

Rāhulas Weg zur Erleuchtung

Anenja Vihara - Nonnentrainingskloster
Morgen 6, D-87549 Rettenberg
Telefon: ++49 (0)8327 - 93 08 91
info@anenja-vihara.org
www.anenja-vihara.org
Träger: Buddhistisches Nonnenkloster e.V.

Die Verwendung der Texte erfolgt mit freundlicher Genehmigung des Verlage:
Beyerlein-Steinschulte, 95236 Stammbach, Herrnschrot 49, Tel. 09256/460, Fax 09256/8301
Jhana-Verlag, Uttenbühl 5, 87466 Oy-Mittelberg, Tel 0 83 76 - 88 38, Fax 0 83 76 - 592

Diese Auflage wurde mit Unterstützung des Dhamma-Dana Projekts der BGM zur
kostenlosen Verteilung herausgegeben.

Rettenberg, Dezember 2010

Sutta Nipata II:11. Rāhula (Rāhula-Sutta)

335 (DER ERHABENE)

Trotz ständigen Beisammenlebens verachtetest du auch nicht den Weisen?
Der Menschheit Fackelträger, wird er gebührend auch von dir verehrt?

336 (RAHULA)

Trotz ständigen Beisammenlebens verachte ich den Weisen nicht.
Der Menschheit Fackelträger verehr' ich ständig nach Gebühr.

337 (DER ERHABENE)

Fünffache Sinnenlust hast du verlassen,
So lieb gehalten, die das Herz erfreut.
Vertrauensvoll zogst aus dem Hause du,¹
So werde nun ein Endiger des Leids!

338

Zu edlen Freunden sollst du dich gesellen,
Erwähle fern entlegene Wohnstatt dir,
Die einsam ist, dem Lärm entzogen!
Beim Mahle kenne wohl das Maß!²

1 MN 51 - An Kandaraka (Kandaraka Sutta)

13. „Ein Haushälter oder Sohn eines Haushälters oder jemand, der in einer anderen Familie geboren wird, hört jenes Dhamma. Wenn er das Dhamma hört, erlangt er Vertrauen in den Tathāgata. Im Besitz jenes Vertrauens erwägt er: ‚Das Leben eines Haushälters ist eng und staubig; das Leben in der Hauslosigkeit ist weit und offen. Während man zu Hause wohnt, ist es nicht leicht, das heilige Leben zu führen, das zutiefst vollkommen und rein ist, wie eine polierte Muschel.

Angenommen, ich rasiere mir das Kopfhaar und den Bart ab, ziehe die gelbe Robe an und ziehe vom Leben zu Hause fort in die Hauslosigkeit.‘ Bei späterer Gelegenheit rasiert er sich das Kopfhaar und den Bart ab, zieht die gelbe Robe an und zieht vom Leben zu Hause fort in die Hauslosigkeit, wobei er ein kleines oder großes Vermögen, einen kleinen oder großen Verwandtenkreis aufgibt.“

2 14. „Nachdem er so in die Hauslosigkeit gezogen ist und die Übung und Lebensweise der Bhikkhus auf sich genommen hat, enthält er sich davon, Lebewesen zu töten, indem er es aufgegeben hat, Lebewesen zu töten; Stock und Waffen beiseite gelegt, sanft und freundlich, lebt er voll Mitgefühl für alle Lebewesen. Er enthält sich davon, das zu nehmen, was ihm nicht gegeben wurde, indem er es aufgegeben hat zu nehmen, was nicht gegeben wurde; indem er nur nimmt, was gegeben wurde, nur erwartet, was gegeben wurde, indem er nicht stiehlt, weil er in Reinheit. Indem er die Unkeuschheit aufgegeben hat, lebt er in Keuschheit, lebt er losgelöst von der gewöhnlichen Praxis des Geschlechtsverkehrs und er enthält sich davon.“ „Er enthält sich davon, die Unwahrheit zu sagen, indem er es aufgegeben hat, die Unwahrheit zu sagen; er spricht die Wahrheit, hält sich an die Wahrheit, ist vertrauenswürdig und verlässlich, er ist einer,

339

Nach Mönchsgewand und Brockenspeise,
Nach Wohnstatt und Arznei für Krankheit,
Hiernach sollst nimmer du Begehren hegen,
Damit zur Welt du nicht mehr wiederkehrst!

340

Gezügelt sei in dieses Ordens Regel,
Bei den fünf Sinnen auch sei du bewacht!³

der die Welt nicht täuscht. Er enthält sich davon, gehässig zu sprechen, indem er es aufgegeben hat, gehässig zu sprechen; er verbreitet nicht woanders, was er hier gehört hat, um jene Menschen von den Menschen hier zu entzweien, auch verbreitet er nicht hier, was er woanders gehört hat, um diese Menschen von jenen Menschen dort zu entzweien; somit ist er einer, der diejenigen vereint, die vorher entzweit waren, einer, der Freundschaft fördert, Eintracht genießt, sich über Eintracht freut, an Eintracht Entzücken findet, jemand, der Worte äußert, die Eintracht säen. Er enthält sich des Gebrauchs grober Worte, indem er den Gebrauch grober Worte aufgegeben hat; er äußert Worte, die sanft, gefällig und liebenswert sind, die zu Herzen gehen, höflich sind, nach denen es viele verlangt, die vielen angenehm sind. Er enthält sich der Schwatzhaftigkeit, indem er die Schwatzhaftigkeit aufgegeben hat; er redet zur rechten Zeit, sagt, was den Tatsachen entspricht, redet über das, was gut ist, spricht über das Dhamma und die Disziplin; zur rechten Zeit sagt er Worte, die wert sind, festgehalten zu werden, vernünftig, gemäßigt und heilsam.“ „Er enthält sich davon, Saatgut und Pflanzen zu beschädigen. Er übt sich darin, nur zu einer Tageszeit zu essen, indem er sich davon enthält, nachts und außerhalb der angemessenen Zeit zu essen. Er enthält sich des Tanzens, Singens, Musizierens und des Besuchs von Theateraufführungen. Er enthält sich davon, Schmuck zu tragen, sich mit Parfüm herauszuputzen und sich mit Kosmetik zu verschönern. Er enthält sich hoher und breiter Betten. Er enthält sich davon, Gold und Silber anzunehmen. Er enthält sich davon, ungekochtes Getreide anzunehmen. Er enthält sich davon, rohes Fleisch anzunehmen. Er enthält sich davon, Frauen und Mädchen anzunehmen. Er enthält sich davon, Sklaven und Sklavinnen anzunehmen. Er enthält sich davon, Ziegen und Schafe anzunehmen. Er enthält sich davon, Geflügel und Schweine anzunehmen. Er enthält sich davon, Elefanten, Rinder, Pferde und Stuten anzunehmen. Er enthält sich davon, Felder und Ländereien anzunehmen. Er enthält sich davon, Botengänge zu verrichten und Botschaften zu übermitteln. Er enthält sich des Kaufens und Verkaufens. Er enthält sich davon, falsche Gewichte, falsche Metalle und falsche Maße zu verwenden.

Er enthält sich des Schwindelns, Täuschens, Betrügens und der Hinterlist. Er enthält sich der Körperverletzung, des Mordens, Fesseln, der Wegelagerei, des Plünderns und der Gewalt.“

15. „Er begnügt sich mit Roben, um seinen Körper zu schützen, und mit Almosenspeise, um seinen Magen zu füllen, und wohin er auch geht, nimmt er nur diese mit. Gerade so wie ein Vogel, der, wohin er auch fliegt, nur mit seinen Flügeln als Gepäck fliegt, so begnügt sich auch der Bhikkhu mit Roben, um seinen Körper zu schützen, und mit Almosenspeise, um seinen Magen zu füllen, und wohin er auch geht, nimmt er nur diese mit. Weil er diese Ansammlung edler Sittlichkeit besitzt, erlebt er in sich eine Glückseligkeit, die ohne Tadel ist.“

- 3 16. „Wenn er mit dem Auge eine Form sieht, klammert er sich nicht an ihre Zeichen und ihr Erscheinungsbild. 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. Wenn er mit dem Ohr

Die "Achtsamkeit beim Körper" sei dir eigen,
Den Abscheu mache in dir stark!

341

Meide Gedanken-Bild, das lieblich,
Das mit Begierde ist verquickt!
An dem, was unrein, reife deinen Geist,
Damit er einig, wohl gesammelt sei!⁴

einen Klang hört, klammert er sich nicht an seine Zeichen und sein Erscheinungsbild. Da üble, unheilsame Geisteszustände der Gier und der Trauer in ihn eindringen könnten, wenn er den Hörsinn unkontrolliert ließe, übt er sich in dessen Kontrolle, er beschützt den Hörsinn, er beschäftigt sich mit der Kontrolle des Hörsinns. Wenn er mit der Nase einen Geruch riecht, klammert er sich nicht an seine Zeichen und sein Erscheinungsbild. Da üble, unheilsame Geisteszustände der Gier und der Trauer in ihn eindringen könnten, wenn er den Geruchsinn unkontrolliert ließe, übt er sich in dessen Kontrolle, er beschützt den Geruchsinn, er beschäftigt sich mit der Kontrolle des Geruchsinns. Wenn er mit der Zunge einen Geschmack schmeckt, klammert er sich nicht an seine Zeichen und sein Erscheinungsbild. Da üble, unheilsame Geisteszustände der Gier und der Trauer in ihn eindringen könnten, wenn er den Geschmacksinn unkontrolliert ließe, übt er sich in dessen Kontrolle, er beschützt den Geschmacksinn, er beschäftigt sich mit der Kontrolle des Geschmacksinns. Wenn er mit dem Körper ein Berührungsobjekt fühlt, klammert er sich nicht an seine Zeichen und sein Erscheinungsbild. Da üble, unheilsame Geisteszustände der Gier und der Trauer in ihn eindringen könnten, wenn er den Berührungssinn unkontrolliert ließe, übt er sich in dessen Kontrolle, er beschützt den Berührungssinn, er beschäftigt sich mit der Kontrolle des Berührungssinns. Wenn er mit dem Geist ein Geistesobjekt erfährt, klammert er sich nicht an seine Zeichen und sein Erscheinungsbild. Da üble, unheilsame Geisteszustände der Gier und der Trauer in ihn eindringen könnten, wenn er den Geistsinn unkontrolliert ließe, übt er sich in dessen Kontrolle, er beschützt den Geistsinn, er beschäftigt sich mit der Kontrolle des Geistsinns. Weil er diese edle Sinneskontrolle besitzt, erlebt er in sich eine Glückseligkeit, die unbesudelt ist.“

17. „Er wird einer, der wissensklar handelt beim Hingehen und Zurückgehen; der wissensklar handelt beim Hinschauen und Wegschauen; der wissensklar handelt beim Beugen und Strecken der Glieder; der wissensklar handelt beim Tragen der Robe und beim Umhertragen der äußeren Robe und der Schale; der wissensklar handelt beim Essen, Trinken, Kauen und Schmecken; der wissensklar handelt beim Entleeren von Kot und Urin; der wissensklar handelt beim Gehen, Stehen, Sitzen, Einschlafen, Aufwachen, beim Reden und Schweigen.“

- 4 18. „Weil er diese Ansammlung edler Sittlichkeit, diese edle Sinneskontrolle und diese edle Achtsamkeit und Wissensklarheit besitzt, zieht er sich an eine abgeschiedene Lagerstätte zurück: in einen Wald, an den Fuß eines Baumes, auf einen Berg, in eine Schlucht, in eine Berghöhle, an eine Leichenstätte, in ein Dschungeldickicht, auf ein freies Feld, auf einen Strohhaufen.“

19. „Nach der Rückkehr von seiner Almosenrunde, nach seiner Mahlzeit, setzt er sich mit gekreuzten Beinen und gerade aufgerichtetem Oberkörper hin und hält die Achtsamkeit vor sich gegenwärtig. Indem er die Habgier nach weltlichen Dingen überwindet, verweilt er mit einem Herzen, das frei ist von Habgier; er läutert seinen Geist von Habgier. Indem er Übelwollen und Haß überwindet, verweilt er mit einem Geist, der frei ist von Übelwollen, der Mitgefühl empfindet für das Wohlergehen aller Lebewesen; er läutert seinen Geist von Übelwollen und

Haß. Indem er Trägheit und Mattheit überwindet, verweilt er frei von Trägheit und Mattheit, lichten Geistes, achtsam und wissensklar; er läutert seinen Geist von Trägheit und Mattheit. Indem er Rastlosigkeit und Gewissensunruhe überwindet, verweilt er ausgeglichen, mit einem Geist, der inneren Frieden hat; er läutert seinen Geist von Rastlosigkeit und Gewissensunruhe. Indem er den Zweifel überwindet, verweilt er dem Zweifel entronnen, ohne Unsicherheit in Bezug auf heilsame Geisteszustände; er läutert seinen Geist vom Zweifel.“

20. „Nachdem er diese fünf Hindernisse, diese Unvollkommenheiten des Herzens, die die Weisheit schwächen, überwunden hat, tritt er ganz abgeschieden von Sinnesvergnügen, abgeschieden von unheilsamen Geisteszuständen, in die erste Vertiefung ein, die von anfänglicher und anhaltender Hinwendung des Geistes begleitet ist, und verweilt darin, mit Verzückung und Glückseligkeit, die aus der Abgeschiedenheit entstanden sind.“

21. „Wiederum, mit der Stillung der anfänglichen und anhaltenden Hinwendung des Geistes (zum Meditationsobjekt) tritt er in die zweite Vertiefung ein, die innere Beruhigung und Einheit des Herzens enthält, ohne anfängliche und anhaltende Hinwendung des Geistes, und verweilt darin, mit Verzückung und Glückseligkeit, die aus der Konzentration entstanden sind.“

22. „Wiederum, mit dem Verblassen der Verzückung, in Gleichmut verweilend, achtsam und wissensklar, voll körperlich erlebter Glückseligkeit, tritt er in die dritte Vertiefung ein, von der die Edlen sagen: ‚Glückselig verweilt derjenige, der voll Gleichmut und Achtsamkeit ist‘, und verweilt darin.“

23. „Mit dem Überwinden von Glück und Schmerz und dem schon früheren Verschwinden von Freude und Trauer, tritt er in die vierte Vertiefung ein, die aufgrund von Gleichmut Weder-Schmerzhaftes-noch-Angenehmes und Reinheit der Achtsamkeit in sich hat, und verweilt darin.“

24. „Wenn sein konzentrierter Geist auf solche Weise geläutert, klar, makellos, der Unvollkommenheit ledig, gefügig, nutzbar, stetig und unerschütterlich ist, richtet er ihn auf das Wissen von der Erinnerung an frühere Leben. Er erinnert sich an viele frühere Leben, das heißt, an eine Geburt, zwei Geburten, drei Geburten, vier Geburten, fünf Geburten, zehn Geburten, zwanzig Geburten, dreißig Geburten, vierzig Geburten, fünfzig Geburten, hundert Geburten, tausend Geburten, hunderttausend Geburten, viele Äonen, in denen sich das Weltall zusammenschloß, viele Äonen, in denen sich das Weltall ausdehnte, viele Äonen, in denen sich das Weltall zusammenschloß und ausdehnte: ‚Dort wurde ich soundso genannt, war von solcher Familie, mit solcher Erscheinung, solcherart war meine Nahrung, so mein Erleben von Glück und Schmerz, so meine Lebensspanne; und nachdem ich von dort verschieden war, erschien ich woanders wieder; auch dort wurde ich soundso genannt, war von solcher Familie, mit solcher Erscheinung, war meine Nahrung solcherart, so mein Erleben von Glück und Schmerz, so meine Lebensspanne; und nachdem ich von dort verschieden war, erschien ich hier wieder.‘ So erinnert er sich an viele frühere Leben mit ihren Aspekten und Besonderheiten.“

25. „Wenn sein konzentrierter Geist auf solche Weise geläutert, klar, makellos, der Unvollkommenheit ledig, gefügig, nutzbar, stetig und unerschütterlich ist, richtet er ihn auf das Wissen vom Sterben und Wiedererscheinen der Wesen. Er sieht mit dem Himmlischen Auge, das geläutert und dem menschlichen überlegen ist, die Wesen sterben und wiedererscheinen, niedrige und hohe, schöne und häßliche, in Glück und Elend. Er versteht, wie die Wesen ihren Handlungen gemäß weiterwandern: ‚Diese geschätzten Wesen, die sich mit Körper, Sprache und Geist übel benommen haben, die die Edlen geschmäht haben, die falsche Ansichten hatten und diesen in ihren Taten Ausdruck verliehen, sind bei der Auflösung des Körpers, nach dem Tode in Umständen, die von Entbehrungen geprägt sind, wiedererschienen, an einem unglücklichen Bestimmungsort, in Verderbnis, ja sogar in der

Bildlosigkeit laß in dir reifen,
 Die Dünkels-Neigung treibe aus!
 Wenn alles Dünken du getilgt,
 Befriedet wirst du leben dann!

Auf eben solche Weise ermahnte immer wieder der Erhabene den ehrwürdigen Rāhula mit diesen Versen.

Hölle; aber jene geschätzten Wesen, die sich mit Körper, Sprache und Geist wohl benommen haben, die die Edlen nicht geschmäht haben, die richtige Ansichten hatten und diesen in ihren Taten Ausdruck verliehen, sind bei der Auflösung des Körpers, nach dem Tode an einem glücklichen Bestimmungsort wiedererschienen, ja sogar in der himmlischen Welt.‘ So sieht er mit dem Himmlischen Auge, das geläutert und dem menschlichen überlegen ist, die Wesen sterben und wiedererscheinen, niedrige und hohe, schöne und häßliche, in Glück und Elend, und er versteht, wie die Wesen ihren Handlungen gemäß weiterwandern.“

26. „Wenn sein konzentrierter Geist auf solche Weise geläutert, klar, makellos, der Unvollkommenheit ledig, gefügig, nutzbar, stetig und unerschütterlich ist, richtet er ihn auf das Wissen von der Vernichtung der Triebe. Er versteht der Wirklichkeit entsprechend: ‚Dies ist Dukkha.‘ Er versteht der Wirklichkeit entsprechend: ‚Dies ist der Ursprung von Dukkha.‘ Er versteht der Wirklichkeit entsprechend: ‚Dies ist das Aufhören von Dukkha.‘ Er versteht der Wirklichkeit entsprechend: ‚Dies ist der Weg, der zum Aufhören von Dukkha führt.‘ Er versteht der Wirklichkeit entsprechend: ‚Dies sind die Triebe.‘ Er versteht der Wirklichkeit entsprechend: ‚Dies ist der Ursprung der Triebe.‘ Er versteht der Wirklichkeit entsprechend: ‚Dies ist das Aufhören der Triebe.‘ Er versteht der Wirklichkeit entsprechend: ‚Dies ist der Weg, der zum Aufhören der Triebe führt.““

27. „Wenn er so weiß und sieht, ist sein Geist vom Sinnestrieb befreit, vom Werdenstrieb und vom Unwissenheitstrieb. Wenn er so befreit ist, kommt das Wissen: ‚Er ist befreit.‘ Er versteht: ‚Geburt ist zu Ende gebracht, das heilige Leben ist gelebt, es ist getan, was getan werden mußte, darüber hinaus gibt es nichts mehr.““

MN 61 - Rat an Rāhula bei Ambalaṭṭhikā (Ambalaṭṭhikārāhulovāda Sutta)

1. So habe ich gehört. Einmal hielt sich der Erhabene bei Rājagaha im Bambushain, dem Eichhörnchen-Park auf.
2. Bei jener Gelegenheit hielt sich der ehrwürdige Rāhula bei Ambalaṭṭhikā auf. Als es Abend war, erhob sich der Erhabene aus der Meditation und ging zum ehrwürdigen Rāhula bei Ambalaṭṭhikā. Der ehrwürdige Rāhula sah den Erhabenen in der Ferne kommen und bereitete einen Sitz vor und stellte Wasser zum Waschen der Füße bereit. Der Erhabene setzte sich auf dem vorbereiteten Sitz nieder und wusch sich die Füße. Der ehrwürdige Rāhula huldigte ihm und setzte sich seitlich nieder.
3. Da ließ der Erhabene einen kleinen Rest Wasser in der Wasserschüssel zurück und fragte den ehrwürdigen Rāhula: „Rāhula, siehst du diesen kleinen Rest Wasser in der Wasserschüssel?“ – „Ja, ehrwürdiger Herr.“ – „Rāhula, genauso gering ist das Mönchtum jener, die sich nicht schämen, vorsätzlich zu lügen.“
4. Dann schüttete der Erhabene den kleinen Rest Wasser, der übrig war, weg und fragte den ehrwürdigen Rāhula: „Rāhula, siehst du jenen kleinen Rest Wasser, der weggeschüttet wurde?“ – „Ja, ehrwürdiger Herr.“ – „Rāhula, ebenso weggeschüttet ist das Mönchtum jener, die sich nicht schämen, vorsätzlich zu lügen.“
5. Dann stülpte der Erhabene die Wasserschüssel um und fragte den ehrwürdigen Rāhula: „Rāhula, siehst du diese umgestülpte Wasserschüssel?“ – „Ja, ehrwürdiger Herr.“ – „Rāhula, ebenso umgestülpt ist das Mönchtum jener, die sich nicht schämen, vorsätzlich zu lügen.“
6. Dann drehte der Erhabene die Wasserschüssel wieder richtig herum und fragte den ehrwürdigen Rāhula: „Rāhula, siehst du diese hohle, leere Wasserschüssel?“ „Ja, ehrwürdiger Herr.“ – „Rāhula, ebenso hohl und leer ist das Mönchtum jener, die sich nicht schämen, vorsätzlich zu lügen.“
7. „Angenommen, es gäbe einen königlichen Kriegselefanten mit Stoßzähnen, so lang wie Wagendeichseln, mit ausgewachsener Statur, hochgezüchtet und an die Schlacht gewöhnt. In der Schlacht würde er seine Aufgabe mit den Vorderfüßen und den Hinterfüßen erfüllen, mit der Vorderseite und der Hinterseite, mit dem Kopf und den Ohren, mit den Stoßzähnen und dem Schwanz, und doch würde er den Rüssel schonen. Dann würde sein Elefantenführer denken: ‚Dieser königliche Kriegselefant mit Stoßzähnen, so lang wie Wagendeichseln, mit ausgewachsener Statur, hochgezüchtet und an die Schlacht gewöhnt, erfüllt seine Aufgabe in der Schlacht mit den Vorderfüßen und den Hinterfüßen, mit der Vorderseite und der Hinterseite, mit dem Kopf und den Ohren, mit den Stoßzähnen und dem Schwanz, und doch schont er den Rüssel. Er hat sein Leben noch nicht aufgegeben.‘ Aber wenn der königliche Kriegselefant mit Stoßzähnen, so lang wie Wagendeichseln,

mit ausgewachsener Statur, hochgezüchtet und an die Schlacht gewöhnt, seine Aufgabe in der Schlacht mit den Vorderfüßen und den Hinterfüßen erfüllt, mit der Vorderseite und der Hinterseite, mit dem Kopf und den Ohren, mit den Stoßzähnen und dem Schwanz, und auch mit dem Rüssel, dann würde sein Elefantenführer denken: ‚Dieser königliche Kriegselefant mit Stoßzähnen, so lang wie Wagendeichseln, mit ausgewachsener Statur, hochgezüchtet und an die Schlacht gewöhnt, erfüllt seine Aufgabe in der Schlacht mit den Vorderfüßen und den Hinterfüßen, mit der Vorderseite und der Hinterseite, mit dem Kopf und den Ohren, mit den Stoßzähnen und dem Schwanz, und auch mit dem Rüssel. Er hat sein Leben aufgegeben. Jetzt gibt es nichts, was dieser königliche Kriegselefant nicht tun würde.‘ Ebenso, Rāhula, wenn man sich nicht schämt, vorsätzlich zu lügen, dann gibt es kein Übel, sage ich, das man nicht tun würde. Daher, Rāhula, solltest du sich so üben: ‚Ich will keine Unwahrheit äußern, nicht einmal im Scherz.‘“⁵

8. „Was meinst du, Rāhula: Wozu ist ein Spiegel da?“ „Zum Reflektieren, ehrwürdiger Herr.“ „Ebenso, Rāhula, sollte eine Handlung mit dem Körper nach wiederholtem Reflektieren ausgeführt werden; eine Handlung mit der Sprache sollte nach wiederholtem Reflektieren ausgeführt werden; eine Handlung mit dem Geist sollte nach wiederholtem Reflektieren ausgeführt werden.“⁶

5 A.II. 19 Überwindung und Erweckung

"Laßt, ihr Mönche, das Unheilsame! Man kann das Unheilsame lassen. Wäre es nicht möglich, das Unheilsame zu lassen, so würde ich nicht sagen: 'Laßt das Unheilsame!' Doch weil man das Unheilsame lassen kann, deshalb sage ich: 'Laßt das Unheilsame!'

Wenn, ihr Mönche, das Lassen des Unheilsamen zum Schaden und Unglück gereichte, so würde ich nicht sagen: 'Laßt das Unheilsame!' Weil aber das Lassen des Unheilsamen zum Segen und Wohl gereicht, deshalb eben sage ich: 'Laßt das Unheilsame!'

Erwecket, ihr Mönche, das Heilsame! Man kann das Heilsame erwecken. Wäre es nicht möglich, das Heilsame zu erwecken, so würde ich nicht sagen: 'Erwecket das Heilsame!' Doch weil man das Heilsame erwecken kann, deshalb eben sage ich: 'Erwecket das Heilsame!'

Wenn, ihr Mönche, die Erweckung des Heilsamen zum Schaden und Unglück gereichte, so würde ich nicht sagen: 'Erwecket das Heilsame!' Weil nun aber die Erweckung des Heilsamen zum Segen und Wohl gereicht, deshalb eben sage ich: 'Erwecket das Heilsame!'"

6 A.VIII. 6 Die acht Weltgesetze II

"Acht Weltgesetze, ihr Mönche, folgen dem Weltlauf, und der Weltlauf folgt diesen Weltgesetzen. Welches sind sie?

- Gewinn und Verlust,
- Ehre und Verachtung,
- Lob und Tadel,
- Freude und Leid.

Genau wie den unwissenden Weltling, ihr Mönche, treffen auch den wissenden, edlen Jünger Gewinn und Verlust, Ehre und Verachtung, Lob und Tadel, Freude und Leid. Worin besteht nun hierbei die Verschiedenheit, die Besonderheit, worin der Unterschied zwischen dem wissenden,

edlen Jünger und dem unwissenden Weltling?

- "Im Erhabenen, o Herr, wurzeln unsere Lehren. Im Erhabenen haben sie ihren Führer, ihre Stütze. Gut wäre es, o Herr, wenn dem Erhabenen selber die Antwort auf diese Worte einfiel. Die Mönche werden sich dann des Erhabenen Worte merken."

- "So höret denn, ihr Mönche, und achtet wohl auf meine Worte!"

- "Ja, o Herr", erwiderten die Mönche dem Erhabenen, und der Erhabene sprach:

"Da, ihr Mönche, wird dem unwissenden Weltling Gewinn zuteil. Nicht aber überlegt er sich dabei und versteht es nicht der Wirklichkeit gemäß: 'Entstanden ist mir zwar dieser Gewinn, doch er ist vergänglich, elend, dem Wechsel unterworfen.' Und es wird ihm Verlust zuteil, Ehre, Verachtung, Lob, Tadel, Freude und Leid. Nicht aber überlegt er sich dabei und versteht es nicht der Wirklichkeit gemäß: 'Entstanden ist mir zwar dieses Leid, doch es ist vergänglich, elend, dem Wechsel unterworfen.' Und Gewinn und Verlust, Ehre und Verachtung, Lob und Tadel, Freude und Leid halten seinen Geist umspinnen. Am Gewinn, der ihm zuteil wird, hängt er, und Verlust verdrießt ihn. An der Ehre, die ihm zuteil wird, hängt er, und Verachtung verdrießt ihn. Am Lob, das ihm zuteil wird, hängt er und Tadel verdrießt ihn. An der Freude, die ihm zuteil wird, hängt er, und das Leid verdrießt ihn. So der Zuneigung und Abneigung verfallen, wird er nicht erlöst vom Geborenwerden, Altern und Sterben, von Sorge, Jammer, Schmerz, Trübsal und Verzweiflung, wird er nicht erlöst vom Leiden, so sage ich.

"Da wird nun aber, ihr Mönche, einem wissenden, edlen Jünger Gewinn zuteil. Er aber überlegt dabei und versteht es der Wirklichkeit gemäß: 'Entstanden ist mir zwar dieser Gewinn, doch er ist vergänglich, elend, dem Wechsel unterworfen.' Und es wird ihm Verlust zuteil, Ehre, Verachtung, Lob, Tadel, Freude und Leid. Er aber überlegt dabei und versteht es der Wirklichkeit gemäß: 'Entstanden ist mir zwar... dieses Leid, doch es ist vergänglich, elend, dem Wechsel unterworfen.' Und Gewinn und Verlust, Ehre und Verachtung, Lob und Tadel, Freude und Leid halten seinen Geist nicht umspinnen. Am Gewinn, der ihm zuteil wird, hängt er nicht, und Verlust verdrießt ihn nicht. An der Ehrung, die ihm zuteil wird, hängt er nicht, und Verachtung verdrießt ihn nicht. Am Lob, das ihm zuteil wird, hängt er nicht, und Tadel verdrießt ihn nicht. An der Freude, die ihm zuteil wird, hängt er nicht, und Leid verdrießt ihn nicht. Sich so von Zuneigung und Abneigung frei machend, wird er erlöst vom Geborenwerden, Altern und Sterben, von Sorge, Jammer, Schmerz, Trübsal und Verzweiflung, wird er erlöst vom Leiden, so sage ich.

"Das, ihr Mönche, ist die Verschiedenheit, das die Besonderheit, das der Unterschied zwischen dem wissenden, edlen Jünger und dem unwissenden Weltling.

Gewinn, Verlust, Verehrung und Verachtung,
auch Lob und Tadel, Freude sowie Leid,
gar wandelbar sind diese Weltgesetze,
voll Unbestand, dem Wechsel unterworfen.
Der Weise, der Besonnene durchschaut sie,
erkennt sie als dem Wechsel unterworfen.
Erwünschte Dinge quälen ihn nicht mehr
und auch bei unerwünschten kommt ihm kein Verdruß.
In ihm sind Hingeneigtsein und auch Widerwille
zerstört, vergangen, nicht mehr da.
Die sorgenfreie, laut're Stätte kennend,
ist zu des Daseins anderem Ufer er gelangt."

9. „Rāhula, wenn du eine Handlung mit dem Körper ausführen willst, sollte eben diese körperliche Handlung von dir so reflektiert werden: ‚Würde diese Handlung, die ich mit dem Körper ausführen will, zu meinem eigenen Leid führen, oder zum Leid anderer, oder zum Leid beider? Ist es eine unheilsame Handlung mit schmerzhaften Folgen, mit schmerzhaften Ergebnissen?‘ Falls du erkennst, während du sie reflektierst: ‚Diese Handlung, die ich mit dem Körper ausführen will, würde zu meinem eigenen Leid führen, oder zum Leid anderer, oder zum Leid beider; es ist eine unheilsame Handlung mit schmerzhaften Folgen, mit schmerzhaften Ergebnissen‘, dann solltest du eine solche körperliche Handlung mit Sicherheit nicht ausführen. Aber falls du erkennst, während du sie reflektierst: ‚Diese Handlung, die ich mit dem Körper ausführen will, würde nicht zu meinem eigenen Leid führen, oder zum Leid anderer, oder zum Leid beider; es ist eine heilsame Handlung mit angenehmen Folgen, mit angenehmen Ergebnissen‘, dann darfst du eine solche körperliche Handlung ausführen.“⁷
10. „Ebenso, Rāhula, während du eine Handlung mit dem Körper ausführst, sollte eben diese körperliche Handlung von dir so reflektiert werden: ‚Führt diese Handlung, die ich gerade mit dem Körper ausführe, zu meinem eigenen Leid, oder zum Leid anderer, oder zum Leid beider? Ist es eine unheilsame Handlung mit schmerzhaften Folgen, mit schmerzhaften Ergebnissen?‘ Falls du erkennst, während du sie reflektierst: ‚Diese Handlung, die ich gerade mit dem Körper ausführe, führt zu meinem eigenen Leid, oder zum Leid anderer, oder zum Leid beider; es ist eine unheilsame Handlung mit schmerzhaften Folgen, mit schmerzhaften Ergebnissen‘, dann solltest du eine solche körperliche Handlung einstellen. Aber falls du erkennst, während du sie reflektierst: ‚Diese Handlung, die ich gerade mit dem Körper ausführe, führt nicht zu meinem eigenen Leid, oder zum Leid anderer, oder zum Leid beider; es ist eine heilsame Handlung mit angenehmen Folgen, mit angenehmen Ergebnissen‘, dann darfst du mit einer

7 MN 73 Die längere Lehrrede an Vacchagotta (Mahāvaccagotta Sutta)

4. „Vaccha, Gier ist unheilsam, Nicht-Gier ist heilsam; Haß ist unheilsam, Nicht-Haß ist heilsam; Verblendung ist unheilsam, Nicht-Verblendung ist heilsam.

Auf diese Weise sind drei Dinge unheilsam und drei Dinge sind heilsam.“

5. „Töten von Lebewesen ist unheilsam, das Enthalten vom Töten von Lebewesen ist heilsam; Nehmen, was nicht gegeben wurde, ist unheilsam, das Enthalten vom Nehmen, was nicht gegeben wurde, ist heilsam; Fehlverhalten bei Sinnesvergnügen ist unheilsam, das Enthalten vom Fehlverhalten bei Sinnesvergnügen ist heilsam; falsche Rede ist unheilsam, das Enthalten von falscher Rede ist heilsam; gehässige Rede ist unheilsam, das Enthalten von gehässiger Rede ist unheilsam; grobe Rede ist unheilsam, das Enthalten von grober Rede ist heilsam; Geschwätz ist unheilsam, das Enthalten von Geschwätz ist heilsam; Habgier ist unheilsam, Freiheit von Habgier ist heilsam; Übelwollen ist unheilsam, Nicht-Übelwollen ist heilsam; falsche Ansicht ist unheilsam, richtige Ansicht ist heilsam. Auf diese Weise sind zehn Dinge unheilsam und zehn Dinge sind heilsam.“

solchen körperlichen Handlung fortfahren.“⁸

11., „Ebenso, Rāhula, nachdem du eine Handlung mit dem Körper ausgeführt hast, sollte eben diese körperliche Handlung von dir im Rückblick so reflektiert werden: ‚Führt diese Handlung, die ich mit dem Körper ausgeführt habe, zu meinem eigenen Leid, oder zum Leid anderer, oder zum Leid beider? War es eine unheilsame Handlung mit schmerzhaften Folgen, mit schmerzhaften Ergebnissen?‘ Falls du erkennst, während du sie im Rückblick reflektierst: ‚Diese Handlung, die ich mit dem Körper ausgeführt habe, führt zu meinem eigenen Leid, oder zum Leid anderer, oder zum Leid beider; es war eine unheilsame Handlung mit schmerzhaften Folgen, mit schmerzhaften Ergebnissen‘, dann solltest du eine solche körperliche Handlung bekennen, sie enthüllen und aufdecken, gegenüber dem Lehrer oder gegenüber deinen weisen Gefährten im heiligen Leben. Und nachdem du sie bekannt, enthüllt und aufgedeckt hast, solltest du dich in Zurückhaltung für die Zukunft üben. Aber falls du erkennst, während du sie im Rückblick reflektierst: ‚Diese Handlung, die ich mit dem Körper ausgeführt habe, führt nicht zu meinem eigenen Leid, oder zum Leid anderer, oder zum Leid beider; es war eine heilsame Handlung mit angenehmen Folgen, mit angenehmen Ergebnissen‘, dann kannst du verzückt und froh verweilen, während du dich Tag und Nacht in heilsamen Zuständen übst.“⁹

8 A. X. 176 Dreifache Lauterkeit

"Dreifach, Cunda, ist Unlauterkeit in Werken, vierfach in Worten und dreifach in Gedanken.

Wie aber, Cunda, ist Unlauterkeit dreifach in Werken? Da, Cunda, bringt einer Lebendes um, ist grausam, befleckt seine Hände mit Blut, begeht Mord und Totschlag, ist ohne Mitgefühl für irgendwelche Lebewesen. - Nichtgegebenes nimmt er; was ein anderer im Dorfe oder Walde an Hab und Gut besitzt, dieses ihm nicht Gegebene eignet er sich in diebischer Absicht an. - Er führt einen unrechten Wandel in Sinnenlüssen; vergeht sich gegen Mädchen, die unter der Obhut von Vater, Mutter, Bruder, Schwester oder Verwandten stehen, gegen Mädchen, die unter dem Schutze der Religionsgemeinschaft (dhammarakkhitā) stehen, die einem Gatten versprochen wurden (sassāmika), die öffentlich Anverlobten (saparidanda), bis zu den durch Überwurf eines Blumenkranzes Anverlobten (mālagunaparikkhittā pi). - So, Cunda, ist Unlauterkeit dreifach in Werken.

9 Dreifach, Cunda, ist Lauterkeit in Werken, vierfach in Worten und dreifach in Gedanken.

Wie aber, Cunda, ist Lauterkeit dreifach in Werken? Da, Cunda, meidet einer das Töten, steht vom Töten ab; Stock und Waffe ablegend, ist er von Zartgefühl und Liebe erfüllt; für alle Wesen und Geschöpfe empfindet er Wohlwollen und Mitgefühl. - Er meidet das Stehlen, steht ab vom Nehmen des Nichtgegebenen; was da ein anderer im Dorfe oder Walde an Hab und Gut besitzt, dieses ihm nicht Gegebene eignet er sich nicht in diebischer Absicht an. - Den unrechten Wandel in Sinnenlüssen meidet er; er vergeht sich nicht gegen Mädchen, die unter der Obhut von Vater, Mutter, Bruder, Schwester oder Verwandten stehen; oder gegen Mädchen, die unter dem Schutze der Religionsgemeinschaft stehen, die einem Gatten versprochen wurden, die öffentlich Anverlobten, bis zu den durch Überwurf eines Blumenkranzes Anverlobten. - So, Cunda, ist Lauterkeit dreifach in Werken.

- 12.,,Rāhula, wenn du eine Handlung mit der Sprache ausführen willst, sollte eben diese sprachliche Handlung von dir so reflektiert werden: ‚Würde diese Handlung, die ich mit der Sprache ausführen will, zu meinem eigenen Leid führen, oder zum Leid anderer, oder zum Leid beider? Ist es eine unheilsame Handlung mit schmerzhaften Folgen, mit schmerzhaften Ergebnissen?‘ Falls du erkennst, während du sie reflektierst: ‚Diese Handlung, die ich mit der Sprache ausführen will, würde zu meinem eigenen Leid führen, oder zum Leid anderer, oder zum Leid beider; es ist eine unheilsame Handlung mit schmerzhaften Folgen, mit schmerzhaften Ergebnissen‘, dann solltest du eine solche sprachliche Handlung mit Sicherheit nicht ausführen. Aber falls du erkennst, während du sie reflektierst: ‚Diese Handlung, die ich mit der Sprache ausführen will, würde nicht zu meinem eigenen Leid führen, oder zum Leid anderer, oder zum Leid beider; es ist eine heilsame Handlung mit angenehmen Folgen, mit angenehmen Ergebnissen‘, dann darfst du eine solche sprachliche Handlung ausführen.“¹⁰
- 13.,,Ebenso, Rāhula, während du eine Handlung mit der Sprache ausführst, sollte eben diese sprachliche Handlung von dir so reflektiert werden: ‚Führt diese Handlung, die ich gerade mit der Sprache ausführe, zu meinem eigenen Leid, oder zum Leid anderer, oder zum Leid beider? Ist es eine unheilsame Handlung mit schmerzhaften Folgen, mit schmerzhaften Ergebnissen?‘ Falls du erkennst, während du sie reflektierst: ‚Diese Handlung, die ich gerade mit der Sprache ausführe, führt zu meinem eigenen Leid, oder zum Leid anderer, oder zum Leid beider; es ist eine unheilsame Handlung mit schmerzhaften Folgen, mit schmerzhaften Ergebnissen‘, dann solltest du eine solche sprachliche Handlung einstellen. Aber falls du erkennst, während du sie reflektierst: ‚Diese Handlung, die ich gerade mit der Sprache ausführe, führt nicht zu meinem eigenen Leid, oder zum Leid anderer, oder zum Leid beider; es ist eine heilsame Handlung mit angenehmen Folgen, mit angenehmen Ergebnissen‘, dann darfst du mit einer

10 Wie aber, Cunda, ist Unlauterkeit vierfach in Worten? Da, Cunda, ist einer ein Lügner. Befindet er sich in einer Gemeindeversammlung, in einer (anderen) Zusammenkunft, unter Verwandten, in der Gilde, oder wird er vor Gericht geladen und als Zeuge befragt: ‚Komm, lieber Mann, sage aus, was du weißt!‘, so sagt er, obwohl er nichts weiß: ‚Ich weiß es‘, oder wenn er etwas weiß: ‚Ich weiß es nicht‘. Obwohl er nichts gesehen hat, sagt er ‚Ich habe es gesehen‘, oder wenn er etwas gesehen hat: ‚Ich habe es nicht gesehen‘. So spricht er um seinetwillen oder um eines anderen willen oder um irgendeines weltlichen Vorteils willen eine bewußte Lüge. - Er ist ein Zwischenträger: was er hier gehört hat, erzählt er dort wieder, um diese zu entzweien; und was er dort gehört hat, erzählt er hier wieder, um jene zu entzweien. So entzweit er die Einträchtigen, hetzt die Entzweiten auf, findet Freude, Lust und Gefallen an Zwietracht, und Zwietracht fördernde Worte spricht er. - Er bedient sich roher Worte; Worte, die scharf sind, hart und andere verbittern, die von Verwünschungen und Gehässigkeiten erfüllt sind und nicht zur Sammlung des Geistes führen: solcher Worte bedient er sich. - Er ist ein Schwätzer, redet zur Unzeit, unsachlich, zwecklos, nicht im Sinne der Lehre und Zucht; er führt Reden, die wertlos sind, unangebracht, ungebildet, unangemessen und sinnlos. - So, Cunda, ist Unlauterkeit vierfach in Worten.

solchen sprachlichen Handlung fortfahren.“

14., „Ebenso, Rāhula, nachdem du eine Handlung mit der Sprache ausgeführt hast, sollte eben diese sprachliche Handlung von dir im Rückblick so reflektiert werden: ‚Führt diese Handlung, die ich mit der Sprache ausgeführt habe, zu meinem eigenen Leid, oder zum Leid anderer, oder zum Leid beider? War es eine unheilsame Handlung mit schmerzhaften Folgen, mit schmerzhaften Ergebnissen?‘ Falls du erkennst, während du sie im Rückblick reflektierst: ‚Diese Handlung, die ich mit der Sprache ausgeführt habe, führt zu meinem eigenen Leid, oder zum Leid anderer, oder zum Leid beider; es war eine unheilsame Handlung mit schmerzhaften Folgen, mit schmerzhaften Ergebnissen‘, dann solltest du eine solche sprachliche Handlung bekennen, sie enthüllen und aufdecken, gegenüber dem Lehrer oder gegenüber deinen weisen Gefährten im heiligen Leben. Und nachdem du sie bekannt, enthüllt und aufgedeckt hast, solltest du dich in Zurückhaltung für die Zukunft üben. Aber falls du erkennst, während du sie im Rückblick reflektierst: ‚Diese Handlung, die ich mit der Sprache ausgeführt habe, führt nicht zu meinem eigenen Leid, oder zum Leid anderer, oder zum Leid beider; es war eine heilsame Handlung mit angenehmen Folgen, mit angenehmen Ergebnissen‘, dann kannst du verzückt und froh verweilen, während du dich Tag und Nacht in heilsamen Zuständen übst.“¹¹

15., „Rāhula, wenn du eine Handlung mit dem Geist ausführen willst, sollte eben diese geistige Handlung von dir so reflektiert werden: ‚Würde diese Handlung, die ich mit dem Geist ausführen will, zu meinem eigenen Leid führen, oder zum Leid anderer, oder zum Leid beider? Ist es eine unheilsame Handlung mit schmerzhaften Folgen, mit schmerzhaften Ergebnissen?‘ Falls du erkennst, während du sie reflektierst: ‚Diese Handlung, die ich mit dem Geist ausführen will, würde zu meinem eigenen Leid führen, oder zum Leid anderer, oder zum Leid beider; es ist eine unheilsame Handlung mit schmerzhaften Folgen, mit

11 Wie aber, Cunda, ist Lauterkeit vierfach in Worten? Da, Cunda, meidet einer die Lüge, enthält sich vom Lügen. Befindet er sich in einer Gemeindeversammlung, in einer (anderen) Zusammenkunft, unter Verwandten, in der Gilde, oder wird er vor Gericht geladen und als Zeuge befragt: ‚Komm, lieber Mann, sage aus, was du weißt!‘, so sagt er, wenn er nichts weiß: ‚Ich weiß es nicht‘, und wenn er etwas weiß: ‚Ich weiß es‘. Wenn er nichts gesehen hat, sagt er ‚Ich habe nichts gesehen‘, und wenn er etwas gesehen hat: ‚Ich habe es gesehen‘. So spricht er weder um seinetwillen, noch um anderer willen, noch um irgendeines weltlichen Vorteils willen eine bewußte Lüge. - Er meidet die Zwischenträgerei, enthält sich der Zwischenträgerei. Was er hier gehört hat, erzählt er dort nicht wieder, um diese zu entzweien; und was er dort gehört hat, erzählt er hier nicht wieder, um jene zu entzweien. So einigt er die Entzweiten, festigt die Verbundenen, Eintracht liebt er, an Eintracht findet er Freude und Gefallen; und Eintracht fördernde Worte spricht er. - Er meidet rohe Rede, von rohen Worten steht er ab; milde Worte, die dem Ohre angenehm sind, liebevoll, zu Herzen gehend, höflich, viele beglückend und erfreuend, solche Worte spricht er. - Er meidet törichtes Geschwätz, von törichtem Geschwätz steht er ab; er redet zur rechten Zeit, sachlich, zweckdienlich, im Sinne der Lehre und Zucht; führt Reden, die wertvoll sind, angebracht, gebildet, angemessen und sinnreich. - So, Cunda, ist Lauterkeit vierfach in Worten.

schmerzhaften Ergebnissen‘, dann solltest du eine solche geistige Handlung mit Sicherheit nicht ausführen. Aber falls du erkennst, während du sie reflektierst: ‚Diese Handlung, die ich mit dem Geist ausführen will, würde nicht zu meinem eigenen Leid führen, oder zum Leid anderer, oder zum Leid beider; es ist eine heilsame Handlung mit angenehmen Folgen, mit angenehmen Ergebnissen‘, dann darfst du eine solche geistige Handlung ausführen.“¹²

16. „Ebenso, Rāhula, während du eine Handlung mit dem Geist ausführst, sollte eben diese geistige Handlung von dir so reflektiert werden: ‚Führt diese Handlung, die ich gerade mit dem Geist ausführe, zu meinem eigenen Leid, oder zum Leid anderer, oder zum Leid beider? Ist es eine unheilsame Handlung mit schmerzhaften Folgen, mit schmerzhaften Ergebnissen?‘ Falls du erkennst, während du sie reflektierst: ‚Diese Handlung, die ich gerade mit dem Geist ausführe, führt zu meinem eigenen Leid, oder zum Leid anderer, oder zum Leid beider; es ist eine unheilsame Handlung mit schmerzhaften Folgen, mit schmerzhaften Ergebnissen‘, dann solltest du eine solche geistige Handlung einstellen. Aber falls du erkennst, während du sie reflektierst: ‚Diese Handlung, die ich gerade mit dem Geist ausführe, führt nicht zu meinem eigenen Leid, oder zum Leid anderer, oder zum Leid beider; es ist eine heilsame Handlung mit angenehmen Folgen, mit angenehmen Ergebnissen‘, dann darfst du mit einer solchen geistigen Handlung fortfahren.“¹³

12 Wie aber, Cunda, ist Unlauterkeit dreifach in Gedanken? Da, Cunda, ist einer habgierig; was da ein anderer an Hab und Gut besitzt, danach giert er: ‚Ach, möchte doch, was dieser andere besitzt, mir gehören!‘ - Er ist voll gehässiger Gesinnung, trägt Gedanken in seinem Herzen, als wie: ‚Diese Geschöpfe sollen erschlagen werden, gefangen werden, vernichtet werden, sollen umkommen und nicht länger am Leben bleiben!‘ - Er hat die verkehrte Ansicht, die falsche Anschauung: ‚Gaben, Spenden und Opfer sind nichtig; es gibt keine Frucht und Folge der guten und bösen Taten; es gibt nicht so etwas wie diese Welt und die nächste Welt; Vater, Mutter und geistgeborene Wesen sind leere Worte; nicht gibt es in der Welt Asketen und Priester von rechtem, vollkommenem Wandel, die diese wie die nächste Welt selber erkannt und erfahren haben und sie erklären können.‘ - So, Cunda, ist Unlauterkeit dreifach in Gedanken.

Dies, Cunda, sind die zehn unheilsamen Wirkensfährtten.“

13 MN 19 - Zwei Arten von Gedanken (Dvedhāvitakka Sutta)

1. "So habe ich gehört. Einmal hielt sich der Erhabene bei Sāvathā im Jeta Hain, dem Park des Anāthapindika auf. Dort richtete er sich folgendermaßen an die Bhikkhus: „Ihr Bhikkhus.“ – „Ehrwürdiger Herr“, erwiderten sie. Der Erhabene sagte dieses:

2. „Ihr Bhikkhus, vor meiner Erleuchtung, als ich noch lediglich ein unerleuchteter Bodhisatta war, kam mir in den Sinn: ‚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 NichtÜbelwollens und Gedanken der Nicht-Grausamkeit.“

3. „Während ich so umsichtig, eifrig und entschlossen weilte, erschien ein Gedanke der Sinnesbegierde in mir. Ich verstand folgendermaßen: ‚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 erwog: ‚Dies führt zu meinem eigenen Leid‘, verschwand es; als ich erwog: ‚Dies führt zum Leid anderer‘, verschwand es; als ich erwog: ‚Dies führt zum Leid beider‘, verschwand es; als ich erwog: ‚Dies beeinträchtigt Weisheit, verursacht Schwierigkeiten, und führt von Nibbāna weg‘, verschwand es.

Wann immer ein Gedanke der Sinnesbegierde in mir erschien, gab ich ihn auf, entfernte ich ihn, beseitigte ich ihn.“

4. „Während ich so umsichtig, eifrig und entschlossen weilte, erschien ein Gedanke des Übelwollens in mir. Ich verstand folgendermaßen: ‚Dieser Gedanke des Übelwollens 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 erwog: ‚Dies führt zu meinem eigenen Leid‘, verschwand es; als ich erwog: ‚Dies führt zum Leid anderer‘, verschwand es; als ich erwog: ‚Dies führt zum Leid beider‘, verschwand es; als ich erwog: ‚Dies beeinträchtigt Weisheit, verursacht Schwierigkeiten, und führt von Nibbāna weg‘, verschwand es.

Wann immer ein Gedanke des Übelwollens in mir erschien, gab ich ihn auf, entfernte ich ihn, beseitigte ich ihn.“

5. „Während ich so umsichtig, eifrig und entschlossen weilte, erschien ein Gedanke der Grausamkeit in mir. Ich verstand folgendermaßen: ‚Dieser Gedanke der Grausamkeit 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 erwog: ‚Dies führt zu meinem eigenen Leid‘, verschwand es; als ich erwog: ‚Dies führt zum Leid anderer‘, verschwand es; als ich erwog: ‚Dies führt zum Leid beider‘, verschwand es; als ich erwog: ‚Dies beeinträchtigt Weisheit, verursacht Schwierigkeiten, und führt von Nibbāna weg‘, verschwand es.

Wann immer ein Gedanke der Grausamkeit in mir erschien, gab ich ihn auf, entfernte ich ihn, beseitigte ich ihn.“

6. „Ihr Bhikkhus, worüber auch immer ein Bhikkhu häufig nachdenkt und nachsinnt, das wird seine Herzensneigung werden. 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.“

11. „Ihr Bhikkhus, worüber auch immer ein Bhikkhu häufig nachdenkt und nachsinnt, das wird seine Geistesneigung 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 nachsinnt, 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.“

17.,Ebense, Rāhula, nachdem du eine Handlung mit dem Geist ausgeführt hast, sollte eben diese geistige Handlung von dir im Rückblick so reflektiert werden: ‚Führt diese Handlung, die ich mit dem Geist ausgeführt habe, zu meinem eigenen Leid, oder zum Leid anderer, oder zum Leid beider? War es eine unheilsame Handlung mit schmerzhaften Folgen, mit schmerzhaften Ergebnissen?‘ Falls du erkennst, während du sie im Rückblick reflektierst: ‚Diese Handlung, die ich mit dem Geist ausgeführt habe, führt zu meinem eigenen Leid, oder zum Leid anderer, oder zum Leid beider; es war eine unheilsame Handlung mit schmerzhaften Folgen, mit schmerzhaften Ergebnissen‘, dann solltest du von einer solchen geistigen Handlung abgestoßen, beschämt und angewidert sein. Und nachdem du von einer solchen geistigen Handlung abgestoßen, beschämt und angewidert worden bist, solltest du dich in Zurückhaltung für die Zukunft üben. Aber falls du erkennst, während du sie im Rückblick reflektierst: ‚Diese Handlung, die ich mit dem Geist ausgeführt habe, führt nicht zu meinem eigenen Leid, oder zum Leid anderer, oder zum Leid beider; es war eine heilsame Handlung mit angenehmen Folgen, mit angenehmen Ergebnissen‘, dann kannst du verzückt und froh verweilen, während du dich Tag und Nacht in heilsamen Zuständen übst.“

18.,Rāhula, welche Mönche und Brahmanen auch immer in der Vergangenheit ihre körperlichen, sprachlichen und geistigen Handlungen geläutert haben, sie alle haben sie geläutert, indem sie immer wieder darüber reflektierten. Welche Mönche und Brahmanen auch immer in der Zukunft ihre körperlichen, sprachlichen und geistigen Handlungen läutern werden, sie alle werden sie läutern, indem sie immer wieder darüber reflektieren. Welche Mönche und Brahmanen auch immer in der Gegenwart ihre körperlichen, sprachlichen und geistigen Handlungen läutern, sie alle läutern sie, indem sie immer wieder darüber reflektieren.

Daher, Rāhula, solltest du dich so üben: ‚Wir wollen unsere körperliche Handlung, unsere sprachliche Handlung und unsere geistige Handlung läutern, indem wir immer wieder darüber reflektieren.““

Das ist es, was der Erhabene sagte. Der ehrwürdige Rāhula war zufrieden und entzückt über die Worte des Erhabenen."

S.18.21. Neigung

1. "So habe ich gehört. Einst weilte der Erhabene zu Sāvattḥī, im Jeta-Hain, im Kloster des Anāthapindika.
2. Es begab sich da der Ehrwürdige Rāhula zum Erhabenen, begrüßte ihn ehrerbietig und setzte sich zur Seite nieder.
3. Seitwärts sitzend sprach der Ehrwürdige Rāhula zum Erhabenen also: "Wie wissend, o Herr, wie erkennend, gibt es bei diesem Körper samt dem Bewußtsein

und außerhalb bei allen Vorstellungen keine Dünkens-Neigung des Ich und Mein?"¹⁴

4. "Was es irgend, o Rāhula, an Körperlichkeit gibt an Gefühl – an Wahrnehmung – an Gestaltungen – an Bewußtsein, vergangen, künftig oder gegenwärtig, eigen oder fremd, grob oder fein, gewöhnlich oder edel, fern oder nah, von jeder Körperlichkeit – von jedem Gefühl – jeder Wahrnehmung – allen Gestaltungen – jedem Bewußtsein (gilt): 'Dies ist nicht mein, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst.' So betrachtet man dies der Wirklichkeit gemäß mit rechter Weisheit.
5. So wissend, o Rāhula, so erkennend, gibt es bei diesem Körper samt dem Bewußtsein und außerhalb bei allen Vorstellungen keine Dünkens-Neigungen des Ich und Mein".

MN 62 - Die längere Lehrrede vom Rat an Rāhula (Mahārāhulovāda Sutta)

1. "So habe ich gehört. Einmal hielt sich der Erhabene bei Sāvathī im Jeta Hain, dem Park des Anāthapindika auf.
2. Als es Morgen war, zog sich der Erhabene an, nahm seine Schale und äußere Robe und ging nach Sāvathī um Almosen. Der ehrwürdige Rāhula zog sich ebenfalls an, nahm seine Schale und äußere Robe und lief dicht hinter dem Erhabenen her.
3. Da blickte sich der Erhabene um und richtete sich folgendermaßen an den ehrwürdigen Rāhula: „Rāhula, jegliche Art von Form, ob vergangen, zukünftig oder gegenwärtig, ob innerlich oder äußerlich, grob oder subtil, niedrig oder hoch,

14 A.X. 13 Die zehn Fesseln

Zehn Fesseln gibt es, ihr Mönche. Welche zehn? Die fünf niederen Fesseln und die fünf höheren Fesseln.

Welches aber sind die fünf niederen Fesseln?

1. Persönlichkeitsglaube,
2. Zweifelsucht,
3. Hängen an Regeln und Riten,
4. Sinnenlust und
5. Haß.

Welches aber sind die fünf höheren Fesseln?

1. Begehren nach feinkörperlichem Dasein,
2. Begehren nach unkörperlichem Dasein.
3. Dünkel,
4. Aufgeregtheit und
5. Unwissenheit

entfernt oder nah, alle Form sollte mit angemessener Weisheit der Wirklichkeit entsprechend gesehen werden: „Dies ist nicht mein, dies bin ich nicht, dies ist nicht mein Selbst.““

„Nur Form, Erhabener? Nur Form, Vollendeter?“¹⁵

„Form, Rāhula, und Gefühl, Wahrnehmung, Gestaltungen und Bewußtsein.“¹⁶

**15 MN 28 - Die längere Lehrrede vom Gleichnis von der Elefantenspur
(Mahāhatthipadopama Sutta)**

5. „Und was ist die Daseinsgruppe der Form, an der angehaftet wird? Es sind, die vier großen Elemente und die Form, die von den vier großen Elementen abstammt. Und was sind die vier großen Elemente? Sie sind das Erdelement, das Wasserelement, das Feuerelement und das Windelement.“

16 MN 44 Die kürzere Reihe von Fragen und Antworten (Cūlavedalla Sutta)

1. So habe ich gehört. Einmal hielt sich der Erhabene bei Rājagaha im Bambushain, dem Eichhörnchen-Park auf. Da ging der Laienanhänger Visākha zur Bhikkhunī Dhammadinnā, und nachdem er ihr gehuldigt hatte, setzte er sich seitlich nieder und fragte sie:

Persönlichkeit

2. „Ehrwürdige, man spricht von ‚Persönlichkeit, Persönlichkeit‘. Was wird vom Erhabenen Persönlichkeit genannt?“ „Freund Visākha, die fünf Daseinsgruppen, an denen angehaftet wird, werden vom Erhabenen Persönlichkeit genannt; das heißt, die Daseinsgruppe der Form, an der angehaftet wird, die Daseinsgruppe des Gefühls, an der angehaftet wird, die Daseinsgruppe der Wahrnehmung, an der angehaftet wird, die Daseinsgruppe der Gestaltungen, an der angehaftet wird, und die Daseinsgruppe des Bewußtseins, an der angehaftet wird. Diese fünf Daseinsgruppen, an denen angehaftet wird, werden vom Erhabenen Persönlichkeit genannt.“ Mit den Worten „Gut, Ehrwürdige“ äußerte der Laienanhänger Visākha Entzücken und Freude über Bhikkhunā Dhammadinnās Worte. Dann stellte er ihr eine weitere Frage.

3. „Ehrwürdige, man spricht von ‚Ursprung der Persönlichkeit, Ursprung der Persönlichkeit‘. Was wird vom Erhabenen Ursprung der Persönlichkeit genannt?“ „Freund Visākha, es ist das Begehren, das zum Wiederwerden führt, das von Ergötzen und Begierde begleitet ist, das sich an diesem und jenem ergötzt; das heißt, das Begehren nach Sinnesvergnügen, das Begehren nach Werden und das Begehren nach Nicht-Werden. Dies wird vom Erhabenen Ursprung der Persönlichkeit genannt.“

4. „Ehrwürdige, man spricht von ‚Aufhören der Persönlichkeit, Aufhören der Persönlichkeit‘. Was wird vom Erhabenen Aufhören der Persönlichkeit genannt?“ „Freund Visākha, es ist das Verschwinden und Aufhören ohne Überreste, das Aufgeben, Verzichten, Loslassen und Zurückweisen eben jenes Begehrens. Dies wird vom Erhabenen Aufhören der Persönlichkeit genannt.“

5. „Ehrwürdige, man spricht von ‚dem Weg, der zum Aufhören der Persönlichkeit führt, dem Weg, der zum Aufhören der Persönlichkeit führt‘. Was wird vom Erhabenen der Weg, der zum Aufhören der Persönlichkeit führt, genannt?“ „Freund Visākha, eben dieser Edle Achtfache Pfad wird vom Erhabenen als der Weg, der zum Aufhören der Persönlichkeit führt, genannt; das heißt, Richtige Ansicht, Richtige Absicht, Richtige Rede, Richtiges Handeln, Richtige Lebensweise, Richtige Anstrengung, Richtige Achtsamkeit und Richtige Konzentration.“

6. „Ehrwürdige, ist jenes Anhaften das selbe wie diese fünf Daseinsgruppen, an denen

4. Da erwog der ehrwürdige Rāhula: „Wer würde heute um Almosen in die Stadt gehen, wenn er vom Erhabenen persönlich ermahnt worden ist?“ So kehrte er um und setzte sich am Fuße eines Baumes nieder, kreuzte die Beine, hielt den Oberkörper gerade und hielt die Achtsamkeit vor sich gegenwärtig.
5. Der ehrwürdige Sāriputta sah ihn dort sitzen und richtete sich folgendermaßen an ihn: „Rāhula, entwickle Achtsamkeit auf den Atem. Wenn die Achtsamkeit auf den Atem entfaltet und geübt ist, ist das von großer Frucht und großem Nutzen.“
6. Als es Abend war, erhob sich der ehrwürdige Rāhula von der Meditation und ging zum Erhabenen. Nachdem er ihm gehuldigt hatte, setzte er sich seitlich nieder und fragte den Erhabenen:
7. „Ehrwürdiger Herr, wie wird die Achtsamkeit auf den Atem entfaltet und geübt, so daß sie von großer Frucht und großem Nutzen ist?“

angehaftet wird, oder ist das Anhaften getrennt von den fünf Daseinsgruppen, an denen angehaftet wird?“ „Freund Visākha, jenes Anhaften ist weder das selbe wie diese fünf Daseinsgruppen, an denen angehaftet wird, noch ist das Anhaften getrennt von den fünf Daseinsgruppen, an denen angehaftet wird. Es ist die Gier und die Begierde in Bezug auf die fünf Daseinsgruppen, an denen angehaftet wird, welches genanntes Anhaften ist.“

Persönlichkeitsansicht

7. „Ehrwürdige, auf welche Weise entsteht die Persönlichkeitsansicht?“ „Freund Visākha, ein nicht unterrichteter Weltling, der die Edlen nicht beachtet und in ihrem Dhamma nicht bewandert und geschult ist, der aufrechte Menschen nicht beachtet und in ihrem Dhamma nicht bewandert und geschult ist, betrachtet Form als Selbst, oder Selbst als Form besitzend, oder Form als im Selbst enthalten, oder Selbst als in Form enthalten. Er betrachtet Gefühl als Selbst, oder Selbst als Gefühl besitzend, oder Gefühl als im Selbst enthalten, oder Selbst als im Gefühl enthalten. Er betrachtet Wahrnehmung als Selbst, oder Selbst als Wahrnehmung besitzend, oder Wahrnehmung als im Selbst enthalten, oder Selbst als in der Wahrnehmung enthalten. Er betrachtet Gestaltungen als Selbst, oder Selbst als Gestaltungen besitzend, oder die Gestaltungen als im Selbst enthalten, oder Selbst als in den Gestaltungen enthalten. Er betrachtet Bewußtsein als Selbst, oder Selbst als Bewußtsein besitzend, oder Bewußtsein als im Selbst enthalten, oder Selbst als im Bewußtsein enthalten. Auf diese Weise entsteht die Persönlichkeitsansicht.“

8. „Ehrwürdige, auf welche Weise entsteht die Persönlichkeitsansicht nicht?“ „Freund Visākha, ein wohlunterrichteter edler Schüler, der die Edlen beachtet und in ihrem Dhamma bewandert und geschult ist, der aufrechte Menschen beachtet und in ihrem Dhamma bewandert und geschult ist, betrachtet Form nicht als Selbst, oder Selbst als Form besitzend, oder Form als im Selbst enthalten, oder Selbst als in Form enthalten. Er betrachtet Gefühl nicht als Selbst, oder Selbst als Gefühl besitzend, oder Gefühl als im Selbst enthalten, oder Selbst als im Gefühl enthalten. Er betrachtet Wahrnehmung nicht als Selbst, oder Selbst als Wahrnehmung besitzend, oder Wahrnehmung als im Selbst enthalten, oder Selbst als in der Wahrnehmung enthalten. Er betrachtet Gestaltungen nicht als Selbst, oder Selbst als Gestaltungen besitzend, oder die Gestaltungen als im Selbst enthalten, oder Selbst als in den Gestaltungen enthalten. Er betrachtet Bewußtsein nicht als Selbst, oder Selbst als Bewußtsein besitzend, oder Bewußtsein als im Selbst enthalten, oder Selbst als im Bewußtsein enthalten. Auf diese Weise entsteht die Persönlichkeitsansicht nicht.“

Die Fünf Großen Elemente

8. „Rāhula, was immer an inneren, zu einem selbst gehörenden Dingen, fest, verfestigt und Objekt der Anhaftung ist, also Kopfhaar, Körperhaar, Nägel, Zähne, Haut, Muskelfleisch, Sehnen, Knochen, Knochenmark, Nieren, Herz, Leber, Zwerchfell, Milz, Lunge, Dickdarm, Dünndarm, Mageninhalt, Kot oder was sonst noch an inneren, zu einem selbst gehörenden Dingen, fest, verfestigt und Objekt der Anhaftung ist: dies nennt man das innere Erdelement. Sowohl das innere Erdelement, als auch das äußere Erdelement sind einfach nur Erdelement. Und das sollte mit angemessener Weisheit der Wirklichkeit entsprechend gesehen werden: ‚Dies ist nicht mein, dies bin ich nicht, dies ist nicht mein Selbst.‘ Wenn man es mit angemessener Weisheit der Wirklichkeit entsprechend sieht, wird man gegenüber dem Erdelement ernüchtert und macht den Geist begierdelos in Bezug auf das Erdelement.“¹⁷

17 **MN 28 - Die längere Lehrrede vom Gleichnis von der Elefantenspur
(Mahāhatthipadopama Sutta)**

Das Erdelement

6. „Was, Freunde, ist das Erdelement? Das Erdelement kann entweder innerlich oder äußerlich sein. Was ist das innere Erdelement? Was immer an inneren, zu einem selbst gehörenden Dingen, fest, verfestigt und Objekt der Anhaftung ist, also Kopfhaar, Körperhaar, Nägel, Zähne, Haut, Muskelfleisch, Sehnen, Knochen, Knochenmark, Nieren, Herz, Leber, Zwerchfell, Milz, Lunge, Dickdarm, Dünndarm, Mageninhalt, Kot oder was sonst noch an inneren, zu einem selbst gehörenden Dingen, fest, verfestigt und Objekt der Anhaftung ist: dies nennt man das innere Erdelement. Sowohl das innere Erdelement, als auch das äußere Erdelement sind einfach nur Erdelement. Und das sollte mit angemessener Weisheit der Wirklichkeit entsprechend gesehen werden: ‚Dies ist nicht mein, dies bin ich nicht, dies ist nicht mein Selbst.‘ Wenn man es mit angemessener Weisheit so der Wirklichkeit entsprechend sieht, wird man gegenüber dem Erdelement ernüchtert und macht den Geist begierdelos in Bezug auf das Erdelement.“

7. „Nun kommt einmal die Zeit, in der das äußere Erdelement in Unordnung gerät, und dann verschwindet das äußere Erdelement. Wenn sogar dieses äußere Erdelement, groß wie es auch ist, als vergänglich gesehen wird, als der Vernichtung, dem Verschwinden und der Veränderung unterworfen, um wieviel mehr dann dieser Körper, an dem durch Begehren angehaftet wird, und der nur kurze Zeit überdauert? Jenes kann nicht als ‚Ich‘ oder ‚Mein‘ oder ‚Ich bin‘ betrachtet werden.“

8. „Wenn nun also andere einen Bhikkhu (der das so der Wirklichkeit entsprechend sieht) beleidigen, verunglimpfen, schelten und belästigen, versteht er folgendermaßen: ‚Dieses schmerzhaftes Gefühl, das aus Hörkontakt geboren ist, ist in mir entstanden. Jenes ist bedingt, nicht unbedingt. Wodurch bedingt? Bedingt durch Kontakt.‘ Dann sieht er, daß Kontakt vergänglich ist, daß Gefühl vergänglich ist, daß Wahrnehmung vergänglich ist, daß Gestaltungen vergänglich sind, und daß Bewußtsein vergänglich ist. Und sein Geist, der in diesem Element eine Stütze findet, dringt vorwärts und erwirbt Zuversicht, Beständigkeit und Entschlossenheit.“

9. „Wenn nun andere jenen Bhikkhu auf ein Weise angreifen, die unerwünscht, nicht begehrt und unangenehm ist, wobei er mit Fäusten, Erdklumpen, Stöcken oder Messern in Kontakt kommt, versteht er folgendermaßen: ‚Dieser Körper ist von solcher Natur, daß Kontakt mit

Fäusten, Erdklumpen, Stöcken oder Messern auf ihn zukommt. Aber dies wurde vom Erhabenen in seinem Ratschlag vom Gleichnis von der Säge gesagt: ›Ihr Bhikkhus, sogar wenn Banditen euch barbarisch Glied für Glied mit einer Doppelgriffsäge in Stücke teilen würden, würde derjenige, der einen verdorbenen Geist ihnen gegenüber entstehen ließe, meine Lehre nicht befolgen.‹ Also soll unerschöpfliche Energie in mir hervorgebracht werden, und ununterbrochene Achtsamkeit soll gegenwärtig sein, mein Körper soll still und unbeschwert sein, mein Geist soll konzentriert und einspitzig sein. Und nun mag Kontakt mit Fäusten, Erdklumpen, Stöcken oder Messern auf diesen Körper zukommen; denn dies ist einfach nur das Befolgen der Lehre des Buddha.““

S.36.6 Durch einen Pfeil

Der unerfahrene gewöhnliche Mensch, ihr Mönche, empfindet ein Wohlgefühl empfindet ein Wehgefühl, empfindet ein Weder-wehe-noch-wohl-Gefühl. Auch der erfahrene edle Jünger, ihr Mönche, empfindet ein Wohlgefühl, empfindet ein Wehgefühl, empfindet ein Weder-weh-nach-wohl-Gefühl. Was ist da nun, ihr Mönche, die Besonderheit, was die Verschiedenheit, was der Unterschied zwischen einem erfahrenen edlen Jünger und einem unerfahrenen gewöhnlichen Menschen? 'Im Erhabenen wurzelt für uns die Lehre. Möge der Erhabene uns belehren'. Wird da, ihr Mönche, der unbelehrte gewöhnliche Mensch von einem Wehgefühl getroffen, dann ist er traurig, beklommen, er jammert, schlägt sich stöhnend an die Brust, gerät in Verwirrung. So empfindet er zwei Gefühle: ein körperliches und ein gemüthafes.

Gleichwie, ihr Mönche, wenn da ein Mann von einem Pfeil angeschossen würde, und er würde dann noch von einem zweiten Pfeil angeschossen. Da wurde dieser Mensch, ihr Mönche, die Gefühle von zwei Pfeilen empfinden.

Ebenso nun auch, ihr Mönche, wenn der unbelehrte gewöhnliche Mensch, von einem Wehgefühl getroffen, traurig, beklommen ist, jammert, sich stöhnend an die Brust schlägt, in Verwirrung gerät, dann empfindet er zwei Gefühle, ein körperliches und ein gemüthafes. Ist er von einem Wehgefühl getroffen worden, so leistet er Widerstand. Dann wird in ihm, der dem Wehgefühl Widerstand leistet, der Hang zum Widerstand gegen das Wehgefühl angelegt. Wird er nun von einem Wehgefühl getroffen, dann genießt er Sinnenwohl. Und warum? Nicht kennt ja, ihr Mönche, der unerfahrene gewöhnliche Mensch eine andere Entrinnung vor dem Wehgefühl als Sinnenwohl. Dann wird in ihm, der Sinnenwohl genießt, der Hang zum Reiz angelegt. Er kennt nicht der Wirklichkeit gemäß der Gefühle Aufgang und Untergang, Labsal, Elend und Entrinnung. Dann wird in ihm, der der Gefühle Aufgang und Untergang, Labsal, Elend und Entrinnung nicht der Wirklichkeit gemäß erkennt, beim Weder-weh-noch-wohl-Gefühl der Hang zum Unwissen angelegt. Fühlt er nun ein Wohlgefühl, da fühlt er es als Gefesselter; fühlt er ein Wehgefühl, so fühlt er es als Gefesselter; fühlt er ein Weder-weh-noch-wohl-Gefühl, so fühlt er es als Gefesselter. Den nennt man, ihr Mönche einen unerfahrenen gewöhnlichen Menschen Gefesselt ist er durch Geburt, Alter und Sterben, durch Trauer, Jammer, Schmerz, Trübsal und Verzweiflung. Gefesselt ist er, sag' ich, ans Leiden.

Wird aber der erfahrene edle Jünger, ihr Mönche, von einem Wehgefühl getroffen, dann ist er nicht traurig, beklommen, jammert nicht, schlägt sich nicht stöhnend an die Brust, gerät nicht in Verwirrung. So empfindet er nur ein Gefühl, ein körperliches, kein gemütmäßiges.

Gleichwie, ihr Mönche, wenn da ein Mann von einem Pfeil angeschossen würde, aber kein zweiter Pfeil würde nach ihm geschossen. Dieser Mensch, ihr Mönche, wird also nur das Gefühl von e i n e m Pfeil empfinden. Ebenso nun auch, ihr Mönche, wenn der belehrte edle Jünger von einem Wehgefühl getroffen wird, dann ist er nicht traurig, beklommen, jammert nicht, schlägt sich nicht stöhnend an die Brust, gerät nicht in Verwirrung: Nur ein Gefühl empfindet er, ein körperliches, kein gemüthafes.

9. „Rāhula, was ist das Wasserelement? Das Wasserelement kann entweder innerlich oder äußerlich sein. Was ist das innere Wasserelement? Was immer an inneren, zu

Ist er von einem Wehgefühl getroffen worden, da leistet er keinen Widerstand. Dann wird in ihm, der dem Wehgefühl keinen Widerstand leistet, beim Wehgefühl kein Hang zum Widerstand angelegt. Wird er nun von einem Wehgefühl getroffen, so genießt er nicht das Sinnenwohl. Und warum? Es kennt ja der erfahrene edle Jünger, ihr Mönche, eine andere Entrinnung vor dem Wehgefühl als sinnliches Wohl. Dann wird in ihm, der Sinnenwohl nicht genießt, kein Hang zum Reiz angelegt. Er kennt ja der Wirklichkeit gemäß der Gefühle Aufgang und Untergang, Labsal, Elend und Entrinnung. Und weil er der Gefühle Aufgang und Untergang, Labsal, Elend und Entrinnung der Wirklichkeit gemäß kennt, wird von ihm beim Weder-wehe-noch-wohl-Gefühl kein Hang zum Unwissen angelegt. Fühlt er nun ein Wohlgefühl, so fühlt er es als Entfesselter; fühlt er ein Wehgefühl, so fühlt er es als Entfesselter; fühlt er ein Weder-weh-noch-wohl-Gefühl, so fühlt er es als Entfesselter. Den nennt man, ihr Mönche, einen edlen Jünger: Entfesselt ist er von Geburt, Altern und Sterben, von Trauer, Jammer, Schmerz, Trübsal und Verzweiflung. Entfesselt ist er, sag' ich, vom Leiden.

Das ist nun, ihr Mönche, die Besonderheit, die Zielsetzung, der Unterschied zwischen einem erfahrenen edlen Jünger und einem unerfahrenen gewöhnlichen Menschen:

*Gefühl, das fühlt auch, wer da weise ist,
Wohl oder Wehe auch der Vielerfahr'ne,
und doch hat dieser Kluge vor den anderen
in dem, was heilsam, ganz Besond'res.*

*Gesetzeskenner, Vielerfahrner,
der diese Welt sah und das andre Ufer,
bedrängen Wunschesdinge nicht das Herz,
bei Unerwünschtem ist er ohne Widerstand.*

*Die bald verzückt sind, bald verstimmt,
die sind zerstört, gehn unter, sind nicht mehr;
doch wer den Pfad weiß, rein und kummerfrei,
erkennt recht das Übersteigen allen Seins".*

10. „Wenn sich jener Bhikkhu so auf Buddha, Dhamma und Sangha besinnt, falls dann Gleichmut, der durch das Heilsame unterstützt wird, in ihm nicht verankert wird, dann erweckt er folgendermaßen ein Gefühl der Dringlichkeit: ‚Es ist ein Verlust für mich, es ist kein Gewinn für mich, es ist schlecht für mich, es ist nicht gut für mich, daß, wenn ich mich so auf Buddha, Dhamma und Sangha besinne, Gleichmut, der durch das Heilsame unterstützt wird, in mir nicht verankert wird.‘ Gerade so wie eine Schwiegertochter, wenn sie ihren Schwiegervater sieht, ein Gefühl der Dringlichkeit (ihn zufriedenzustellen) erweckt, genauso erweckt jener Bhikkhu, wenn er sich so auf Buddha, Dhamma und Sangha besinnt, falls dann Gleichmut, der durch das Heilsame unterstützt wird, in ihm nicht verankert wird, folgendermaßen ein Gefühl der Dringlichkeit: ‚Es ist ein Verlust für mich, es ist kein Gewinn für mich, es ist schlecht für mich, es ist nicht gut für mich, daß, wenn ich mich so auf Buddha, Dhamma und Sangha besinne, Gleichmut, der durch das Heilsame unterstützt wird, in mir nicht verankert wird.‘ Aber falls, wenn er sich so auf Buddha, Dhamma und Sangha besinnt, Gleichmut, der durch das Heilsame unterstützt wird, in ihm verankert wird, dann ist er damit zufrieden. Und an jenem Punkt, Freunde, ist von jenem Bhikkhu viel erreicht worden.“

einem selbst gehörenden Dingen, Wasser, wäßrig und Objekt der Anhaftung ist, also Galle, Schleim, Eiter, Blut, Schweiß, Fett, Tränen, Talg, Speichel, Rotz, Gelenkschmiere, Urin oder was sonst noch an inneren, zu einem selbst gehörenden Dingen, Wasser, wäßrig und Objekt der Anhaftung ist: dies nennt man das innere Wasserelement. Sowohl das innere Wasserelement, als auch das äußere Wasserelement sind einfach nur Wasserelement. Und das sollte mit angemessener Weisheit der Wirklichkeit entsprechend gesehen werden: ‚Dies ist nicht mein, dies bin ich nicht, dies ist nicht mein Selbst.‘ Wenn man es mit angemessener Weisheit der Wirklichkeit entsprechend sieht, wird man gegenüber dem Wasserelement ernüchtert und macht den Geist begierdelos in Bezug auf das Wasserelement.“

10. „Rāhula, was ist das Feuerelement? Das Feuerelement kann entweder innerlich oder äußerlich sein. Was ist das innere Feuerelement? Was immer an inneren, zu einem selbst gehörenden Dingen, Feuer, feurig und Objekt der Anhaftung ist, also das, wodurch man gewärmt wird, altert und verzehrt wird, und das, wodurch das, was gegessen, getrunken, verzehrt und geschmeckt worden ist, vollständig verdaut wird, oder was sonst noch an inneren, zu einem selbst gehörenden Dingen, Feuer, feurig und Objekt der Anhaftung ist: dies nennt man das innere Feuerelement. Sowohl das innere Feuerelement, als auch das äußere Feuerelement sind einfach nur Feuerelement. Und das sollte mit angemessener Weisheit der Wirklichkeit entsprechend gesehen werden: ‚Dies ist nicht mein, dies bin ich nicht, dies ist nicht mein Selbst.‘ Wenn man es mit angemessener Weisheit der Wirklichkeit entsprechend sieht, wird man gegenüber dem Feuerelement ernüchtert und macht den Geist begierdelos in Bezug auf das Feuerelement.“

11. „Rāhula, was ist das Windelement? Das Windelement kann entweder innerlich oder äußerlich sein. Was ist das innere Windelement? Was immer an inneren, zu einem selbst gehörenden Dingen, Wind, windartig und Objekt der Anhaftung ist, also aufsteigende Winde, absteigende Winde, Winde im Bauch, Winde in den Därmen, Winde, die durch die Glieder verlaufen, Einatmung und Ausatmung, oder was sonst noch an inneren, zu einem selbst gehörenden Dingen, Wind, windartig und Objekt der Anhaftung ist: dies nennt man das innere Windelement. Sowohl das innere Windelement, als auch das äußere Windelement sind einfach nur Windelement. Und das sollte mit angemessener Weisheit der Wirklichkeit entsprechend gesehen werden: ‚Dies ist nicht mein, dies bin ich nicht, dies ist nicht mein Selbst.‘ Wenn man es mit angemessener Weisheit der Wirklichkeit entsprechend sieht, wird man gegenüber dem Windelement ernüchtert und macht den Geist begierdelos in Bezug auf das Windelement.“

12. „Rāhula, was ist das Raumelement? Das Raumelement kann entweder innerlich oder äußerlich sein. Was ist das innere Raumelement? Was immer an inneren, zu einem selbst gehörenden Dingen, Raum, raumhaft und Objekt der Anhaftung ist, also die Ohrlöcher, die Nasenlöcher, die Mundöffnung und die Öffnung, mit der das, was gegessen, getrunken, verzehrt und geschmeckt worden ist, heruntergeschluckt wird, und die, in der es sich ansammelt, und die, durch die es unten ausgeschieden wird, oder was sonst noch an inneren, zu einem selbst

gehörenden Dingen, Raum, raumhaft und Objekt der Anhaftung ist: dies nennt man das innere Raumelement. Sowohl das innere Raumelement, als auch das äußere Raumelement sind einfach nur Raumelement. Und das sollte mit angemessener Weisheit der Wirklichkeit entsprechend gesehen werden: ‚Dies ist nicht mein, dies bin ich nicht, dies ist nicht mein Selbst.‘ Wenn man es mit angemessener Weisheit der Wirklichkeit entsprechend sieht, wird man gegenüber dem Raumelement ernüchert und macht den Geist begierdelos in Bezug auf das Raumelement.“

13. „Rāhula, entwickle Meditation, die gelassen wie die Erde ist; denn wenn du Meditation entwickelst, die gelassen wie die Erde ist, werden erschienene angenehme und unangenehme Kontakte nicht in deinen Geist eindringen und dort bleiben. Gerade so wie die Leute saubere Dinge und schmutzige Dinge, Kot, Urin, Speichel, Eiter und Blut auf die Erde werfen, und die Erde deswegen nicht entsetzt, gedemütigt und angewidert ist, genauso, Rāhula, entwickle Meditation, die gelassen wie die Erde ist; denn wenn du Meditation entwickelst, die gelassen wie die Erde ist, werden erschienene angenehme und unangenehme Kontakte nicht in deinen Geist eindringen und dort bleiben.“¹⁸

18 MN 21 - Das Gleichnis von der Säge (Kakacūpama Sutta)

11. „Ihr Bhikkhus, es gibt diese fünf Redeweisen, die andere anwenden könnten, wenn sie euch ansprechen: ihre Rede mag zur rechten Zeit oder zur falschen Zeit erfolgen, sie mag wahr oder unwahr sein, sanft oder schroff, mit dem Guten oder mit Schaden verbunden, mit einem Geist von Liebender Güte gesprochen oder mit innerem Haß. Wenn andere euch ansprechen, mag ihre Rede zur rechten Zeit oder zur falschen Zeit erfolgen; wenn andere euch ansprechen, mag ihre Rede wahr oder unwahr sein; wenn andere euch ansprechen, mag ihre Rede sanft oder schroff sein; wenn andere euch ansprechen, mag ihre Rede mit dem Guten oder mit Schaden verbunden sein; wenn andere euch ansprechen, mag ihre Rede mit einem Geist von Liebender Güte gesprochen sein oder mit innerem Haß. Darin, ihr Bhikkhus, solltet ihr euch so üben: ‚Unser Geist wird unbeeinträchtigt bleiben, und wir werden keine bösen Worte äußern; wir werden in Mitgefühl für ihr Wohlergehen verweilen, mit einem Geist voll Liebender Güte, ohne inneren Haß. Wir werden verweilen, indem wir jene Person mit einem Herzen durchdringen, das von Liebender Güte durchtränkt ist; und mit dieser Person als Objekt werden wir verweilen, indem wir die allumfassende Welt mit einem Herzen durchdringen, das von Liebender Güte durchtränkt ist, unerschöpflich, erhaben, unermesslich, ohne Feindseligkeit und ohne Übelwollen.‘ Auf solche Weise solltet ihr euch üben, ihr Bhikkhus.“

12. „Ihr Bhikkhus, angenommen, ein Mann käme mit einer Hacke und einem Korb daher und sagte: ‚Ich werde bewirken, daß diese große Erde ohne Erde ist.‘ Er würde hier und dort graben, die Erde hierhin und dorthin schütten, hierhin und dorthin spucken, hierhin und dorthin urinieren, mit den Worten: ‚Sei ohne Erde, sei ohne Erde!‘ Was meint ihr, Bhikkhus? Könnte jener Mann bewirken, daß diese große Erde ohne Erde ist?“ – „Nein, ehrwürdiger Herr. Warum ist das so? Weil diese große Erde tief und gewaltig ist; es kann unmöglich bewirkt werden, daß sie ohne Erde ist. Der Mann würde schließlich nur Erschöpfung und Enttäuschung ernten.“

14. „Ihr Bhikkhus, angenommen, ein Mann käme mit Karmesin, Gelbwurz, Indigo oder Karmin daher und sagte: ‚Ich werde Bilder auf leerem Raum malen und Bilder auf leerem Raum erscheinen lassen.‘ Was meint ihr, Bhikkhus? Könnte jener Mann auf leerem Raum Bilder

malen und Bilder auf leerem Raum erscheinen lassen?“ – „Nein, ehrwürdiger Herr. Warum ist das so? Weil leerer Raum formlos und unsichtbar ist; er kann unmöglich dort Bilder malen oder Bilder dort erscheinen lassen. Der Mann würde schließlich nur Erschöpfung und Enttäuschung ernten.“

16. „Ihr Bhikkhus, angenommen, ein Mann käme mit einer lodernden Grasfackel daher und sagte: ‚Ich werde den Gangesfluß mit dieser lodernden Grasfackel erhitzen und verdampfen.‘ Was meint ihr, Bhikkhus? Könnte jener Mann den Gangesfluß mit jener lodernden Grasfackel erhitzen und verdampfen?“ – „Nein, ehrwürdiger Herr. Warum ist das so? Weil der Gangesfluß tief und gewaltig ist; er kann unmöglich mit einer lodernden Grasfackel erhitzt und verdampft werden. Der Mann würde schließlich nur Erschöpfung und Enttäuschung ernten.“

18. „Ihr Bhikkhus, angenommen, da gäbe es eine Tasche aus Katzenleder, die gerieben, wohl gerieben, ganz und gar wohl gerieben wurde, die weich ist, seidig, frei von Rascheln und Knistern, und ein Mann käme mit einem Stock oder einer Scherbe daher und sagte: ‚Da ist diese Tasche aus Katzenleder, die gerieben, wohl gerieben, ganz und gar wohl gerieben wurde, die weich ist, seidig, frei von Rascheln und Knistern. Ich werde sie zum Rascheln und Knistern bringen.‘ Was meint ihr, Bhikkhus? Könnte sie jener Mann zum Rascheln und Knistern bringen?“ – „Nein, ehrwürdiger Herr. Warum ist das so? Weil jene Tasche aus Katzenleder, da sie gerieben, wohl gerieben, ganz und gar wohl gerieben wurde, da sie weich ist, seidig, frei von Rascheln und Knistern, unmöglich mit dem Stock oder der Scherbe zum Rascheln oder Knistern gebracht werden kann. Der Mann würde schließlich nur Erschöpfung und Enttäuschung ernten.“

19. „Genauso, ihr Bhikkhus, gibt es diese fünf Redeweisen, die andere anwenden könnten, wenn sie euch ansprechen: ihre Rede mag zur rechten Zeit oder zur falschen Zeit erfolgen, sie mag wahr oder unwahr sein, sanft oder schroff, mit dem Gutem oder mit Schaden verbunden, mit einem Geist von Liebender Güte gesprochen oder mit innerem Haß. Wenn andere euch ansprechen, mag ihre Rede zur rechten Zeit oder zur falschen Zeit erfolgen; wenn andere euch ansprechen, mag ihre Rede wahr oder unwahr sein; wenn andere euch ansprechen, mag ihre Rede sanft oder schroff sein; wenn andere euch ansprechen, mag ihre Rede mit dem Gutem oder mit Schaden verbunden sein; wenn andere euch ansprechen, mag ihre Rede mit einem Geist von Liebender Güte gesprochen sein oder mit innerem Haß. Darin, ihr Bhikkhus, solltet ihr euch so üben: ‚Unser Geist wird unbeeinträchtigt bleiben, und wir werden keine bösen Worte äußern; wir werden in Mitgefühl für ihr Wohlergehen verweilen, mit einem Geist voll Liebender Güte, ohne inneren Haß. Wir werden verweilen, indem wir jene Person mit einem Herzen durchdringen, das von Liebender Güte durchtränkt ist; und mit ihr als Objekt werden wir verweilen, indem wir die allumfassende Welt mit einem Herzen durchdringen, das von Liebender Güte durchtränkt ist, unerschöpflich, erhaben, unermesslich, ohne Feindseligkeit und ohne Übelwollen.‘ Auf solche Weise solltet ihr euch üben, ihr Bhikkhus.“

20. „Ihr Bhikkhus, sogar wenn Banditen euch barbarisch Glied für Glied mit einer Doppelgriffsäge in Stücke teilen würden, würde derjenige, der einen verdorbenen Geist ihnen gegenüber entstehen ließe, meine Lehre nicht befolgen. Darin, ihr Bhikkhus, solltet ihr euch so üben: ‚Unser Geist wird unbeeinträchtigt bleiben, und wir werden keine bösen Worte äußern; wir werden in Mitgefühl für ihr Wohlergehen verweilen, mit einem Geist voll Liebender Güte, ohne inneren Haß. Wir werden verweilen, indem wir sie mit einem Herzen durchdringen, das von Liebender Güte durchtränkt ist; und mit ihnen als Objekt werden wir verweilen, indem wir die allumfassende Welt mit einem Herzen durchdringen, das von Liebender Güte durchtränkt ist, unerschöpflich, erhaben, unermesslich, ohne Feindseligkeit und ohne Übelwollen.‘ Auf solche Weise solltet ihr euch üben, ihr Bhikkhus.“

21. „Ihr Bhikkhus, wenn ihr euch diesem Ratschlag vom Gleichnis von der Säge oft zuwendet, seht ihr dann irgendeine Redeweise, unbedeutend oder grob, die ihr nicht ertragen könntet?“ –

- 14.,Rāhula, entwickle Meditation, die gelassen wie Wasser ist; denn wenn du Meditation entwickelst, die gelassen wie Wasser ist, werden erschienene angenehme und unangenehme Kontakte nicht in deinen Geist eindringen und dort bleiben. Gerade so wie die Leute saubere Dinge und schmutzige Dinge, Kot, Urin, Speichel, Eiter und Blut im Wasser waschen, und das Wasser deswegen nicht entsetzt, gedemütigt und angewidert ist, genauso, Rāhula, entwickle Meditation, die gelassen wie Wasser ist; denn wenn du Meditation entwickelst, die gelassen wie Wasser ist, werden erschienene angenehme und unangenehme Kontakte nicht in deinen Geist eindringen und dort bleiben.“
- 15.,Rāhula, entwickle Meditation, die gelassen wie Feuer ist; denn wenn du Meditation entwickelst, die gelassen wie Feuer ist, werden erschienene angenehme und unangenehme Kontakte nicht in deinen Geist eindringen und dort bleiben. Gerade so wie die Leute saubere Dinge und schmutzige Dinge, Kot, Urin, Speichel, Eiter und Blut im Feuer verbrennen, und das Feuer deswegen nicht entsetzt, gedemütigt und angewidert ist, genauso, Rāhula, entwickle Meditation, die gelassen wie Feuer ist; denn wenn du Meditation entwickelst, die gelassen wie Feuer ist, werden erschienene angenehme und unangenehme Kontakte nicht in deinen Geist eindringen und dort bleiben.“
- 16.,Rāhula, entwickle Meditation, die gelassen wie Wind ist; denn wenn du Meditation entwickelst, die gelassen wie Wind ist, werden erschienene angenehme und unangenehme Kontakte nicht in deinen Geist eindringen und dort bleiben. Gerade so wie der Wind über saubere Dinge und schmutzige Dinge, Kot, Urin, Speichel, Eiter und Blut streicht, und der Wind deswegen nicht entsetzt, gedemütigt und angewidert ist, genauso, Rāhula, entwickle Meditation, die gelassen wie Wind ist; denn wenn du Meditation entwickelst, die gelassen wie Wind ist, werden erschienene angenehme und unangenehme Kontakte nicht in deinen Geist eindringen und dort bleiben.“
- 17.,Rāhula, entwickle Meditation, die gelassen wie Raum ist; denn wenn du Meditation entwickelst, die gelassen wie Raum ist, werden erschienene angenehme und unangenehme Kontakte nicht in deinen Geist eindringen und dort bleiben. Gerade so wie Raum sich nirgendwo auf etwas stützt, genauso, Rāhula, entwickle Meditation, die gelassen wie Raum ist; denn wenn du Meditation entwickelst, die gelassen wie Raum ist, werden erschienene angenehme und unangenehme Kontakte nicht in deinen Geist eindringen und dort bleiben.“
- 18.,Rāhula, entwickle Meditation über Liebende Güte; denn wenn du Meditation über Liebende Güte entwickelst, wird jegliches Übelwollen überwunden.“
- 19.,Rāhula, entwickle Meditation über Mitgefühl; denn wenn du Meditation über

„Nein, ehrwürdiger Herr.“ – „Daher, ihr Bhikkhus, solltet ihr euch diesem Ratschlag vom Gleichnis von der Säge oft zuwenden. Das wird lange zu eurem Wohlergehen und Glück gereichen.“ Das ist es, was der Erhabene sagte. Die Bhikkhus waren zufrieden und entzückt über die Worte des Erhabenen.“

Mitgefühl entwickelst, wird jegliche Grausamkeit überwunden.“

20. „Rāhula, entwickle Meditation über Mitfreude; denn wenn du Meditation über Mitfreude entwickelst, wird jegliche Mißgunst überwunden.“

21. „Rāhula, entwickle Meditation über Gleichmut; denn wenn du Meditation über Gleichmut entwickelst, wird jegliches Widerstreben überwunden.“¹⁹

22. „Rāhula, entwickle Meditation über Nicht-Schönheit; denn wenn du Meditation über Nicht-Schönheit entwickelst, wird jegliche Begierde überwunden.“

23. „Rāhula, entwickle Meditation über die Wahrnehmung der Vergänglichkeit; denn wenn du Meditation über die Wahrnehmung der Vergänglichkeit entwickelst, wird jeglicher Ich-Dünkel überwunden.“²⁰

19 MN 7 - Das Gleichnis vom Tuch (Vatthūpama Sutta)

13. „Er verweilt, indem er eine Himmelsrichtung mit einem Herzen durchdringt, das erfüllt ist von Liebender Güte; ebenso die zweite, ebenso die dritte, ebenso die vierte Himmelsrichtung; auch nach oben, nach unten, in alle Richtungen und überall hin, und zu allen wie zu sich selbst, verweilt er, indem er die allumfassende Welt mit einem Herzen durchdringt, das von Liebender Güte erfüllt ist, unerschöpflich, erhaben, unermesslich, ohne Feindseligkeit und ohne Übelwollen.“

14. „Er verweilt, indem er eine Himmelsrichtung mit einem Herzen durchdringt, das erfüllt ist von Mitgefühl; ebenso die zweite, ebenso die dritte, ebenso die vierte Himmelsrichtung; auch nach oben, nach unten, in alle Richtungen und überall hin, und zu allen wie zu sich selbst, verweilt er, indem er die allumfassende Welt mit einem Herzen durchdringt, das von Mitgefühl erfüllt ist, unerschöpflich, erhaben, unermesslich, ohne Feindseligkeit und ohne Übelwollen.“

15. „Er verweilt, indem er eine Himmelsrichtung mit einem Herzen durchdringt, das erfüllt ist von Mitfreude; ebenso die zweite, ebenso die dritte, ebenso die vierte Himmelsrichtung; auch nach oben, nach unten, in alle Richtungen und überall hin, und zu allen wie zu sich selbst, verweilt er, indem er die allumfassende Welt mit einem Herzen durchdringt, das von Mitfreude erfüllt ist, unerschöpflich, erhaben, unermesslich, ohne Feindseligkeit und ohne Übelwollen.“

16. „Er verweilt, indem er eine Himmelsrichtung mit einem Herzen durchdringt, das erfüllt ist von Gleichmut; ebenso die zweite, ebenso die dritte, ebenso die vierte Himmelsrichtung; auch nach oben, nach unten, in alle Richtungen und überall hin, und zu allen wie zu sich selbst, verweilt er, indem er die allumfassende Welt mit einem Herzen durchdringt, das von Gleichmut erfüllt ist, unerschöpflich, erhaben, unermesslich, ohne Feindseligkeit und ohne Übelwollen.“

20 A.X. 60 Die Heilung des Girimānanda

"Wenn du, Ananda, zum Mönche Girimānanda hingehen und ihm zehn Betrachtungen weisen willst, so mag es sein, daß nach deren Anhören die Krankheit des Mönches Girimānanda auf der Stelle schwindet. Welches sind die zehn Betrachtungen?"

Die Betrachtung der Vergänglichkeit, der Ichlosigkeit, der Unreinheit, des Elends des Aufgebens, der Entsüchtung, der Erlöschung, der Reizlosigkeit allen Daseins, die Betrachtung der Vergänglichkeit aller Daseinsbildungen und die Achtsamkeit bei Ein- und Ausatmung.

Was aber, Ananda, ist die Betrachtung der Vergänglichkeit? Da begibt sich der Mönch in den

- 24., „Rāhula, entwickle Meditation über die Achtsamkeit auf den Atem. Wenn die Achtsamkeit auf den Atem entfaltet und geübt wird, ist das von großer Frucht und großem Nutzen. Und wie wird die Achtsamkeit auf den Atem entfaltet und geübt, so daß sie von großer Frucht und großem Nutzen ist?“
- 25., „Rāhula, da setzt sich ein Bhikkhu nieder, nachdem er in den Wald oder zum Fuße eines Baumes oder in eine leere Hütte gegangen ist; nachdem er die Beine gekreuzt, den Oberkörper aufgerichtet und die Achtsamkeit vor sich gegenwärtig gehalten hat, atmet er völlig achtsam ein, achtsam atmet er aus.“
- 26., „Wenn er lang einatmet, versteht er: ‚Ich atme lang ein‘; oder wenn er lang ausatmet, versteht er: ‚Ich atme lang aus.‘ Wenn er kurz einatmet, versteht er: ‚Ich atme kurz ein‘; oder wenn er kurz ausatmet, versteht er: ‚Ich atme kurz aus.‘ Er übt sich so: ‚Ich werde einatmen und dabei den ganzen Atemkörper erleben‘; er übt sich so: ‚Ich werde ausatmen und dabei den ganzen Atemkörper erleben.‘ Er übt sich so: ‚Ich werde einatmen und dabei die Gestaltung des Körpers beruhigen‘; er übt sich so: ‚Ich werde ausatmen und dabei die Gestaltung des Körpers beruhigen.‘“
- 27., „Er übt sich so: ‚Ich werde einatmen und dabei Verzückung erleben‘; er übt sich so: ‚Ich werde ausatmen und dabei Verzückung erleben.‘ Er übt sich so: ‚Ich werde einatmen und dabei Glückseligkeit erleben‘; er übt sich so: ‚Ich werde ausatmen und dabei Glückseligkeit erleben.‘ Er übt sich so: ‚Ich werde einatmen und dabei

Wald, an den Fuß eines Baumes oder in eine einsame Behausung, und erwägt bei sich also: 'Vergänglich ist die Körperlichkeit, vergänglich ist das Gefühl, vergänglich ist die Wahrnehmung, vergänglich sind die Gestaltungen, vergänglich ist das Bewußtsein.' So verweilt er bei den fünf die Objekte des Haftens bildenden Daseinsgruppen in der Betrachtung ihrer Vergänglichkeit.

Was aber, Ananda, ist die Betrachtung der Ichlosigkeit? Da begibt sich der Mönch in den Wald, an den Fuß eines Baumes oder in eine einsame Behausung, und erwägt bei sich also: 'Ohne ein Ich sind Auge und Formen, ohne ein Ich Ohr und Töne, ohne ein Ich Nase und Düfte, ohne ein Ich Zunge und Geschmäcke, ohne ein Ich der Körper und die Körpereindrücke, ohne ein Ich der Geist und die Geistobjekte.' So weilt er bei diesen sechs inneren und sechs äußeren Sinnengrundlagen in der Betrachtung ihrer Ichlosigkeit. Das, Ananda, nennt man die Betrachtung der Ichlosigkeit.

Was aber, Ananda, ist die Betrachtung der Unreinheit? Da betrachtet der Mönch diesen Körper, von der Fußsohle aufwärts und vom Haarschopf abwärts, den hautumgrenzten, mit vielerlei Unrat angefüllten, so nämlich: 'An diesem Körper gibt es Kopfhaare, Körperhaare, Nägel, Zähne, Haut, Fleisch, Sehnen, Knochen, Knochenmark, Nieren, Herz, Leber, Innenhaut, Milz, Lunge, Darm, Gekröse, Mageninhalt, Kot, Galle, Schleim, Eiter, Blut, Schweiß, Fett, Tränen, Lymphe, Speichel, Rotz, Gelenköl und Urin.' So weilt er bei diesem Körper in Betrachtung seiner Unreinheit. Das, Ananda, nennt man die Betrachtung der Unreinheit. ...

Nachdem nun der ehrwürdige Ananda vom Erhabenen diese zehn Betrachtungen gelernt hatte, begab er sich zum ehrwürdigen Girimānanda und unterwies ihn in diesen zehn Betrachtungen. Sobald aber der ehrwürdige Girimānanda diese zehn Betrachtungen vernommen hatte, legte sich seine Krankheit auf der Stelle. Er erhob sich von seinem Krankenlager und war von seiner Krankheit geheilt."

die geistige Gestaltung erleben‘; er übt sich so: ‚Ich werde ausatmen und dabei die geistige Gestaltung erleben.‘ Er übt sich so: ‚Ich werde einatmen und dabei die geistige Gestaltung beruhigen‘; er übt sich so: ‚Ich werde ausatmen und dabei die geistige Gestaltung beruhigen.‘“

28. „Er übt sich so: ‚Ich werde einatmen und dabei den Geist erleben‘; er übt sich so: ‚Ich werde ausatmen und dabei den Geist erleben.‘ Er übt sich so: ‚Ich werde einatmen und dabei den Geist erfreuen‘; er übt sich so: ‚Ich werde ausatmen und dabei den Geist erfreuen.‘ Er übt sich so: ‚Ich werde einatmen und dabei den Geist konzentrieren‘; er übt sich so: ‚Ich werde ausatmen und dabei den Geist konzentrieren.‘ Er übt sich so: ‚Ich werde einatmen und dabei den Geist befreien‘; er übt sich so: ‚Ich werde ausatmen und dabei den Geist befreien.‘“
29. „Er übt sich so: ‚Ich werde einatmen und dabei die Vergänglichkeit betrachten‘; er übt sich so: ‚Ich werde ausatmen und dabei die Vergänglichkeit betrachten.‘ Er übt sich so: ‚Ich werde einatmen und dabei die Lossagung betrachten‘; er übt sich so: ‚Ich werde ausatmen und dabei die Lossagung betrachten.‘ Er übt sich so: ‚Ich werde einatmen und dabei das Aufhören betrachten‘; er übt sich so: ‚Ich werde ausatmen und dabei das Aufhören betrachten.‘ Er übt sich so: ‚Ich werde einatmen und dabei das Loslassen betrachten‘; er übt sich so: ‚Ich werde ausatmen und dabei das Loslassen betrachten.‘“
30. „Rāhula, so wird die Achtsamkeit auf den Atem entfaltet und geübt, so daß sie von großer Frucht und großem Nutzen ist. Wenn die Achtsamkeit auf den Atem auf diese Weise entfaltet und geübt wird, sind sogar die letzten Atemzüge bei ihrem Erlöschen bewußt, nicht unbewußt.“²¹

21 MN 118: Ānāpānasati Sutta - Achtsamkeit auf den Atem

Vervollkommnung der vier Grundlagen der Achtsamkeit

23. „Und wie, ihr Bhikkhus, vervollkommnet die entfaltete und geübte Achtsamkeit auf den Atem die vier Grundlagen der Achtsamkeit?“

24. „Ihr Bhikkhus, wann immer ein Bhikkhu versteht, wenn er lang einatmet, ‚Ich atme lang ein‘, oder versteht, wenn er lang ausatmet, ‚Ich atme lang aus‘, oder versteht, wenn er kurz einatmet, ‚Ich atme kurz ein‘, oder versteht, wenn er kurz ausatmet, ‚Ich atme kurz aus‘, wenn er sich so übt: ‚Ich werde einatmen und dabei den ganzen Atemkörper erleben‘, wenn er sich so übt: ‚Ich werde ausatmen und dabei den ganzen Atemkörper erleben‘, wenn er sich so übt: ‚Ich werde einatmen und dabei die Gestaltung des Körpers beruhigen‘, wenn er sich so übt: ‚Ich werde ausatmen und dabei die Gestaltung des Körpers beruhigen‘ – bei jener Gelegenheit verweilt ein Bhikkhu, indem er den Körper als einen Körper betrachtet, eifrig, völlig achtsam und wissensklar, nachdem er Habgier und Trauer gegenüber der Welt beseitigt hat. Ich sage, daß dies ein bestimmter Körper unter den Körpern ist, nämlich das Ein- und Ausatmen. Aus diesem Grund verweilt ein Bhikkhu bei jener Gelegenheit, indem er den Körper als einen Körper betrachtet, eifrig, völlig achtsam und wissensklar, nachdem er Habgier und Trauer gegenüber der Welt beseitigt hat.“

25. „Ihr Bhikkhus, wann immer ein Bhikkhu sich so übt: ‚Ich werde einatmen und dabei Verzückung erleben‘, wenn er sich so übt: ‚Ich werde ausatmen und dabei Verzückung erleben‘,

Das ist es, was der Erhabene sagte. Der ehrwürdige Rāhula war zufrieden und entzückt über die Worte des Erhabenen."

wenn er sich so übt: ‚Ich werde einatmen und dabei Glückseligkeit erleben‘ wenn er sich so übt: ‚Ich werde ausatmen und dabei Glückseligkeit erleben‘, wenn er sich so übt: ‚Ich werde einatmen und dabei die Gestaltung des Geistes erleben‘, wenn er sich so übt: ‚Ich werde ausatmen und dabei die Gestaltung des Geistes erleben‘, wenn er sich so übt: ‚Ich werde einatmen und dabei die Gestaltung des Geistes beruhigen‘, wenn er sich so übt: ‚Ich werde ausatmen und dabei die Gestaltung des Geistes beruhigen‘ – bei jener Gelegenheit verweilt ein Bhikkhu, indem er Gefühle als Gefühle betrachtet, eifrig, völlig achtsam und wissensklar, nachdem er Habgier und Trauer gegenüber der Welt beseitigt hat. Ich sage, daß dies ein bestimmtes Gefühl unter den Gefühlen ist, nämlich wenn man das Ein- und Ausatmen genau verfolgt. Aus diesem Grund verweilt ein Bhikkhu bei jener Gelegenheit, indem er Gefühle als Gefühle betrachtet, eifrig, völlig achtsam und wissensklar, nachdem er Habgier und Trauer gegenüber der Welt beseitigt hat.“

26. „Ihr Bhikkhus, wann immer ein Bhikkhu sich so übt: ‚Ich werde einatmen und dabei den Geist erleben‘, wenn er sich so übt: ‚Ich werde ausatmen und dabei den Geist erleben‘, wenn er sich so übt: ‚Ich werde einatmen und dabei den Geist erfreuen‘, wenn er sich so übt: ‚Ich werde ausatmen und dabei den Geist erfreuen‘, wenn er sich so übt: ‚Ich werde einatmen und dabei den Geist konzentrieren‘, wenn er sich so übt: ‚Ich werde ausatmen und dabei den Geist konzentrieren‘, wenn er sich so übt: ‚Ich werde einatmen und dabei den Geist befreien‘, wenn er sich so übt: ‚Ich werde ausatmen und dabei den Geist befreien‘ – bei jener Gelegenheit verweilt ein Bhikkhu, indem er Geist als Geist betrachtet, eifrig, völlig achtsam und wissensklar, nachdem er Habgier und Trauer gegenüber der Welt beseitigt hat. Ich sage nicht, daß die Entfaltung der Achtsamkeit auf den Atem in einem stattfindet, der vergeßlich ist, der nicht völlig wissensklar ist. Aus diesem Grund verweilt ein Bhikkhu bei jener Gelegenheit, indem er Geist als Geist betrachtet, eifrig, völlig achtsam und wissensklar, nachdem er Habgier und Trauer gegenüber der Welt beseitigt hat.“

27. „Ihr Bhikkhus, wann immer ein Bhikkhu sich so übt: ‚Ich werde einatmen und dabei die Vergänglichkeit betrachten‘, wenn er sich so übt: ‚Ich werde ausatmen und dabei die Vergänglichkeit betrachten‘, wenn er sich so übt: ‚Ich werde einatmen und dabei die Lossagung betrachten‘, wenn er sich so übt: ‚Ich werde ausatmen und dabei die Lossagung betrachten‘, wenn er sich so übt: ‚Ich werde einatmen und dabei das Aufhören betrachten‘, wenn er sich so übt: ‚Ich werde ausatmen und dabei das Aufhören betrachten‘, wenn er sich so übt: ‚Ich werde einatmen und dabei das Loslassen betrachten‘, wenn er sich so übt: ‚Ich werde ausatmen und dabei das Loslassen betrachten‘ – bei jener Gelegenheit verweilt ein Bhikkhu, indem er Geistesobjekte als Geistesobjekte betrachtet, eifrig, völlig achtsam und wissensklar, nachdem er Habgier und Trauer gegenüber der Welt beseitigt hat. Nachdem er das Überwinden von Habgier und Trauer mit Weisheit gesehen hat, sieht er mit Gleichmut genau zu. Aus diesem Grund verweilt ein Bhikkhu bei jener Gelegenheit, indem er Geistesobjekte als Geistesobjekte betrachtet, eifrig, völlig achtsam und wissensklar, nachdem er Habgier und Trauer gegenüber der Welt beseitigt hat.“

28. „Ihr Bhikkhus, so vervollkommnet die entfaltete und geübte Achtsamkeit auf den Atem die vier Grundlagen der Achtsamkeit.“

MN 147 – Die kürzere Lehrrede vom Rat an Rāhula (Cūlarāhulovāda Sutta)

1. So habe ich gehört. Einmal hielt sich der Erhabene bei Sāvattthī im Jeta Hain, dem Park des Anāthapindika auf.
2. Während sich der Erhabene allein in der Meditation befand, erschien da folgender Gedanke in seinem Herzen: „Die Geisteszustände, die in Befreiung heranreifen, sind in Rāhula herangereift. Angenommen, ich würde ihn weiter zur Vernichtung der Triebe führen.“ Dann, als es Morgen war, kleidete sich der Erhabene an, nahm seine Schale und äußere Robe und ging um Almosen nach Sāvattthī hinein. Als er um Almosen in Sāvattthī umhergegangen war und nach seinem Mahl von seiner Almosenrunde zurückgekehrt war, richtete er sich folgendermaßen an den ehrwürdigen Rāhula: „Nimm dein Sitztuch mit, Rāhula; laß uns zum Hain der Blinden Männer gehen, um den Tag zu verbringen.“ „Ja, ehrwürdiger Herr“, sagte der ehrwürdige Rāhula, er nahm sein Sitztuch und lief dicht hinter dem Erhabenen her. Bei jener Gelegenheit folgten viele tausende von Devas dem Erhabenen, die dachten: „Heute wird der Erhabene den ehrwürdigen Rāhula weiter zur Vernichtung der Triebe führen.“ Dann betrat der Erhabene den Hain der Blinden Männer und setzte sich am Fuß eines bestimmten Baums auf einem vorbereiteten Sitz nieder. Und der ehrwürdige Rāhula huldigte dem Erhabenen und setzte sich seitlich nieder. Dann sagte der Erhabene zum ehrwürdigen Rāhula:
3. „Rāhula, was meinst du? Ist das Auge unvergänglich oder vergänglich?“ – „Vergänglich, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich ist, Leid oder Glück?“ – „Leid, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich, leidvoll und der Veränderung unterworfen ist, geeignet, so betrachtet zu werden: ‚Dies ist mein, dies bin ich, dies ist mein Selbst‘?“ – „Nein, ehrwürdiger Herr.“ „Rāhula, was meinst du? Sind Formen unvergänglich oder vergänglich?“ – „Vergänglich, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich ist, Leid oder Glück?“ – „Leid, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich, leidvoll und der Veränderung unterworfen ist, geeignet, so betrachtet zu werden: ‚Dies ist mein, dies bin ich, dies ist mein Selbst‘?“ – „Nein, ehrwürdiger Herr.“ „Rāhula, was meinst du? Ist Sehbewußtsein unvergänglich oder vergänglich?“²²

22 S.12.44. Die Welt

1. "Ort der Begebenheit: Sāvattthī.
2. "Der Welt Ursprung, ihr Bhikkhus, und ihren Untergang will ich euch lehren usw.
3. Der Erhabene sprach also: "Welches, ihr Bhikkhus, ist der Welt Ursprung?
4. Infolge des Sehens und der (sichtbaren) Formen entsteht das Bewußtsein des Sehens; die Verbindung der drei ist die Berührung. Aus der Berührung als Ursache entsteht die Empfindung; aus der Empfindung als Ursache entsteht der Durst; aus dem Durst als Ursache entsteht das Erfassen; aus dem Erfassen als Ursache entsteht das Werden; aus dem Werden als Ursache

- „Vergänglich, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich ist, Leid oder Glück?“ – „Leid, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich, leidvoll und der Veränderung unterworfen ist, geeignet, so betrachtet zu werden: ‚Dies ist mein, dies bin ich, dies ist mein Selbst‘?“ – „Nein, ehrwürdiger Herr.“ „Rāhula, was meinst du? Ist Sehkontakt unvergänglich oder vergänglich?“ – „Vergänglich, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich ist, Leid oder Glück?“ – „Leid, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich, leidvoll und der Veränderung unterworfen ist, geeignet, so betrachtet zu werden: ‚Dies ist mein, dies bin ich, dies ist mein Selbst‘?“ – „Nein, ehrwürdiger Herr.“ „Rāhula, was meinst du? Sind irgendein Gefühl, irgendeine Wahrnehmung, irgendwelche Gestaltungen, irgendein Bewußtsein, die mit Sehkontakt als Bedingung entstehen, unvergänglich oder vergänglich?“ – „Vergänglich, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich ist, Leid oder Glück?“ – „Leid, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich, leidvoll und der Veränderung unterworfen ist, geeignet, so betrachtet zu werden:

entsteht die Geburt; aus der Geburt als Ursache entstehen Alter und Tod, Schmerz, Kummer, Leid, Betrübnis und Verzweiflung. Dies, ihr Bhikkhus, ist der Welt Ursprung.

5-9. Infolge des Hörens und der Töne usw. usw. - infolge des Riechens und der Gerüche usw. usw. - infolge des Schmeckens und der Geschmäcke usw. usw. - infolge des Fühlens und der fühlbaren Gegenstände usw. - infolge des Denkens und der Dinge entsteht das Bewußtsein des Denkens; die Verbindung der drei ist die Berührung. Aus der Berührung als Ursache entsteht die Empfindung; aus der Empfindung als Ursache entsteht der Durst; aus dem Durst als Ursache entsteht das Erfassen; aus dem Erfassen als Ursache entsteht das Werden; aus dem Werden als Ursache entsteht die Geburt; aus der Geburt als Ursache entstehen Alter und Tod, Schmerz, Kummer, Leid, Betrübnis und Verzweiflung. Dies, ihr Bhikkhus, ist der Welt Ursprung.

10. Und welches, ihr Bhikkhus, ist der Welt Untergang?

11. Infolge des Sehens und der (sichtbaren) Formen entsteht das Bewußtsein des Sehens; die Verbindung der drei ist die Berührung. Aus der Berührung als Ursache entsteht die Empfindung; aus der Empfindung als Ursache entsteht der Durst. Aus dem restlosen Verschwinden aber und der Aufhebung eben dieses Durstes folgt Aufhebung des Erfassens; aus der Aufhebung des Erfassens folgt Aufhebung des Werdens; aus der Aufhebung des Werdens folgt Aufhebung der Geburt; durch Aufhebung der Geburt werden Alter und Tod, Schmerz, Kummer, Leid, Betrübnis und Verzweiflung aufgehoben auf solche Art kommt die Aufhebung der ganzen Masse des Leidens zu stande. Dies, ihr Bhikkhus, ist der Welt Untergang.

12-17. Infolge des Hörens und der Töne usw. usw. - infolge des Riechens und der Gerüche usw. usw. - infolge des Schmeckens und der Geschmäcke usw. usw. - infolge des Fühlens und der fühlbaren Gegenstände usw. usw. - infolge des Denkens und der Dinge entsteht das Bewußtsein des Denkens; die Verbindung der drei ist die Berührung. Aus der Berührung als Ursache entsteht die Empfindung; aus der Empfindung als Ursache entsteht der Durst. Aus dem restlosen Verschwinden aber und der Aufhebung eben dieses Durstes folgt Aufhebung des Erfassens; aus der Aufhebung des Erfassens folgt Aufhebung des Werdens; aus der Aufhebung des Werdens folgt Aufhebung der Geburt; durch Aufhebung der Geburt werden Alter und Tod, Schmerz, Kummer, Leid, Betrübnis und Verzweiflung aufgehoben: auf solche Art kommt die Aufhebung der ganzen Masse des Leidens zu stande. Dieses, ihr Bhikkhus, ist der Welt Untergang."

„Dies ist mein, dies bin ich, dies ist mein Selbst“? – „Nein, ehrwürdiger Herr.“²³

4. „Rāhula, was meinst du? Ist das Ohr unvergänglich oder vergänglich?“ – „Vergänglich, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich ist, Leid oder Glück?“ – „Leid, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich, leidvoll und der Veränderung unterworfen ist, geeignet, so betrachtet zu werden: ‚Dies ist mein, dies bin ich, dies ist mein Selbst‘?“ – „Nein, ehrwürdiger Herr.“ „Rāhula, was meinst du? Sind Klänge unvergänglich oder vergänglich?“ – „Vergänglich, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich ist, Leid oder Glück?“ – „Leid, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich, leidvoll und der Veränderung unterworfen ist, geeignet, so betrachtet zu werden: ‚Dies ist mein, dies bin ich, dies ist mein Selbst‘?“ – „Nein, ehrwürdiger Herr.“ „Rāhula, was meinst du? Ist Hörbewußtsein unvergänglich oder vergänglich?“
- „Vergänglich, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich ist, Leid oder Glück?“ – „Leid, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich, leidvoll und der Veränderung unterworfen ist, geeignet, so betrachtet zu werden: ‚Dies ist mein, dies bin ich, dies ist mein Selbst‘?“ – „Nein, ehrwürdiger Herr.“ „Rāhula, was meinst du? Ist Hörkontakt unvergänglich oder vergänglich?“ – „Vergänglich, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich ist, Leid oder Glück?“ – „Leid, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich, leidvoll und der Veränderung unterworfen ist, geeignet, so betrachtet zu werden: ‚Dies ist mein, dies bin ich, dies ist mein Selbst‘?“ – „Nein, ehrwürdiger Herr.“ „Rāhula, was meinst du? Sind irgendein Gefühl, irgendeine Wahrnehmung, irgendwelche Gestaltungen, irgendein Bewußtsein, die mit Hörkontakt als Bedingung entstehen, unvergänglich oder vergänglich?“ – „Vergänglich, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich ist, Leid oder Glück?“ – „Leid, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich, leidvoll und der Veränderung unterworfen ist, geeignet, so betrachtet zu werden: ‚Dies ist mein, dies bin ich, dies ist mein Selbst‘?“ – „Nein, ehrwürdiger Herr.“
5. „Rāhula, was meinst du? Ist die Nase unvergänglich oder vergänglich?“ – „Vergänglich, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich ist, Leid oder Glück?“ – „Leid, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich, leidvoll und der Veränderung unterworfen ist, geeignet, so betrachtet zu werden: ‚Dies ist mein, dies bin ich, dies ist mein Selbst‘?“ – „Nein, ehrwürdiger Herr.“ „Rāhula, was meinst du? Sind Gerüche unvergänglich oder vergänglich?“ – „Vergänglich, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich ist, Leid oder Glück?“ – „Leid,

23 S.35.82 Die Welt

"Ein gewisser Mönch begab sich zum Erhabenen, begrüßte ihn ehrfurchtsvoll und setzte sich zur Seite nieder. Zur Seite sitzend, wandte er sich also an den Erhabenen: Welt, Welt', o Herr, sagt man. Inwiefern aber, o Herr, sagt man 'Welt'?"

Es verweht', o Mönch, darum sagt man 'Welt'. Was verweht? Die 6 Innen- und Außengebiete, die 6 Arten des Bewußtseins, die 6 Berührungen, die 18 Gefühle. Es verweht', o Mönch, darum sagt man 'Welt'".

ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich, leidvoll und der Veränderung unterworfen ist, geeignet, so betrachtet zu werden: ‚Dies ist mein, dies bin ich, dies ist mein Selbst?‘“ – „Nein, ehrwürdiger Herr.“ „Rāhula, was meinst du? Ist Riechbewußtsein unvergänglich oder vergänglich?“

- „Vergänglich, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich ist, Leid oder Glück?“ – „Leid, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich, leidvoll und der Veränderung unterworfen ist, geeignet, so betrachtet zu werden: ‚Dies ist mein, dies bin ich, dies ist mein Selbst?‘“ – „Nein, ehrwürdiger Herr.“ „Rāhula, was meinst du? Ist Riechkontakt unvergänglich oder vergänglich?“
 - „Vergänglich, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich ist, Leid oder Glück?“ – „Leid, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich, leidvoll und der Veränderung unterworfen ist, geeignet, so betrachtet zu werden: ‚Dies ist mein, dies bin ich, dies ist mein Selbst?‘“ – „Nein, ehrwürdiger Herr.“ „Rāhula, was meinst du? Sind irgendein Gefühl, irgendeine Wahrnehmung, irgendwelche Gestaltungen, irgendein Bewußtsein, die mit Riechkontakt als Bedingung entstehen, unvergänglich oder vergänglich?“ – „Vergänglich, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich ist, Leid oder Glück?“ – „Leid, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich, leidvoll und der Veränderung unterworfen ist, geeignet, so betrachtet zu werden: ‚Dies ist mein, dies bin ich, dies ist mein Selbst?‘“ – „Nein, ehrwürdiger Herr.“
6. „Rāhula, was meinst du? Ist die Zunge unvergänglich oder vergänglich?“ – „Vergänglich, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich ist, Leid oder Glück?“ – „Leid, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich, leidvoll und der Veränderung unterworfen ist, geeignet, so betrachtet zu werden: ‚Dies ist mein, dies bin ich, dies ist mein Selbst?‘“ – „Nein, ehrwürdiger Herr.“ „Rāhula, was meinst du? Sind Geschmäcker unvergänglich oder vergänglich?“
- „Vergänglich, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich ist, Leid oder Glück?“ – „Leid, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich, leidvoll und der Veränderung unterworfen ist, geeignet, so betrachtet zu werden: ‚Dies ist mein, dies bin ich, dies ist mein Selbst?‘“ – „Nein, ehrwürdiger Herr.“ „Rāhula, was meinst du? Ist Schmeckbewußtsein unvergänglich oder vergänglich?“
 - „Vergänglich, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich ist, Leid oder Glück?“ – „Leid, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich, leidvoll und der Veränderung unterworfen ist, geeignet, so betrachtet zu werden: ‚Dies ist mein, dies bin ich, dies ist mein Selbst?‘“ – „Nein, ehrwürdiger Herr.“ „Rāhula, was meinst du? Ist Schmeckkontakt unvergänglich oder vergänglich?“
 - „Vergänglich, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich ist, Leid oder Glück?“ – „Leid, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich, leidvoll und der Veränderung unterworfen ist, geeignet, so betrachtet zu werden: ‚Dies ist mein, dies bin ich, dies ist mein Selbst?‘“ – „Nein, ehrwürdiger Herr.“ „Rāhula, was meinst du? Sind irgendein Gefühl, irgendeine Wahrnehmung, irgendwelche Gestaltungen, irgendein Bewußtsein, die mit Schmeckkontakt als Bedingung

entstehen, unvergänglich oder vergänglich?“ – „Vergänglich, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich ist, Leid oder Glück?“ – „Leid, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich, leidvoll und der Veränderung unterworfen ist, geeignet, so betrachtet zu werden: ‚Dies ist mein, dies bin ich, dies ist mein Selbst‘?“ – „Nein, ehrwürdiger Herr.“

7. „Rāhula, was meinst du? Ist der Körper unvergänglich oder vergänglich?“ – „Vergänglich, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich ist, Leid oder Glück?“ – „Leid, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich, leidvoll und der Veränderung unterworfen ist, geeignet, so betrachtet zu werden: ‚Dies ist mein, dies bin ich, dies ist mein Selbst‘?“ – „Nein, ehrwürdiger Herr.“ „Rāhula, was meinst du? Sind Berührungsobjekte unvergänglich oder vergänglich?“
- „Vergänglich, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich ist, Leid oder Glück?“ – „Leid, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich, leidvoll und der Veränderung unterworfen ist, geeignet, so betrachtet zu werden: ‚Dies ist mein, dies bin ich, dies ist mein Selbst‘?“ – „Nein, ehrwürdiger Herr.“ „Rāhula, was meinst du? Ist Berührungsbewußtsein unvergänglich oder vergänglich?“
 - „Vergänglich, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich ist, Leid oder Glück?“ – „Leid, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich, leidvoll und der Veränderung unterworfen ist, geeignet, so betrachtet zu werden: ‚Dies ist mein, dies bin ich, dies ist mein Selbst‘?“ – „Nein, ehrwürdiger Herr.“ „Rāhula, was meinst du? Ist Berührungskontakt unvergänglich oder vergänglich?“
 - „Vergänglich, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich ist, Leid oder Glück?“ – „Leid, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich, leidvoll und der Veränderung unterworfen ist, geeignet, so betrachtet zu werden: ‚Dies ist mein, dies bin ich, dies ist mein Selbst‘?“ – „Nein, ehrwürdiger Herr.“ „Rāhula, was meinst du? Sind irgendein Gefühl, irgendeine Wahrnehmung, irgendwelche Gestaltungen, irgendein Bewußtsein, die mit Berührungskontakt als Bedingung entstehen, unvergänglich oder vergänglich?“ – „Vergänglich, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich ist, Leid oder Glück?“ – „Leid, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich, leidvoll und der Veränderung unterworfen ist, geeignet, so betrachtet zu werden: ‚Dies ist mein, dies bin ich, dies ist mein Selbst‘?“ – „Nein, ehrwürdiger Herr.“
8. „Rāhula, was meinst du? Ist der Geist unvergänglich oder vergänglich?“ – „Vergänglich, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich ist, Leid oder Glück?“ – „Leid, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich, leidvoll und der Veränderung unterworfen ist, geeignet, so betrachtet zu werden: ‚Dies ist mein, dies bin ich, dies ist mein Selbst‘?“ – „Nein, ehrwürdiger Herr.“ „Rāhula, was meinst du? Sind Geistesobjekte unvergänglich oder vergänglich?“
- „Vergänglich, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich ist, Leid oder Glück?“ – „Leid, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich, leidvoll und der Veränderung unterworfen ist, geeignet, so betrachtet zu werden: ‚Dies ist mein, dies bin ich, dies ist mein Selbst‘?“ – „Nein, ehrwürdiger Herr.“ „Rāhula, was

meinst du? Ist Geistbewußtsein unvergänglich oder vergänglich?“

- „Vergänglich, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich ist, Leid oder Glück?“ – „Leid, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich, leidvoll und der Veränderung unterworfen ist, geeignet, so betrachtet zu werden: ‚Dies ist mein, dies bin ich, dies ist mein Selbst‘?“ – „Nein, ehrwürdiger Herr.“ „Rāhula, was meinst du? Ist Geistkontakt unvergänglich oder vergänglich?“ – „Vergänglich, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich ist, Leid oder Glück?“ – „Leid, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich, leidvoll und der Veränderung unterworfen ist, geeignet, so betrachtet zu werden: ‚Dies ist mein, dies bin ich, dies ist mein Selbst‘?“ – „Nein, ehrwürdiger Herr.“ „Rāhula, was meinst du? Sind irgendein Gefühl, irgendeine Wahrnehmung, irgendwelche Gestaltungen, irgendein Bewußtsein, die mit Geistkontakt als Bedingung entstehen, unvergänglich oder vergänglich?“ – „Vergänglich, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich ist, Leid oder Glück?“ – „Leid, ehrwürdiger Herr.“ – „Ist das, was vergänglich, leidvoll und der Veränderung unterworfen ist, geeignet, so betrachtet zu werden: ‚Dies ist mein, dies bin ich, dies ist mein Selbst‘?“ – „Nein, ehrwürdiger Herr.“²⁴

**24 MN 28 - Die längere Lehrrede vom Gleichnis von der Elefantenspur
(Mahāhatthipadopama Sutta)**

26. „Freunde, gerade so wie Raum, der durch Holz und Kletterpflanzen, Gras und Lehm bedingt ist, als ‚Haus‘ bezeichnet wird, genauso wird Raum, der durch Knochen und Sehnen, Fleisch und Haut bedingt ist, als ‚Form‘ bezeichnet.“

27. „Wenn, Freunde, innerlich das Auge intakt ist, aber keine äußeren Formen in seine Reichweite kommen, und keine passende Hinwendung vorhanden ist, dann gibt es kein Erscheinen des zugehörigen Bewußtseinsanteils. Wenn innerlich das Auge intakt ist, und äußere Formen in seine Reichweite kommen, aber keine passende Hinwendung vorhanden ist, dann gibt es kein Erscheinen des zugehörigen Bewußtseinsanteils. Aber wenn innerlich das Auge intakt ist, und äußere Formen in seine Reichweite kommen, und passende Hinwendung vorhanden ist, dann gibt es das Erscheinen des zugehörigen Bewußtseinsanteils.“

28. „Die Form, die auf solche Weise ins Dasein getreten ist, wird in die Daseinsgruppe der Form, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Das Gefühl, das auf solche Weise ins Dasein getreten ist, wird in die Daseinsgruppe des Gefühls, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Die Wahrnehmung, die auf solche Weise ins Dasein getreten ist, wird in die Daseinsgruppe der Wahrnehmung, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Die Gestaltungen, die auf solche Weise ins Dasein getreten sind, werden in die Daseinsgruppe der Gestaltungen, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Das Bewußtsein, das auf solche Weise ins Dasein getreten ist, wird in die Daseinsgruppe des Bewußtseins, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Er versteht so: ‚Auf diese Weise, in der Tat, kommt das Einschließen, Einsammeln und Anhäufen in diese fünf Daseinsgruppen, an denen angehaftet wird, zustande. Nun wurde dies vom Erhabenen gesagt: ›Einer, der bedingte Entstehung sieht, sieht das Dhamma; einer, der das Dhamma sieht, sieht bedingte Entstehung.‹ Und diese fünf Daseinsgruppen, an denen angehaftet wird, sind bedingt entstanden. Die Begierde, das Frönen, die Neigung und das Festhalten an diesen fünf Daseinsgruppen, an denen angehaftet wird, ist der Ursprung von Dukkha. Das Entfernen von Begierde und Gier, das Überwinden von Begierde und Gier nach diesen fünf Daseinsgruppen,

an denen angehaftet wird, ist das Aufhören von Dukkha.‘ Auch an jenem Punkt, Freunde, ist von jenem Bhikkhu viel erreicht worden.“

29. „Wenn, Freunde, innerlich das Ohr intakt ist, aber keine äußeren Klänge in seine Reichweite kommen, und keine passende Hinwendung vorhanden ist, dann gibt es kein Erscheinen des zugehörigen Bewußtseinsanteils. Wenn innerlich das Ohr intakt ist, und äußere Klänge in seine Reichweite kommen, aber keine passende Hinwendung vorhanden ist, dann gibt es kein Erscheinen des zugehörigen Bewußtseinsanteils. Aber wenn innerlich das Ohr intakt ist, und äußere Klänge in seine Reichweite kommen, und passende Hinwendung vorhanden ist, dann gibt es das Erscheinen des zugehörigen Bewußtseinsanteils.“

30. „Die Form, die auf solche Weise ins Dasein getreten ist, wird in die Daseinsgruppe der Form, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Das Gefühl, das auf solche Weise ins Dasein getreten ist, wird in die Daseinsgruppe des Gefühls, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Die Wahrnehmung, die auf solche Weise ins Dasein getreten ist, wird in die Daseinsgruppe der Wahrnehmung, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Die Gestaltungen, die auf solche Weise ins Dasein getreten sind, werden in die Daseinsgruppe der Gestaltungen, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Das Bewußtsein, das auf solche Weise ins Dasein getreten ist, wird in die Daseinsgruppe des Bewußtseins, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Er versteht so: ‚Auf diese Weise, in der Tat, kommt das Einschließen, Einsammeln und Anhäufen in diese fünf Daseinsgruppen, an denen angehaftet wird, zustande. Nun wurde dies vom Erhabenen gesagt: ›Einer, der bedingte Entstehung sieht, sieht das Dhamma; einer, der das Dhamma sieht, sieht bedingte Entstehung.‹ Und diese fünf Daseinsgruppen, an denen angehaftet wird, sind bedingt entstanden. Die Begierde, das Frönen, die Neigung und das Festhalten an diesen fünf Daseinsgruppen, an denen angehaftet wird, ist der Ursprung von Dukkha. Das Entfernen von Begierde und Gier, das Überwinden von Begierde und Gier nach diesen fünf Daseinsgruppen, an denen angehaftet wird, ist das Aufhören von Dukkha.‘ Auch an jenem Punkt, Freunde, ist von jenem Bhikkhu viel erreicht worden.“

31. „Wenn, Freunde, innerlich die Nase intakt ist, aber keine äußeren Gerüche in seine Reichweite kommen, und keine passende Hinwendung vorhanden ist, dann gibt es kein Erscheinen des zugehörigen Bewußtseinsanteils. Wenn innerlich die Nase intakt ist, und äußere Gerüche in seine Reichweite kommen, aber keine passende Hinwendung vorhanden ist, dann gibt es kein Erscheinen des zugehörigen Bewußtseinsanteils. Aber wenn innerlich die Nase intakt ist, und äußere Gerüche in seine Reichweite kommen, und passende Hinwendung vorhanden ist, dann gibt es das Erscheinen des zugehörigen Bewußtseinsanteils.“

32. „Die Form, die auf solche Weise ins Dasein getreten ist, wird in die Daseinsgruppe der Form, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Das Gefühl, das auf solche Weise ins Dasein getreten ist, wird in die Daseinsgruppe des Gefühls, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Die Wahrnehmung, die auf solche Weise ins Dasein getreten ist, wird in die Daseinsgruppe der Wahrnehmung, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Die Gestaltungen, die auf solche Weise ins Dasein getreten sind, werden in die Daseinsgruppe der Gestaltungen, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Das Bewußtsein, das auf solche Weise ins Dasein getreten ist, wird in die Daseinsgruppe des Bewußtseins, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Er versteht so: ‚Auf diese Weise, in der Tat, kommt das Einschließen, Einsammeln und Anhäufen in diese fünf Daseinsgruppen, an denen angehaftet wird, zustande. Nun wurde dies vom Erhabenen gesagt: ›Einer, der bedingte Entstehung sieht, sieht das Dhamma; einer, der das Dhamma sieht, sieht bedingte Entstehung.‹ Und diese fünf Daseinsgruppen, an denen angehaftet wird, sind bedingt entstanden. Die Begierde, das Frönen, die Neigung und das Festhalten an diesen fünf Daseinsgruppen, an denen angehaftet wird, ist der Ursprung von Dukkha. Das Entfernen von Begierde und Gier, das Überwinden von Begierde und Gier nach diesen fünf Daseinsgruppen,

an denen angehaftet wird, ist das Aufhören von Dukkha.‘ Auch an jenem Punkt, Freunde, ist von jenem Bhikkhu viel erreicht worden.“

33. „Wenn, Freunde, innerlich die Zunge intakt ist, aber keine äußeren Geschmäcker in seine Reichweite kommen, und keine passende Hinwendung vorhanden ist, dann gibt es kein Erscheinen des zugehörigen Bewußtseinsanteils. Wenn innerlich die Zunge intakt ist, und äußere Geschmäcker in seine Reichweite kommen, aber keine passende Hinwendung vorhanden ist, dann gibt es kein Erscheinen des zugehörigen Bewußtseinsanteils. Aber wenn innerlich die Zunge intakt ist, und äußere Klänge in seine Reichweite kommen, und passende Hinwendung vorhanden ist, dann gibt es das Erscheinen des zugehörigen Bewußtseinsanteils.“

34. „Die Form, die auf solche Weise ins Dasein getreten ist, wird in die Daseinsgruppe der Form, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Das Gefühl, das auf solche Weise ins Dasein getreten ist, wird in die Daseinsgruppe des Gefühls, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Die Wahrnehmung, die auf solche Weise ins Dasein getreten ist, wird in die Daseinsgruppe der Wahrnehmung, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Die Gestaltungen, die auf solche Weise ins Dasein getreten sind, werden in die Daseinsgruppe der Gestaltungen, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Das Bewußtsein, das auf solche Weise ins Dasein getreten ist, wird in die Daseinsgruppe des Bewußtseins, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Er versteht so: ‚Auf diese Weise, in der Tat, kommt das Einschließen, Einsammeln und Anhäufen in diese fünf Daseinsgruppen, an denen angehaftet wird, zustande. Nun wurde dies vom Erhabenen gesagt: ›Einer, der bedingte Entstehung sieht, sieht das Dhamma; einer, der das Dhamma sieht, sieht bedingte Entstehung.‹ Und diese fünf Daseinsgruppen, an denen angehaftet wird, sind bedingt entstanden. Die Begierde, das Frönen, die Neigung und das Festhalten an diesen fünf Daseinsgruppen, an denen angehaftet wird, ist der Ursprung von Dukkha. Das Entfernen von Begierde und Gier, das Überwinden von Begierde und Gier nach diesen fünf Daseinsgruppen, an denen angehaftet wird, ist das Aufhören von Dukkha.‘ Auch an jenem Punkt, Freunde, ist von jenem Bhikkhu viel erreicht worden.“

35. „Wenn, Freunde, innerlich der Körper intakt ist, aber keine äußeren Berührungsobjekte in seine Reichweite kommen, und keine passende Hinwendung vorhanden ist, dann gibt es kein Erscheinen des zugehörigen Bewußtseinsanteils. Wenn innerlich der Körper intakt ist, und äußere Berührungsobjekte in seine Reichweite kommen, aber keine passende Hinwendung vorhanden ist, dann gibt es kein Erscheinen des zugehörigen Bewußtseinsanteils. Aber wenn innerlich der Körper intakt ist, und äußere Berührungsobjekte in seine Reichweite kommen, und passende Hinwendung vorhanden ist, dann gibt es das Erscheinen des zugehörigen Bewußtseinsanteils.“

36. „Die Form, die auf solche Weise ins Dasein getreten ist, wird in die Daseinsgruppe der Form, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Das Gefühl, das auf solche Weise ins Dasein getreten ist, wird in die Daseinsgruppe des Gefühls, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Die Wahrnehmung, die auf solche Weise ins Dasein getreten ist, wird in die Daseinsgruppe der Wahrnehmung, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Die Gestaltungen, die auf solche Weise ins Dasein getreten sind, werden in die Daseinsgruppe der Gestaltungen, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Das Bewußtsein, das auf solche Weise ins Dasein getreten ist, wird in die Daseinsgruppe des Bewußtseins, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Er versteht so: ‚Auf diese Weise, in der Tat, kommt das Einschließen, Einsammeln und Anhäufen in diese fünf Daseinsgruppen, an denen angehaftet wird, zustande. Nun wurde dies vom Erhabenen gesagt: ›Einer, der bedingte Entstehung sieht, sieht das Dhamma; einer, der das Dhamma sieht, sieht bedingte Entstehung.‹ Und diese fünf Daseinsgruppen, an denen angehaftet wird, sind bedingt entstanden. Die Begierde, das Frönen, die Neigung und das Festhalten an diesen fünf Daseinsgruppen, an denen angehaftet wird, ist der Ursprung von Dukkha. Das Entfernen von

Begierde und Gier, das Überwinden von Begierde und Gier nach diesen fünf Daseinsgruppen, an denen angehaftet wird, ist das Aufhören von Dukkha.‘ Auch an jenem Punkt, Freunde, ist von jenem Bhikkhu viel erreicht worden.“

37. „Wenn, Freunde, innerlich der Geist intakt ist, aber keine äußeren Geistesobjekte in seine Reichweite kommen, und keine passende Hinwendung vorhanden ist, dann gibt es kein Erscheinen des zugehörigen Bewußtseinsanteils. Wenn innerlich der Geist intakt ist, und äußere Geistesobjekte in seine Reichweite kommen, aber keine passende Hinwendung vorhanden ist, dann gibt es kein Erscheinen des zugehörigen Bewußtseinsanteils. Aber wenn innerlich der Geist intakt ist, und äußere Geistesobjekte in seine Reichweite kommen, und passende Hinwendung vorhanden ist, dann gibt es das Erscheinen des zugehörigen Bewußtseinsanteils.“

38. „Die Form, die auf solche Weise ins Dasein getreten ist, wird in die Daseinsgruppe der Form, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Das Gefühl, das auf solche Weise ins Dasein getreten ist, wird in die Daseinsgruppe des Gefühls, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Die Wahrnehmung, die auf solche Weise ins Dasein getreten ist, wird in die Daseinsgruppe der Wahrnehmung, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Die Gestaltungen, die auf solche Weise ins Dasein getreten sind, werden in die Daseinsgruppe der Gestaltungen, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Das Bewußtsein, das auf solche Weise ins Dasein getreten ist, wird in die Daseinsgruppe des Bewußtseins, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Er versteht so: ‚Auf diese Weise, in der Tat, kommt das Einschließen, Einsammeln und Anhäufen in diese fünf Daseinsgruppen, an denen angehaftet wird, zustande. Nun wurde dies vom Erhabenen gesagt: ›Einer, der bedingte Entstehung sieht, sieht das Dhamma; einer, der das Dhamma sieht, sieht bedingte Entstehung.‹ Und diese fünf Daseinsgruppen, an denen angehaftet wird, sind bedingt entstanden. Die Begierde, das Frönen, die Neigung und das Festhalten an diesen fünf Daseinsgruppen, an denen angehaftet wird, ist der Ursprung von Dukkha. Das Entfernen von Begierde und Gier, das Überwinden von Begierde und Gier nach diesen fünf Daseinsgruppen, an denen angehaftet wird, ist das Aufhören von Dukkha.‘ Auch an jenem Punkt, Freunde, ist von jenem Bhikkhu viel erreicht worden.“ Das ist es, was der ehrwürdige Sāriputta sagte. Die Bhikkhus waren zufrieden und entzückt über die Worte des ehrwürdigen Sāriputta."

9. „Wenn er so sieht, Rāhula, wird ein wohlunterrichteter edler Schüler ernüchtert gegenüber dem Auge, ernüchtert gegenüber Formen, ernüchtert gegenüber Sehbewußtsein, ernüchtert gegenüber Sehkontakt, ernüchtert gegenüber jeglichem Gefühl, jeglicher Wahrnehmung, jeglichen Gestaltungen, jeglichem Bewußtsein, die mit Sehkontakt als Bedingung entstehen.“ „Er wird ernüchtert gegenüber dem Ohr, ernüchtert gegenüber Klängen, ernüchtert gegenüber Hörbewußtsein, ernüchtert gegenüber Hörkontakt, ernüchtert gegenüber jeglichem Gefühl, jeglicher Wahrnehmung, jeglichen Gestaltungen, jeglichem Bewußtsein, die mit Hörkontakt als Bedingung entstehen.“ „Er wird ernüchtert gegenüber der Nase, ernüchtert gegenüber Gerüchen, ernüchtert gegenüber Riechbewußtsein, ernüchtert gegenüber Riechkontakt, ernüchtert gegenüber jeglichem Gefühl, jeglicher Wahrnehmung, jeglichen Gestaltungen, jeglichem Bewußtsein, die mit Riechkontakt als Bedingung entstehen.“ „Er wird ernüchtert gegenüber der Zunge, ernüchtert gegenüber Geschmäckern, ernüchtert gegenüber Schmeckbewußtsein, ernüchtert gegenüber Schmeckkontakt, ernüchtert gegenüber jeglichem Gefühl, jeglicher Wahrnehmung, jeglichen Gestaltungen, jeglichem Bewußtsein, die mit Schmeckkontakt als Bedingung entstehen.“ „Er wird ernüchtert gegenüber dem Körper, ernüchtert gegenüber Berührungsobjekten, ernüchtert gegenüber Berührungsbewußtsein, ernüchtert gegenüber Berührungskontakt, ernüchtert gegenüber jeglichem Gefühl, jeglicher Wahrnehmung, jeglichen Gestaltungen, jeglichem Bewußtsein, die mit Berührungskontakt als Bedingung entstehen.“ „Er wird ernüchtert gegenüber dem Geist, ernüchtert gegenüber Geistesobjekten, ernüchtert gegenüber Geistbewußtsein, ernüchtert gegenüber Geistkontakt, ernüchtert gegenüber jeglichem Gefühl, jeglicher Wahrnehmung, jeglichen Gestaltungen, jeglichem Bewußtsein, die mit Geistkontakt als Bedingung entstehen.“²⁵

25 S.35.28 Alles brennt

"Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Gayā auf der Höhe von Gayā mit 1.000 Mönchen. Dort nun wandte sich der Erhabene an die Mönche:

"Alles, ihr Mönche, ist in Brand. Was alles aber, ihr Mönche, ist in Brand? Das Auge, ihr Mönche, und die Formen, das Ohr und die Töne, die Nase und die Düfte, die Zunge und die Säfte, der Körper und die Gegenstände, der Geist und die Dinge sind in Brand. Das sechsfache Bewußtsein, die sechsfache Berührung und was durch die Berührung bedingt an Fühlbarem aufsteigt, sei es Wohl oder Wehe oder Weder-wehe-nach-wohl, auch das ist in Brand. Und wodurch brennt es? Durch Feuer der Reize, Feuer der Abwehr, Feuer der Verblendung ist es in Brand. Durch Geburt, Alter und Sterben, durch Kummer, Jammer, Schmerz, Trübsinn und Verzweiflung brennt es, sag ich.

So sehend, ihr Mönche, findet der erfahrene edle Jünger nichts daran. Nichts daran findend, wird er entreizt. Durch die Entreizung wird er erlöst: 'Im Erlösten ist die Erlösung' erkennt er: 'Versiegt ist die Geburt, vollendet der Brahma-wandel, gewirkt das Werk, nichts Höheres gibt es über dieses hier' versteht er da".

So sprach der Erhabene. Zufrieden freuten sich jene Mönche über das Wort des Erhabenen. Während aber diese Lehrdarlegung stattgefunden hatte, wurden die Herzen der 1.000 Mönche ohne Hangen von den Trieben erlöst."

10. „Wenn er ernüchtert wird, wird er begierdelos. Durch Begierdelosigkeit ist er befreit. Wenn er befreit ist, kommt das Wissen: ‚Er ist befreit.‘ Er versteht: ‚Geburt ist zu Ende gebracht, das heilige Leben ist gelebt, es ist getan, was getan werden mußte, darüber hinaus gibt es nichts mehr.‘“ Das ist es, was der Erhabene sagte. Der ehrwürdige Rāhula war zufrieden und entzückt über die Worte des Erhabenen. Während nun diese Lehrrede vorgetragen wurde, wurde der Geist des ehrwürdigen Rāhula durch Nicht-Anhaften von den Trieben befreit. Und in jenen vielen tausenden von Devas erschien die fleckenlose, reine Schau des Dhamma: „Alles, was dem Ursprung unterworfen ist, ist dem Aufhören unterworfen.“