es, was der Erhabene sagte. Die Bhikkhus waren zufrieden und entzückt über die Worte des Erhabenen."

D 21: "Dann hat Sakka, das Oberhaupt der Götter, nachdem er durch die Rede des Erhabenen erfreut und beglückt war, eine weitere Frage gestellt: „Herr, Neid und Geiz,<sup>30</sup> welche Ursache, welche Entstehung, woraus entspringen, welche Abstammung haben sie, was muss vorhanden sein damit Neid und Geiz entstehen, was darf nicht vorhanden sein, damit Neid und Geiz nicht entstehen?“

„Neid und Geiz, Oberhaupt der Götter, haben ihre Ursache in der Zuneigung und in der Abneigung, sie entstehen aus Zuneigung und Abneigung, entspringen der Zuneigung und Abneigung, stammen von Zuneigung und Abneigung ab. Wenn Zuneigung und Abneigung vorhanden sind, entstehen Neid und Geiz, wenn Zuneigung und Abneigung nicht vorhanden sind, entstehen Neid und Geiz nicht“.

„Herr, Zuneigung und Abneigung, welche Ursache, welche Entstehung, woraus entspringen, welche Abstammung haben sie, was muss vorhanden sein damit Zuneigung und Abneigung entstehen, was darf nicht vorhanden sein, damit Zuneigung und Abneigung nicht entstehen?“

„Zuneigung und Abneigung, Oberhaupt der Götter, haben ihre Ursache im Wollen (*chanda*), sie entstehen aus dem Wollen, entspringen dem Wollen, stammen vom Wollen ab. Wenn Wollen vorhanden ist, entstehen Zuneigung und Abneigung, wenn Wollen nicht vorhanden ist, entstehen Zuneigung und Abneigung nicht“.

„Herr, das Wollen, welche Ursache, welche Entstehung, woraus entspringt, welche Abstammung hat es, was muss vorhanden sein, damit Wollen entsteht, was darf nicht vorhanden sein, damit Wollen nicht entsteht?“ – „Wollen, Oberhaupt der Götter, hat seine Ursache in der Denktätigkeit (*vitakka*), es entsteht aus der Denktätigkeit, entspringt aus der Denktätigkeit, stammt von der Denktätigkeit ab. Wenn

---

<sup>30</sup> Aufgrund derer die Wesen nicht in Frieden leben können obwohl sie es gerne würden.

Denktätigkeit vorhanden ist, entsteht Wollen, wenn Denktätigkeit nicht vorhanden ist, entsteht Wollen nicht“.

„Herr, die Denktätigkeit, welche Ursache, welche Entstehung, woraus entspringt, welche Abstammung hat sie, was muss vorhanden, damit die Denktätigkeit entsteht, was darf nicht vorhanden sein, damit die Denktätigkeit nicht entsteht?“

„Denktätigkeit, Oberhaupt der Götter, hat ihre Ursache in geistiger Ausbreitung (*papañca*), sie entsteht aus *papañca*, entspringt *papañca*, stammt von *papañca* ab. Wenn *papañca* vorhanden ist, entsteht die Denktätigkeit, wenn *papañca* nicht vorhanden ist, entsteht die Denktätigkeit nicht“.

A VIII, 30: „Gut so, gut so, Anuruddha, gut hast du die sieben Gedanken eines großen Mannes erwogen. Nämlich: ‚Für den, der wenig will (den Bescheidenen), ist diese Lehre, diese Lehre ist nicht für den, der viel will; für den Zufriedenen (den Genügsamen) ist diese Lehre, nicht für den Unzufriedenen; für den in Abgeschiedenheit Lebenden ist diese Lehre, nicht für den, der sich an der Gesellschaft erfreut; für den Willensstarken ist diese Lehre, nicht für den Nachlässigen; für den Achtsamen ist diese Lehre, nicht für den Unachtsamen; für den Beherrschten ist diese Lehre, nicht für den Unbeherrschten; für den Weisen ist diese Lehre, nicht für den Unweisen. So magst du denn, Anuruddha, auch noch diesen achten Gedanken eines großen Mannes erwägen: ‚Für den, der Lust und Freude an *nippapañca* hat ist diese Lehre, nicht für den, der Lust und Freude an *papañca* hat.‘

Wenn du, Anuruddha, diese acht Gedanken eines großen Mannes erwägst, so kannst du, nach Wunsch, ganz abgeschieden von den Sinnendingen, abgeschieden von unheilsamen Geisteszuständen, die erste Vertiefung ... die zweite ... dritte ... vierte Vertiefung erreichen.

Wenn du, Anuruddha, diese acht Gedanken eines großen Mannes erwägst und du diese vier Vertiefungen, die erhaben-geistigen, zeitliches Wohl gewährenden, ganz nach Wunsch, ohne Mühe und Anstrengung erreichst, ... dann wird dir, Anuruddha, in deiner Genügsamkeit dein Fetzen gewand so erscheinen, wie einem Hausvater oder seinem Sohn die mit vielerlei bunten Gewändern angefüllte Kleidertruhe erscheint; dies wird dir dienlich sein zur Freude, zur Unverstörbarkeit, zum Wohlbefinden und zum Eintritt ins Nibbāna. Und wie einem Hausvater oder seinem Sohne unter all den Reisarten der von schwarzen Körnern gereinigte, mit mancherlei Brühen und Zutaten versehene Reis erscheint, genauso wird dir dann in deiner Genügsamkeit die aus Brocken bestehende Almosenspeise erscheinen, dienlich zur Freude, zur Unverstörbarkeit, zum Wohlbefinden und zum Eintritt ins Nibbāna. Und wie einem Hausvater oder seinem Sohne sein Giebelhaus erscheint, innen und außen verputzt, vor Wind geschützt, verriegelt, mit verschließbaren Fenstern, genauso wird dir dann in deiner Genügsamkeit das Lager am Fuße eines Baumes erscheinen, dienlich zur Freude, zur Unverstörbarkeit, zum Wohlbefinden und zum Eintritt ins Nibbāna. Und wie etwa einem Hausvater oder seinem Sohne sein Ruhelager erscheint, das bedeckt ist mit einer befranzen, weiß-wollenen, blumengewirkten Decke oder einem schönen Antilopenfell und versehen mit einer Überdecke und purpurenen Kissen an beiden Bettenden, genauso wird dir dann in deiner Genügsamkeit ein Strohlager als Schlafstätte erscheinen, dienlich zur Freude, zur Unverstörbarkeit, zum Wohlbefinden

und zum Eintritt ins Nibbāna. Und wie einem Hausvater oder seinem Sohne die verschiedenen Heilmittel erscheinen, wie Butteröl, Butter, Öl, Honig und Zucker, genauso wird dir dann fauler Rinderurin als Arznei erscheinen, dienlich zur Freude, zur Unverstörbarkeit, zum Wohlbefinden und zum Eintritt ins Nibbāna.

So magst du denn, Anuruddha, auch die kommende Regenzeit hier im Lande der Cetiyer, im östlichen Bambushain, verbringen!"

"Ja, Herr, erwiderte der ehrwürdige Anuruddha dem Erhabenen.

Nachdem nun der Erhabene den ehrwürdigen Anuruddha mit diesen Worten ermahnt hatte, verschwand er aus dem östlichen Bambushain im Lande der Cetiyer; und gerade wie ein starker Mann den gebeugten Arm ausstrecken oder den gestreckten Arm beugen möchte, so schnell trat der Erhabene bei Sumsumāragira im Lande der Bhagger, im Bhesakalā-Walde, wieder in Erscheinung. Und der Erhabene setzte sich auf dem angebotenen Sitze nieder und sprach zu den Mönchen:

"Die acht Gedanken eines großen Mannes will ich euch weisen, ihr Mönche. So höret denn und achtet wohl auf meine Worte! Welches nun, ihr Mönche, sind die acht Gedanken eines großen Mannes?

...

Es wurde also gesagt, ihr Mönche: 'Für den Bescheidenen eignet sich diese Lehre, nicht für den Unbescheidenen.' Mit Rücksicht worauf aber wurde dies gesagt? Obwohl da, Ihr Mönche, der Mönch bescheiden ist, wünscht er nicht, daß man ihn als bescheiden kenne. Obwohl er genügsam ist, wünscht er nicht, daß man ihn als genügsam kenne. Obwohl er abgeschieden ist, wünscht er nicht, daß man ihn als abgeschieden kenne. Obwohl er willensstark ist, wünscht er nicht, daß man ihn als willensstark kenne. Obwohl er achtsam ist, wünscht er nicht, daß man ihn als achtsam kenne. Obwohl er gesammelt ist, wünscht er nicht, daß man ihn als gesammelt kenne. Obwohl er einsichtig ist, wünscht er nicht, daß man ihn als einsichtig kenne. Obwohl er *nippapañca* hingegeben ist, sich an *nippapañca* erfreut, wünscht er nicht, daß man ihn als einen *nippapañca* Hingegebenen kenne, als einen, der sich an *nippapañca* erfreut. Wurde gesagt: 'Nur für den Bescheidenen eignet sich diese Lehre, nicht für den Unbescheidenen', so wurde dies eben mit Rücksicht hierauf gesagt.

Es wurde gesagt: 'Nur für den Genügsamen eignet sich diese Lehre, nicht für den Ungenügsamen.' Mit Rücksicht worauf aber wurde dies gesagt? Da gibt sich der Mönch zufrieden mit jederart Gewand, Almosenspeise, Lagerstatt und Arznei. Wurde gesagt: 'Nur für den Genügsamen eignet sich diese Lehre, nicht für den Ungenügsamen', so wurde dies eben mit Rücksicht hierauf gesagt.

Es wurde gesagt: 'Nur für den Abgeschiedenen eignet sich diese Lehre, nicht für den die Geselligkeit Suchenden.' Mit Rücksicht worauf aber wurde dies gesagt? Wird da, ihr Mönche, der abgeschieden weilende Mönch aufgesucht von Mönchen, Nonnen, Laienjüngern, Laienjüngerinnen, Fürsten, königlichen Beamten, Glaubenslehrern und Jüngern der Glaubenslehrer, so spricht er lediglich Worte, die dazu angetan sind [die Besucher] zu entlassen, und zwar mit einem der Abgeschiedenheit geneigten, der Abgeschiedenheit hingegebenen, der Abgeschiedenheit zugewandten, abgeschieden verharrenden, entsagungsfreudigen Geiste. Wurde gesagt: 'Nur für den

Abgeschiedenen eignet sich diese Lehre, nicht für den die Geselligkeit Suchenden', so wurde dies eben mit Rücksicht hierauf gesagt.

Es wurde gesagt: 'Nur für den Willensstarken eignet sich diese Lehre, nicht für den Trägen.' Mit Rücksicht worauf aber wurde dies gesagt? Da, ihr Mönche, setzt der Mönch seine Willenskraft ein, um die unheilsamen Dinge zu überwinden, die heilsamen Dinge aber zum Entstehen zu bringen; er ist standhaft, von eisernem Willen erfüllt, nicht nachlässig im Guten. Wurde gesagt: 'Nur für den Willensstarken eignet sich diese Lehre, nicht für den Trägen', so wurde dies eben mit Rücksicht hierauf gesagt.

Es wurde gesagt: 'Nur für den Achtsamen eignet sich diese Lehre, nicht für den Unachtsamen.' Mit Rücksicht worauf aber wurde dies gesagt? Da, ihr Mönche, besitzt der Mönch Achtsamkeit, ist mit höchster Achtsamkeit und Karbewußtheit ausgestattet. Selbst was vor langer Zeit getan oder gesprochen wurde, dessen entsinnt er sich, dessen erinnert er sich. Wurde gesagt: 'Nur für den Achtsamen eignet sich diese Lehre, nicht für den Unachtsamen', so wurde dies eben mit Rücksicht hierauf gesagt.

Es wurde gesagt: 'Nur für den geistig Gesammelten eignet sich die Lehre, nicht für den Ungesammelten.' Mit Rücksicht worauf aber wurde dies gesagt? Da, ihr Mönche, gewinnt der Mönch, ganz abgeschieden von den Sinnendingen, abgeschieden von unheilsamen Geisteszuständen die erste Vertiefung... die zweite... dritte... vierte Vertiefung. Wurde gesagt: 'Nur für den geistig Gesammelten eignet sich die Lehre, nicht für den Ungesammelten', so wurde dies eben mit Rücksicht hierauf gesagt.

Es wurde gesagt: 'Nur für den Weisen eignet sich diese Lehre, nicht für den Unweisen.' Mit Rücksicht worauf aber wurde dies gesagt? Da, ihr Mönche, ist der Mönch von Weisheit erfüllt; er besitzt Weisheit hinsichtlich des Entstehens und Vergehens, edle, durchdringende, zur völligen Leidenserlöschung führende. Wurde gesagt: 'Nur für den Weisen eignet sich diese Lehre, nicht für den Unweisen', so wurde dies eben mit Rücksicht hierauf gesagt.

Es wurde gesagt: 'Für den, der Lust und Freude an *nippapañca* hat ist diese Lehre, nicht für den, der Lust und Freude an *papañca* hat.' ('Nur für den dem Nichtweltlichen Hingegebenen, am Nichtweltlichen Erfreuten eignet sich diese Lehre, nicht für den dem Weltlichen Hingegebenen, am Weltlichen Erfreuten.') Mit Rücksicht worauf aber wurde dies gesagt? Da, ihr Mönche, drängt der Geist des Mönches nach Aufhebung des Weltlichen, erheitert sich darin, festigt sich darin, findet darin seine Erlösung. Wurde gesagt: 'Nur für den dem Nichtweltlichen Hingegebenen, am Nichtweltlichen Erfreuten eignet sich diese Lehre, nicht für den dem Weltlichen Hingegebenen, am Weltlichen Erfreuten', so wurde dies eben mit Rücksicht hierauf gesagt?"<sup>31</sup>

---

<sup>31</sup> Nyanaponika's Übersetzung von *papañca* mit 'weltlich' ist zwar fragwürdig macht aber den engen Zusammenhang von *papañca* und unserem Welterleben deutlich.

### ANHANG III

A VII, 51: Es sprach da einer der Mönche zum Erhabenen:

"Was ist wohl, Herr, die Ursache, was ist der Grund, daß dem erfahrenen, edlen Jünger kein Zweifel mehr aufsteigt hinsichtlich der unerklärten Probleme?"

"Weil, Mönch, im erfahrenen, edlen Jünger die Ansichten geschwunden sind, deshalb steigt ihm kein Zweifel auf hinsichtlich der unerklärten Probleme.

"Daß der Vollendete nach dem Tode bestehe oder daß er nicht bestehe, oder daß er teils bestehe teils nicht bestehe, oder daß er weder bestehe noch nicht bestehe: das, Mönch, ist eine Gasse der Ansichten.

Der unerfahrene Weltling, Mönch, erkennt nicht, was eine Ansicht ist, erkennt nicht die Entstehung der Ansicht, erkennt nicht die Überwindung der Ansicht, erkennt nicht den Weg, der zur Überwindung der Ansicht führt. Daher nimmt in ihm jene Ansicht zu; und er wird nicht befreit von Geburt, Alter und Tod, von Sorge, Jammer, Schmerz, Trübsal und Verzweiflung, wird nicht befreit vom Leiden, so sage ich.

Der erfahrene, edle Jünger aber erkennt, was eine Ansicht ist, erkennt die Entstehung der Ansicht, erkennt die Aufhebung der Ansicht und erkennt den Weg, der zur Aufhebung der Ansicht führt. Daher gelangt jene Ansicht in ihm zum Schwinden; und er wird befreit von Geburt, Alter und Tod, von Sorge, Jammer, Schmerz, Trübsal und Verzweiflung, wird befreit vom Leiden, so sage ich.

Der erfahrene, edle Jünger, Mönch, der also weiß, also erkennt, erklärt nicht mehr, daß der Vollendete nach dem Tode bestehe, oder daß er nicht bestehe, oder daß er teils bestehe teils nicht bestehe, oder daß er weder bestehe noch nicht bestehe. Und also wissend, also erkennend, hat der erfahrene, edle Jünger nicht mehr den Trieb, unerklärte Probleme erklären zu wollen. Und also wissend, also erkennend, erbebt er nicht mehr, erzittert er nicht mehr, schwankt er nicht mehr, gerät er nicht mehr in Unruhe wegen der unerklärten Probleme.

Daß der Vollendete nach dem Tode bestehe, oder daß er nicht bestehe, oder daß er teils bestehe teils nicht bestehe, oder daß er weder bestehe noch nicht bestehe: das, Mönch, ist eine Gasse des Begehrens, eine Gasse falscher Vorstellungen, es ist ein dückelhaftes Vermeinen, ein Sichergehen in begrifflichen Weitschweifigkeiten (*papañcitam*), eine Gasse der Anhaftungen und (ein Quell) innerer Unruhe.

Der unerfahrene Weltling, Mönch, erkennt nicht die Gasse des Begehrens... erkennt nicht die innere Unruhe, erkennt nicht die Entstehung innerer Unruhe, erkennt nicht die Überwindung innerer Unruhe, erkennt nicht den Weg, der zur Aufhebung innerer Unruhe führt. Daher nimmt jene innere Unruhe in ihm zu; und er wird nicht befreit von Geburt, Alter und Tod, von Sorge, Jammer, Schmerz, Trübsal und Verzweiflung, wird nicht befreit vom Leiden, so sage ich.

Der erfahrene, edle Jünger aber erkennt die Gasse der Ansichten... erkennt die innere Unruhe, erkennt die Entstehung innerer Unruhe, erkennt die Aufhebung innerer Unruhe und erkennt den Weg, der zur Aufhebung innerer Unruhe führt. Daher gelangt jene innere Unruhe in ihm zum Schwinden; und er wird befreit von Geburt, Alter und Tod, von Sorge, Jammer, Schmerz, Trübsal und Verzweiflung, wird befreit vom Leiden, so sage ich.

Der erfahrene, edle Jünger, Mönch, der also weiß, also erkennt, erklärt nicht mehr, daß der Vollendete nach dem Tode bestehe oder daß er nicht bestehe oder daß er teils bestehe, teils nicht bestehe, oder daß er weder bestehe noch nicht bestehe. Und also wissend, also erkennend, hat der erfahrene, edle Jünger nicht mehr den Trieb, unerklärte Probleme erklären zu wollen. Also wissend, also erkennend, erbebt er nicht mehr, erzittert er nicht mehr, schwankt er nicht mehr, gerät nicht mehr in Unruhe hinsichtlich der unerklärten Probleme.

Das, Mönch, ist die Ursache, das ist der Grund, daß dem erfahrenen, edlen Jünger kein Zweifel mehr aufsteigt hinsichtlich der unerklärten Probleme."

A IV, 174a: "Auf die Fragen: 'Bleibt, Bruder, nach der restlosen Aufhebung und Erlöschung der sechs Grundlagen des Sinneneindrucks noch etwas übrig - bleibt nichts mehr übrig - bleibt etwas übrig und etwas nicht übrig - bleibt weder etwas übrig noch nicht übrig?' - auf alle diese Fragen erwidert du: 'Sprich nicht so, Bruder!' Wie aber, Bruder, soll man den Sinn dieser Worte verstehen?"<sup>32</sup>

»Zu sagen: 'Nach der restlosen Aufhebung und Erlöschung der sechs Grundlagen des Sinneneindrucks bleibt noch etwas übrig - bleibt nichts mehr übrig - bleibt etwas übrig und etwas nicht übrig - bleibt weder etwas übrig noch nicht übrig' - all dies hieße ein Unerklärbares erklären (*appapañcam papañceti*). Wie weit, Bruder, die sechs Grundlagen des Sinneneindrucks reichen, so weit eben reicht die [erklärbare] Welt der Vielfalt (*tāvatā papañcassa gati*); und wie weit die [erklärbare] Welt der Vielfalt reicht, so weit eben reichen die sechs Grundlagen des Sinneneindrucks. Mit der restlosen Aufhebung und Erlöschung der sechs Grundlagen des Sinneneindrucks, Bruder, erlischt die Welt der Vielfalt, gelangt die Welt der Vielfalt zur Ruhe (*papañcanirodho papañcavūpasamo*)."<sup>33</sup>

S 35, 94: „Mit Sinneswahrnehmung ausgestattet, nähern sich Menschen, deren Wahrnehmung von der ausufernden Tendenz charakterisiert ist, (geistig) den Sinnesobjekten, indem sie sie begrifflich-konzeptuell vermehren. Indem er alles Geist-

---

<sup>32</sup> Die drei ersten dieser Behauptungen beziehen sich lt. K auf 1) den spiritualistischen Standpunkt oder Ewigkeitsglauben (*sassata-dīṭṭhi*), 2) den materialistischen Standpunkt oder Vernichtungsglauben (*uccheda-dīṭṭhi*), 3) den semi-spiritualistischen Standpunkt oder 'teilweisen Ewigkeitsglauben' (*ekacca-sassatadīṭṭhi*). Alle drei gehen von der falschen Voraussetzung einer realen Ichheit aus. Der 4. Standpunkt gilt als *amarā-vikkhepa*, d.h. das Sich-Herauswinden, wie der schlüpfrige Amarā-Fisch der Hand entschlüpft. Es ist dies eine ausweichende Haltung, wie sie z.B. vom Sektenlehrer Sañjaya Belatthiputta eingenommen wurde.

<sup>33</sup> Sn 916: "Die Wurzel dieser Vielheits-Welt in ihren Teilen,  
Den Dünkel des 'Ich bin', ihn soll der Weise ganz vernichten  
Was an Begehungen im Inneren haust,  
Sie zu beseitigen übe er sich achtsam.

Geschaffene und zum Hausleben Gehörende aufgibt, nimmt er (der Asket) Zuflucht zu dem, was mit Entsagung verbunden ist.“

A VIII, 11: "Rücksichtslos ist der Herr Gotama."

"Allerdings, Brahmane, könnte man mich in einer Hinsicht mit Recht als rücksichtslos bezeichnen; denn jedwede Rücksicht auf Formen, Töne, Düfte, Säfte und Berührungen ist im Vollendeten überwunden, mit der Wurzel zerstört, wie eine Fächerpalme dem Boden entrissen, vernichtet und dem Neuentstehen nicht mehr ausgesetzt. In dieser Hinsicht könnte man freilich mit Recht sagen: 'Rücksichtslos ist der Asket Gotama'; doch nicht wie du es meinst."

"Lieblos ist der Herr Gotama."

"Allerdings, Brahmane, könnte man mich in einer Hinsicht mit Recht als lieblos bezeichnen; denn jedwede Liebe für Formen, Töne, Düfte, Säfte und Berührungen ist im Vollendeten überwunden, mit der Wurzel zerstört, wie eine Fächerpalme dem Boden entrissen, vernichtet und dem Neuentstehen nicht mehr ausgesetzt. In dieser Hinsicht könnte man freilich mit Recht sagen: 'Lieblos ist der Asket Gotama'; doch nicht wie du es meinst."

"Die Untätigkeit lehrt der Asket Gotama."

"Allerdings, Brahmane, könnte man mich in einer Hinsicht mit Recht als einen Lehrer der Untätigkeit bezeichnen; denn ich lehre die Nichtausübung eines schlechten Wandels in Werken, Worten und Gedanken, lehre die Nichtausübung der mannigfachen üblen, unheilsamen Dinge. In dieser Hinsicht könnte man freilich mit Recht sagen: 'Die Untätigkeit lehrt der Asket Gotama'; doch nicht wie du es meinst."

"Die Vernichtung lehrt der Herr Gotama."

"Allerdings, Brahmane, könnte man mich in einer Hinsicht mit Recht als einen Lehrer der Vernichtung bezeichnen; denn ich lehre die Vernichtung von Gier, Haß und Verblendung, lehre die Vernichtung der mannigfachen üblen, unheilsamen Dinge. In dieser Hinsicht könnte man freilich mit Recht sagen: 'Die Vernichtung lehrt der Asket Gotama'; doch nicht wie du es meinst."

"Ein Verächter ist der Herr Gotama."

"Allerdings, Brahmane, könnte man mich in einer Hinsicht mit Recht als einen Verächter bezeichnen: denn ich verachte den schlechten Wandel in Werken, Worten und Gedanken, verachte die Ausübung der mannigfachen üblen, unheilsamen Dinge. In dieser Hinsicht könnte man freilich mit Recht sagen: 'Ein Verächter ist der Asket Gotama'; doch nicht wie du es meinst."

"Ein Verneiner ist der Herr Gotama."

"Allerdings, Brahmane, könnte man mich in einer Hinsicht mit Recht als einen Verneiner bezeichnen: denn ich weise die Lehre zur Verneinung von Gier, Haß und Verblendung, zur Verneinung der mannigfachen üblen, unheilsamen Dinge. In dieser Hinsicht könnte man freilich mit Recht sagen: 'Ein Verneiner ist der Asket Gotama'; doch nicht wie du es meinst."

"Ein Quäler ist der Herr Gotama."

"Allerdings, Brahmane, könnte man mich in einer Hinsicht mit Recht als einen Quäler bezeichnen: denn niederzuquälen, sage ich, hat man die üblen, unheilsamen Dinge, den schlechten Wandel in Werken, Worten und Gedanken. In wem aber, Brahmane,

die niederzuquälenden üblen, unheilsamen Dinge überwunden sind, mit der Wurzel zerstört, wie eine Fächerpalme dem Boden entrissen, vernichtet und dem Neuentstehen nicht mehr ausgesetzt, den nenne ich einen Quäler. Im Vollendeten nun, Brahmane, sind die niederzuquälenden üblen, unheilsamen Dinge überwunden, mit der Wurzel zerstört, wie eine Fächerpalme dem Boden entrissen, vernichtet und dem Neuentstehen nicht mehr ausgesetzt. In dieser Hinsicht könnte man freilich mit Recht sagen: 'Ein Quäler ist der Asket Gotama'; doch nicht wie du es meinst."

"Ein Ausgestoßener ist der Herr Gotama."

"Allerdings, Brahmane, könnte man mich in einer Hinsicht mit Recht als einen Ausgestoßenen bezeichnen: denn für wen der künftige Leibesschoß, die Wiedergeburt, überwunden ist, mit der Wurzel zerstört, wie eine Fächerpalme dem Boden entrissen, vernichtet und dem Neuentstehen nicht mehr ausgesetzt, den nenne ich einen Ausgestoßenen. Für den Vollendeten nun, Brahmane, ist der künftige Leibesschoß, die Wiedergeburt, überwunden, mit der Wurzel zerstört, wie eine Fächerpalme dem Boden entrissen, vernichtet und dem Neuentstehen nicht mehr ausgesetzt. In dieser Hinsicht könnte man freilich mit Recht sagen 'Ein Ausgestoßener ist der Asket Gotama; doch nicht wie du es meinst.'<sup>34</sup>

A VI, 14-15: "Der Tor, der sich am begrifflich-konzeptuellen Ausufern erfreut, daran Gefallen findet, ist weit von Nibbāna - der unvergleichlichen Freiheit von jeglicher Fessel - entfernt.

„Der, der solch begrifflich-konzeptuelles Ausufern aufgegeben hat, erfreut sich am Pfad der Nichtausbreitung – er erreicht Nibbāna, die unvergleichliche Freiheit von jeglicher Fessel."

D 21: „Doch wie, Herr, ist der Mönch gewandelt, der den geeigneten Pfad zur Aufhebung von Konzepten, die durch ihre Tendenz zum Wuchern gekennzeichnet sind, erreicht hat?“

„Das Glück, du König der Götter, ist zweifach; je nachdem ob es gesucht oder vermieden werden soll. Ebenso erkläre ich Unglück für zweifach ... das gilt auch für Gleichmut ...“

„Und die Unterscheidung, die ich in Hinblick auf Glücksgefühl gemacht habe, beruht auf diesen Grundlagen: Wenn einem nach einem bestimmten Glückgefühl die Wahrnehmung aufkommt, dass schlechte Qualitäten zunehmen und gute Qualitäten abnehmen, dann sollte dieses Glück vermieden werden. Und wenn einem nach einem bestimmten Glückgefühl die Wahrnehmung aufkommt, dass die guten Qualitäten zunehmen und die schlechten Qualitäten abnehmen, dann sollte man diesem Glück folgen. Nun ist von den beiden Arten des Glücks – das, welches von Nachdenken

---

<sup>34</sup> BN: "Wenn jemand weder Verlangen, Dünkel oder Ansichten (Viriya: die Ursachen des schlechten Wandels) hinsichtlich der bedingten Phänomene, die mit dem Prozess des Erkennens verbunden sind, entwickelt, indem er auf die Fiktion eines Ichs zurückgreift, ist er frei von dem Joch der wuchernden Konzepte. Er hat damit alle Neigungen zu negativen Geisteszuständen, die sowohl im Individuum als auch in der Gesellschaft zu Konflikten führen, ausgelöscht."

begleitet wird und das, welches nicht von Nachdenken begleitet wird – das letztere das vortrefflichere.“

„Und wiederum, du König der Götter, wenn ich das Unglück als zweifach erkläre ... ist letzteres das vortrefflichere. Und wiederum, du König der Götter, wenn ich Gleichmut als zweifach erkläre ... ist letzteres das vortrefflichere.“

„Auf diese Weise, König der Götter, muss ein Mönch gewandelt sein, der den entsprechenden Pfad, der zur Aufhebung von Konzepten, die durch ihre Tendenz zum Wuchern gekennzeichnet sind, erreicht hat.“<sup>35</sup>

Ud 10: „Dann, *Bāhiya*, sollst du dich so üben: ‚Im Gesehenen wird nur das Gesehene sein, im Gehörten nur Gehörtes, im sinnlich Erfahrenen nur sinnlich Erfahrenes, im Erkannten nur Erkanntes. So sollst du dich üben, *Bāhiya*. Wenn nun für dich, *Bāhiya*, im Gesehenen nur Gesehenes ist, im Gehörten nur Gehörtes ... im Erkannten nur Erkanntes, dann, *Bāhiya*, wird es für dich kein ‚dadurch‘ geben, wenn es für dich kein ‚dadurch‘ gibt, dann, *Bāhiya*, wird es für dich kein ‚hierin‘ geben; und wenn du, *Bāhiya*, kein ‚hierin‘ hast, folgt daraus, dass du weder ein ‚Hier‘ noch ‚Dort‘, noch irgendetwas dazwischen haben wirst. Dies ist das Ende des Leidens.“<sup>36</sup>

---

<sup>35</sup> D 9: "Sobald nun, Potṭhapāda, der Bhikkhu die Kontrolle über die Wahrnehmung erlangt hat, schreitet er Stufe für Stufe fort, bis an die Grenze der Wahrnehmung. Hat er diese erreicht, so sagt er sich: „Geistige Aktivität dulden bekommt mir schlechter, keine geistige Aktivität dulden bekommt mir besser; wenn ich mir weiter Vorstellungen machen würde, unterscheiden wollte, würden mir diese (bis jetzt von mir erreichten) Wahrnehmungen untergehen und andere, gröbere Wahrnehmungen aufgehen, angenommen ich würde mir nichts mehr vorstellen?“

So stellt er sich eben nichts mehr vor, und da geht auch diese Wahrnehmung unter und eine andere, gröbere Wahrnehmung steigt nicht auf und er erreicht Erlöschen. Auf solche Weise kann, Potṭhapāda, das aufeinanderfolgende höhere Erlöschen der Wahrnehmung bei klarer Bewußtheit erlangt werden (*anupubbābhisaññānirodha-sampajāna-samāpatti*).“

<sup>36</sup> D 9: "Und wie ist der Bhikkhu ein Wächter der Sinnestore? Hat da der Bhikkhu mit dem Auge ein Sehobjekt erblickt, mit dem Ohr ein Hörobject gehört, mit der Nase ein Riechobject gerochen, mit der Zunge ein Geschmacksobject geschmeckt, mit dem Körper ein Tastobject ertastet oder mit dem Geist ein Geistobject wahrgenommen, so greift er nicht nach hervorstechenden Anzeichen oder seinen zweitrangigen Eigenschaften. Da Begierde und Mißmut, schlechte und ungeschickte Gedanken den überwältigen, der die Sinnestore unbewacht läßt, übt er sich in dieser Bewachung, beschützt er die Sinnestore, entwickelt er die Zügelung der Sinne. Er erfährt in sich selbst das tadellose Glück, das der Aufrechterhaltung dieser edlen Sinneszügelung entspringt. So ist ein Bhikkhu ein Wächter der Sinnestore."

BN: "Die Sinneszügelung besteht im Innehalten bei den Sinnes-Eingangsdaten, ohne sich von ihnen in die Irre führen zu lassen. Wer dabei erfolgreich ist, hat die Natur dieser Sinnes-Eingangsdaten vollkommen verstanden. Die Vollendung der Übung der Sinneszügelung besteht deshalb in der Fähigkeit, nicht mehr in Begriffen der Sinneserfahrungs-Daten zu *denken*. Die Natur von Sinnesdaten ist derart trügerisch und schwer fassbar, dass man, sobald man in ihren Begriffen denkt, von der Realität entfremdet wird.

Sn 757: „Welches Phänomen sie auch immer für ihr Selbst halten, eben dadurch (durch das Denken) verändert es sich. Als falsch und täuschend gilt es, denn es ist nicht von Bestand.“

M 1: "Ihr Bhikkhus, ein Bhikkhu, der ein Arahat ist, mit vernichteten Trieben, der das heilige Leben gelebt hat, getan hat, was getan werden musste, die Bürde abgelegt hat, das wahre Ziel erreicht hat, die Fesseln des Daseins zerstört hat und durch letztendliche Erkenntnis vollständig befreit ist,

Sn 530: „Wer das Ausufern von Name-und-Form durchschaut hat, das die Wurzel aller inneren und äußeren Krankheiten ist - der ist von diesen Fesseln befreit und wird aufgrund dessen ein wahrhaftig Wissender, So-Gearteter (*Tathāgata*) genannt.“

---

erkennt da Erde unmittelbar als Erde. Nachdem er Erde unmittelbar als Erde erkannt hat, stellt er sich nicht Erde vor, er macht sich nicht Vorstellungen über Erde, er macht sich nicht Vorstellungen vom Erde ausgehend, er stellt sich nicht vor `Erde ist mein´, er erfreut sich nicht am Erde. Warum ist das so? Weil er es vollständig durchschaut hat, sage ich. ... Er erkennt Nibbāna unmittelbar als Nibbāna. Nachdem er Nibbāna unmittelbar als Nibbāna erkannt hat, stellt er sich nicht Nibbāna vor, er macht sich nicht Vorstellungen über Nibbāna, er macht sich nicht Vorstellungen von Nibbāna ausgehend, er stellt sich nicht vor `Nibbāna ist mein´, er erfreut sich nicht an Nibbāna. Warum ist das so? Weil er es vollständig durchschaut hat, sage ich."