

## **Bodhipakkhiya dhammā- *Bodhi-pakkhiya-dhammā***

Der Pali Begriff *bodhi-pakkhiya-dhammā* bedeutet wörtlich übersetzt, „Qualitäten auf der Seite des Erwachens“ oder „*dhamma* im Zusammenhang mit dem Erwachen“. Traditionell als auch das ‚Herz der Buddhalehre‘ bezeichnet.

Im Buddhistischen Wörterbuch heißt es: Die 37 'Zur Erleuchtung gehörenden Dinge', umfassen die gesamte Lehre des Buddhismus; es sind:

- die 4 Grundlagen der Achtsamkeit (*satipatthāna*)
- die 4 rechten Anstrengungen (*samma-ppadhāna*, *padhāna*),
- die 4 Machtfährten (*iddhi-pāda*),
- die 5 geistigen Fähigkeiten (*indriya*),
- die 5 geistigen Kräfte (*bala*),
- die 7 Erleuchtungsglieder (*bojjhanga*),
- der 8fache Pfad (*magga*).

In **M 77** werden diese *dhamma* genannt ohne sie jedoch als *bodhipakkhiya-dhamma*, zu bezeichnen. Allerdings werden im Anschluß daran noch weitere *dhamma* genannt: Die acht Erlösungen, Die acht Überwindungsgebiete, Die zehn Kasiṇas, Die vier Vertiefungen, Einsicht, Der geisterschaffene Körper, Die Arten übernatürlicher Kräfte, Das Element des Himmlischen Ohrs, Den Geist anderer verstehen, Erinnerung an frühere Leben, Das Himmlische Auge, Die Vernichtung der Triebe. Alle diese *dhamma* sind Teil der fünften „Tugend, aufgrund derer mich meine Schüler ehren, respektieren, würdigen und verehren, und in Abhängigkeit von mir leben, während sie mich ehren und respektieren.“<sup>1</sup>

In den Suttan (**S.48.51** u. **S.48.67**) werden allein die 5 *indriya* als *bodhi-pakkhiya-dhammā* benannt: „Die Fähigkeit des Vertrauens ist eine Eigenschaft, die das Erwachen beflügelt

---

<sup>1</sup> M 77: ... da schätzen mich meine Schüler ... der höheren Sittlichkeit wegen - meines herausragenden Wissens und meiner Schauung wegen - der höheren Weisheit wegen ...  
... Nachdem ich gefragt worden bin, erkläre ich ihnen die Edle Wahrheit von Dukkha... erkläre ich ihnen die Edle Wahrheit vom Ursprung von Dukkha... erkläre ich ihnen die Edle Wahrheit vom Aufhören von Dukkha... erkläre ich ihnen die Edle Wahrheit vom Weg, der zum Aufhören von Dukkha führt, und ich stelle ihren Geist mit meiner Erklärung zufrieden. Dies ist die vierte Tugend, aufgrund derer mich meine Schüler ehren, respektieren, würdigen und verehren, und in Abhängigkeit von mir leben, während sie mich ehren und respektieren."

"Wiederum, Udāyin, habe ich meinen Schülern den Weg zur Entfaltung der vier Grundlagen der Achtsamkeit verkündet. ...

"Wiederum, Udāyin, habe ich meinen Schülern den Weg zur Entfaltung der vier richtigen Anstrengungen verkündet. ...

"Wiederum, Udāyin, habe ich meinen Schülern den Weg zur Entfaltung der vier Machtfährten verkündet. ...

"Wiederum, Udāyin, habe ich meinen Schülern den Weg zur Entfaltung der fünf spirituellen Fähigkeiten verkündet. ...

"Wiederum, Udāyin, habe ich meinen Schülern den Weg zur Entfaltung der fünf Geisteskräfte verkündet. ...

"Wiederum, Udāyin, habe ich meinen Schülern den Weg zur Entfaltung der sieben Erleuchtungsglieder verkündet. ...

"Wiederum, Udāyin, habe ich meinen Schülern den Weg zur Entfaltung des Edlen Achtfachen Pfades verkündet. ...

(*bodhi-pakkhiya-dhammā*): sie führt (*saṃvattati*)<sup>2</sup> zum Erwachen. Die Fähigkeit der Tatkraft, die Fähigkeit der Achtsamkeit, die Fähigkeit der Einigung, die Fähigkeit der Weisheit ist eine Eigenschaft, die das Erwachen beflügelt, sie führt zum Erwachen".

In **Itiv. 82** und **97** wird von 7 *bodhipakkhiya-dhamma* gesprochen, wieder ohne sie zu benennen. Naheliegend wären hier die *bojjhanga*: "Sie führen (*saṃvattati*) zur Erwachung, deshalb heißen sie Erwachungslieder.“ (**S 46, 5**).

Traditionell bezieht man die Zahl jedoch auf die 74 Mal in den Suttan und im Vinaya genannten 37 in sieben Gruppen gegliederten *dhamma*.

Eine Hypothese ist, dass der Buddha wollte, dass die Anzahl der Faktoren insgesamt 37 beträgt, da die Zahl eine symbolische Bedeutung und sowohl einen Bezug zur antiken Mathematik als auch zur Musik hat. Was vielleicht auch das Vorhandensein der *bala* erklärt deren Beschreibung so identisch mit den *indriya* ist, dass der *bala-samyutta* auf palikanon.com als entbehrlich bezeichnet wird.

Aber auch die Zahl 37 ist nicht in Stein gemeißelt. Ein Gandhāra Text nennt 41 *bodhipakkhiya-dhamma* inklusive der *rūpajhānas* und man findet diese Zählung auch in chinesischen Dharmaguptaka Texten.

Das Nettipakaraṇa (Netti 112) des Palikanons hat 43 *bodhipakkhiyā dhammā* inklusive *aniccasaññā*, *dukkhasaññā*, *anattasaññā*, *pahānasaññā*, *virāgasaññā* und *nirodhasaññā*.

Es gibt keinen Zweifel, daß die 37 von entscheidender Bedeutung sind, nicht umsonst werden die 7 Gruppen der 37 Qualitäten in A III, 157-163 jeweils einzeln genannt und als Mittlerer Pfad bezeichnet.<sup>3</sup>

Ob sie jedoch das sind was der Buddha als *bodhipakkhiya dhamma* bezeichnet hat ist unklar.

---

<sup>2</sup> *saṃvattati* BB: conducive: dienlich, förderlich, zuträglich.

<sup>3</sup> A III; (157) Welches aber ist der mittlere Pfad?

Da verweilt der Mönch beim Körper in Betrachtung des Körpers, eifrig, wissensklar und achtsam, nach Überwindung von Begierde und Trübsal hinsichtlich der Welt; er verweilt bei den Gefühlen in Betrachtung der Gefühle, beim Geisteszustand in der Betrachtung des Geisteszustands, bei den Geistobjekten in Betrachtung der Geistobjekte, eifrig, wissensklar und achtsam, nach Überwindung von Begierde und Trübsal hinsichtlich der Welt.

Das nennt man den mittleren Pfad.

(158) Welches aber ist der mittlere Pfad? Da erzeugt der Mönch in sich den Willen, strebt danach, setzt seine Willenskraft ein, treibt seinen Geist an und kämpft, um die unaufgestiegenen üblen, unheilsamen Dinge nicht aufsteigen zu lassen - um die aufgestiegenen üblen, unheilsamen Dinge zu überwinden - um die unaufgestiegenen heilsamen Dinge zum Entstehen zu bringen - um die aufgestiegenen heilsamen Dinge zu festigen, nicht schwinden zu lassen, sondern sie zu Wachstum und voller Entfaltung zu bringen. -

(159) Er entfaltet die in Sammlung der Absicht - in Sammlung der Willenskraft - in Sammlung des Geistes - in Sammlung der Forschungskraft bestehende, von Anstrengung und Willensentschluß begleitete Machtfahrte. -

(160) Er entfaltet die Fähigkeit des Vertrauens, der Willenskraft, der Achtsamkeit, der Geistessammlung und der Weisheit. -

(161) Er entfaltet die Kraft des Vertrauens, des Willens, der Achtsamkeit, der Geistessammlung und der Weisheit. -

(162) Er entfaltet die Erleuchtungsglieder: Achtsamkeit, Wirklichkeitsergründung, Willenskraft, Verzückung, Ruhe, Sammlung und Gleichmut. -

(163) Er entfaltet rechte Erkenntnis, rechte Gesinnung, rechte Rede, rechtes Tun, rechten Lebensunterhalt, rechte Anstrengung, rechte Achtsamkeit und rechte Sammlung.

Das, ihr Mönche, nennt man den mittleren Pfad.

Verschiedene Suttan stellen einen Zusammenhang der *bodhipakkiya dhamma* mit drei Fähigkeiten her. **A III, 16:** „Der mit drei Dingen ausgerüstete Mönch wandelt auf dem unfehlbaren Pfade und besitzt die tauglichen Mittel zur Triebversiegung. Welches sind diese drei Dinge? Da, ihr Mönche, hält der Mönch die Sinnestore bewacht, kennt das Maß beim Mahle und befließigt sich der Wachsamkeit.“

Hat er diese Dinge nicht, dann: **A V, 56:** »So eben steht es, Mönch, mit einem, der die Sinnestore nicht bewacht, beim Mahle nicht Maß hält, nicht der Wachsamkeit ergeben ist, den Dingen, die heilsam sind, keine Beachtung schenkt, und nicht zu Beginn und Ende der Nacht die Entfaltung der *bodhipakkiya-dhamma* übt.<sup>4</sup> Bei einem solchen wird der Körper wie benommen sein, er wird die Richtung verlieren, die Dinge werden ihm nicht klar werden, Starrheit und Müdigkeit werden seinen Geist gefangen halten; er wird das Mönchsleben ohne Begeisterung führen und auch Zweifel hinsichtlich der Lehren hegen. Daher sollst du, Mönch, danach streben: 'Mit Wohlbewachten Sinnentoren will ich verweilen, Maß halten beim Mahle, mich der Wachsamkeit ergeben, den Dingen, die heilsam sind, Beachtung schenken; und zu

---

<sup>4</sup> A III, 16: Der mit drei Dingen (*dhammehi*) ausgerüstete Mönch wandelt auf dem unfehlbaren Pfade und besitzt die tauglichen Mittel zur Triebversiegung. Welches sind diese drei Dinge?

Da, ihr Mönche, hält der Mönch die Sinnestore bewacht, kennt das Maß beim Mahle und befließigt sich der Wachsamkeit.

Wie aber hält der Mönch die Sinnestore bewacht? Erblickt da der Mönch mit dem Auge eine Form, so haftet er weder am Ganzen noch an den Einzelheiten. Und weil bei unbewachtem Auge Begehren und Mißstimmung, üble, unheilsame Einflüsse in ihn einströmen möchten, daher bemüht er sich, dem zu wehren; er bewacht das Auge und zügelt es. Vernimmt er mit dem Ohre einen Ton - riecht er mit der Nase einen Duft - schmeckt er mit der Zunge einen Saft - fühlt er mit dem Körper etwas Tastbares - ist er sich im Geiste eines Gedankens bewußt, so haftet er weder am Ganzen noch an den Einzelheiten. Und weil bei unbewachtem Geist Begehren und Mißstimmung, üble, unheilsame Einflüsse in ihn einströmen möchten, daher bemüht er sich, dem zu wehren; er bewacht den Geist und zügelt ihn. So hält der Mönch die Sinnestore bewacht.

Wie aber kennt der Mönch das Maß beim Mahle? Da nimmt der Mönch gründlich besonnen seine Nahrung zu sich: nicht etwa zum Vergnügen oder Genusse, nicht um üppig und schön zu werden, sondern eben nur zur Erhaltung und Fristung dieses Körpers, um Schaden zu verhüten und das heilige Leben zu ermöglichen. Er weiß: 'Auf diese Weise werde ich das frühere Gefühl stillen und kein neues Gefühl aufkommen lassen, und langes Leben, Untadeligkeit und Wohlsein wird mir beschieden sein.' So kennt der Mönch das Maß beim Mahle.

Wie aber befließigt sich der Mönch der Wachsamkeit? Da läutert der Mönch während des Tages gehend oder sitzend seinen Geist von hemmenden Dingen, läutert während der ersten Nachtwache gehend oder sitzend seinen Geist von hemmenden Dingen. In der mittleren Nachtwache pflegt er der Ruhe; sich wie ein Löwe auf die rechte Seite legend, ein Fuß auf den anderen gelegt, richtet er achtsam und besonnen seine Gedanken auf die Zeit des Aufstehens. In der letzten Nachtwache erhebt er sich und läutert gehend oder sitzend seinen Geist von hemmenden Dingen. So befließigt sich der Mönch der Wachsamkeit.

Der mit diesen drei Fähigkeiten ausgerüstete Mönch wandelt auf dem unfehlbaren Pfade und besitzt die tauglichen Mittel zur Triebversiegung.

Mil 5.1-5.2: ... Mönche ... die zu Beginn und Ende der Nacht der Übung der Wachsamkeit sich befließigen, die sitzend, stehend oder auf und ab wandelnd Tag und Nacht verbringen und, der **Geistespflege hingegeben, dem eigenen Heile sich widmen, um den Schmutz der Leidenschaften los zu werden ...**

Beginn und Ende der Nacht will ich mich üben in der Entfaltung der *bodhipakkiya dhamma!*<sup>5</sup>  
Danach, Mönch, sollst du streben.«

Beginn und Ende der Nacht mag uns einen weiteren Hinweis liefern was mit den *bodhipakkiya dhamma* auch gemeint sein könnte. Zum Beispiel die *anussati* wie etwa *maranasati*.

**A VIII, 74:** Wenn, ihr Mönche, der Tag zur Neige geht und es Nacht wird - oder wenn die Nacht weicht und der Tag anbricht, da denkt der Mönch bei sich: 'Wahrlich, viele Möglichkeiten des Sterbens bestehen für mich: es möchte mich eine Schlange beißen, oder ein Skorpion oder Tausendfuß möchte mich stechen, und dadurch möchte ich ums Leben kommen. Das aber wäre für mich ein Hindernis. Ich möchte einmal straucheln und hinfallen, oder die genossene Speise möchte mir schlecht bekommen, oder Galle, Schleim oder stechende Gase möchten erregt werden, oder Menschen oder Unholde möchten mich anfallen. Und dadurch möchte ich ums Leben kommen. Das aber wäre für mich ein Hindernis ' Da hat nun, ihr Mönche, der Mönch bei sich also zu überlegen: "Finden sich in mir wohl noch unüberwundene üble, unheilsame Eigenschaften, die mir, wenn ich in der heutigen Nacht - am heutigen Tage sterben sollte, zum Schaden gereichen könnten?" Wenn nun, ihr Mönche, der Mönch bei seiner Betrachtung merkt, daß in ihm noch unüberwundene üble, unheilsame Eigenschaften anzutreffen sind, die ihm, wenn er stürbe, zum Schaden gereichen könnten, so hat eben jener Mönch äußersten Willensentschluß, Tatkraft, Streben, Ausdauer, Standhaftigkeit, Achtsamkeit und Geistesklarheit zu zeigen, um diese üblen, unheilsamen Eigenschaften zu überwinden.

Gleichwie einer, ihr Mönche, dessen Kleider oder Haare in Flammen stehen, um diese zu löschen, äußersten Willensentschluß, Tatkraft, Streben, Ausdauer, Standhaftigkeit, Achtsamkeit und Geistesklarheit zeigt, ebenso auch, ihr Mönche, hat jener Mönch äußersten Willensentschluß, Tatkraft, Streben, Ausdauer, Standhaftigkeit, Achtsamkeit und Geistesklarheit zu zeigen, um diese üblen, unheilsamen Eigenschaften zu überwinden.

Wenn aber, ihr Mönche, der Mönch bei seiner Betrachtung (*anussati*) merkt, daß in ihm keine unüberwundenen üblen, unheilsamen Eigenschaften mehr anzutreffen sind, so mag eben jener Mönch in seliger Freude verweilen, im Guten sich ühend bei Tag und bei Nacht.

Die Betrachtung über den Tod, ihr Mönche, also entfaltet und häufig geübt, bringt hohen Lohn und Segen und mündet im Todlosen, endet im Todlosen."

Vielleicht sind mit den *bodhipakkiya dhamma* aber auch einfach alle geschickten Mittel (*upaya*) gemeint, die den Geist entwickeln, von den Leidenschaften freihalten und zum Erwachen beitragen. Dazu gehören selbstverständlich die klassischen 37.

A VII, 67 Bhāvanā Sutta

---

<sup>5</sup> A VI, 17: Was meint ihr nun, ihr Mönche: wenn da ein Asket oder Priester, der gerne im Bette, auf weichem Lager liegend, dem Genusse des Schlafens huldigt, seine Sinnentore nicht bewacht, nicht maßhält beim Mahle, nicht der Wachsamkeit ergeben ist, den heilsamen Dingen keine Beachtung schenkt und zu Beginn und Ende der Nacht sich nicht übt in der Entfaltung der zur Erleuchtung führenden Dinge - könnte wohl ein solcher durch Versiegung der Triebe noch bei Lebzeiten in den Besitz der triebfreien Gemüts- und Weisheits-erlösung gelangen, sie selber erkennend und verwirklichend?« -

»Das wohl nicht, o Herr.«

»Nun gut, ihr Mönche. Auch ich habe das niemals erlebt oder davon gehört. Darum, ihr Mönche, sei euer Streben: 'Unsere Sinnentore lasset uns bewachen, maßhalten beim Mahle, der Wachsamkeit ergeben sein, den heilsamen Dingen Beachtung schenken und zu Beginn und am Ende der Nacht uns üben in der Entfaltung der zur Erleuchtung führenden Dinge!' Das, ihr Mönche, sei euer Streben!«

So sehr auch, ihr Mönche, ein Mönch, der keine Geistesschulung pflegt, den Wunsch hegen mag: "Ach, daß doch mein Herz von den Trieben haftlos befreit werde!", so wird es eben dennoch nicht befreit. Und warum nicht? "Weil er seinen Geist nicht entfaltet hat", wäre zu erwidern. Und worin?

In den vier Grundlagen der Achtsamkeit, den vier Rechten Anstrengungen, den vier Machtfährten, den fünf geistigen Fähigkeiten, den fünf geistigen Kräften, den sieben Gliedern der Erleuchtung und dem Edlen Achtfachen Pfade.

Gesetzt, ihr Mönche, eine Henne habe da acht oder zehn oder zwölf Eier gelegt, habe sie aber nicht genügend bebrütet, nicht genügend erwärmt, nicht genügend zur Entwicklung gebracht. Wie sehr nun auch jene Henne wünschen mag: "Ach, daß doch meine Küchlein mit den Krallenspitzen oder dem Schnabel die Eierschale durchbrechen und heil ausschlüpfen möchten!", so werden sie eben doch noch nicht dazu imstande sein. Und warum nicht? Weil eben die Henne ihre Eier nicht genügend bebrütet, nicht genügend erwärmt, nicht genügend zur Entwicklung gebracht hat. So ist es auch mit einem Mönch, der keine Geistesschulung pflegt.

Doch selbst wenn, ihr Mönche, ein Mönch, der Geistesschulung pflegt, nicht den Wunsch hegen sollte, daß sein Herz haftlos von den Trieben befreit werden möchte, so wird er eben dennoch von den Trieben befreit. Und warum? "Weil er eben seinen Geist entfaltet hat", wäre zu erwidern. Und worin? In den vier Grundlagen der Achtsamkeit, ... und dem Edlen Achtfachen Pfade.

Gesetzt, ihr Mönche, eine Henne habe da acht oder zehn oder zwölf Eier gelegt, und sie hätte sie genügend bebrütet, genügend durchhitzt, genügend zur Entwicklung gebracht. Selbst wenn diese Henne nicht den Wunsch hegen sollte, daß ihre Küchlein mit den Krallenspitzen oder dem Schnabel die Eierschale durchbrechen und heil ausschlüpfen möchten, so werden sie eben dennoch auskriechen. Und warum? Weil eben die Henne ihre Eier genügend bebrütet, genügend erhitzt, genügend zur Entwicklung gebracht hat. So ist es auch mit einem Mönch, der Geistesschulung pflegt.

Oder gleichwie, ihr Mönche, wenn einem Tischler oder Tischlergesellen der Griff seines Beiles abgenützt ist, sich Fingerabdrücke zeigen, er dennoch nicht weiß, daß heute soviel, gestern soviel und zu anderer Zeit soviel vom Beilgriff abgenutzt wurde, sondern er eben das, was abgenutzt ist, als abgenutzt erkennt; ebenso auch, ihr Mönche, steht es mit dem Mönch, der Geistesschulung pflegt: wenn er auch nicht weiß, daß ihm heute soviel, gestern soviel und zu anderer Zeit soviel von den Trieben geschwunden ist, so erkennt er doch das Geschwundene als geschwunden.

Oder gleichwie, ihr Mönche, bei einem an einen Pfosten angebundenen Seeboote, nachdem es sechs Monate lang im Wasser umhergefahren und dann im Winter ans Land gezogen wurde, die durch Wind und Sonne geschwächten, dem Monsunregen ausgesetzten Stricke leicht mürbe werden und abfaulen; ebenso auch, ihr Mönche, lösen sich bei dem Mönche, der Geistesschulung pflegt, ganz ohne Mühe die Fesseln und faulen ab.

**D 16** die Mahāparinibbāna Sutta sagt von den 37: Was sind das aber, ihr Mönche, für Dinge, die von mir zur Durchschauung euch aufgewiesen wurden, die ihr da wohl zu bewahren, zu behüten, zu üben und zu pflegen habt, auf daß dieses Asketentum seinen Lauf nehme, lange bestehen kann, daß es vielen zum Wohle, vielen zum Heile sei, aus Erbarmen zur Welt, zum Nutzen, Wohle und Heile für Götter und Menschen? Als wie da sind: die vier Grundlagen der Achtsamkeit, ....

Und in **D 29** sind die 37 Dinge „die ihr, alle zusammengekommen, gemeinsam, die Bedeutung mit der Bedeutung und die Worte mit den Worten (vergleichend), gemeinschaftlich rezitieren sollt. Darüber sollte man nicht streiten, damit dieser Reinheitswandel lange anhält“ wohingene „Ein Streit über die Lebensweise und über die

Pātimokkha-Regeln wäre nur eine Geringfügigkeit, Ānanda. Aber wenn ein Streit in der Sangha über den Pfad oder den Weg ausbrechen sollte, so ein Streit wäre zum Schaden und Unglück vieler, zum Verlust, Schaden und Leid der Götter und Menschen.“ (M104)

Trotzdem können wir uns auf die Qualitäten beschränken, die der Buddha selbst als *bodhipakkiya dhamma* bezeichnet hat – die fünf *indriya* – denn man kann die restlichen der 37 gut unter diesen führenden Heilsfähigkeiten zusammenfassen. Bevor jedoch wir einzeln auf die 5 *bodhipakkiya dhamma* eingehen sollten wir uns erst darüber klar werden auf welcher Grundlage sie stehen:

#### A IX,1 Sambodhi Sutta

Sollten da, ihr Mönche, andersgläubige Wanderasketen euch fragen, was wohl die Grundlage ist für die Entfaltung der zum Erwachen führenden Dinge (*sambodhipakkiyānam dhammānam*), so habt ihr da, ihr Mönche, jenen andersgläubigen Wanderasketen also zu erwidern:

'Da, ihr Brüder, besitzt der Mönch **edle Freunde**, edle Gefährten, edle Genossen. Das, ihr Brüder, ist die erste Grundlage für die Entfaltung der zum Erwachen führenden Dinge.

'Fernerhin, ihr Brüder, ist der Mönch sittenrein, er befolgt die Ordenssatzung, ist **vollkommen in Wandel und Umgang** und, vor dem kleinsten Vergehen zurückschreckend, schult er sich in den Übungsregeln, die er auf sich genommen. Das, ihr Brüder, ist die zweite Grundlage.

'Fernerhin, ihr Brüder: was da jene asketentümlichen, der Erschließung des Geistes **förderlichen Gespräche** sind, als wie Gespräche über Bescheidenheit, Zufriedenheit, Einsamkeit, Abgeschiedenheit, Willenskraft, Sittlichkeit, Sammlung, Weisheit, Befreiung und den Erkenntnisblick der Befreiung - solche Gespräche werden ihm nach Wunsch, ohne Mühe und Schwierigkeit, zuteil. Das, ihr Brüder, ist die dritte Grundlage.<sup>6</sup>

'Fernerhin, ihr Brüder: da setzt der Mönch seine Willenskraft ein, um die unheilsamen Dinge zu überwinden und die heilsamen Dinge zu erwerben; er ist standhaft von gestählter Kraft, **nicht nachlässig im Guten**. Das, ihr Brüder, ist die vierte Grundlage.

'Fernerhin, ihr Brüder, ist der Mönch weise: er ist ausgerüstet mit jener **Weisheit, die das Entstehen und Vergehen begreift**, die edel ist, durchdringend und zur völligen Leidensvernichtung führt. Das, ihr Brüder, ist die fünfte Grundlage.

Bei einem Mönche nämlich, der edle Freunde besitzt, edle Gefährten, edle Genossen, da, ihr Mönche, steht zu erwarten, daß er sittenrein sein wird, ein Befolger der Ordenssatzung...; daß ihm jene asketentümlichen, der Erschließung des Geistes so förderlichen Gespräche zuteil werden...; daß er seine Willenskraft einsetzen wird, um die unheilsamen Dinge zu überwinden und die heilsamen Dinge zu erwecken...; daß er weise sein wird: ausgerüstet mit jener Weisheit, die das Entstehen und Vergehen begreift, die edel ist, durchdringend und zur völligen Leidensvernichtung führt.

---

<sup>6</sup> A.X.69: „Einst weilte der Erhabene im Jetahain bei Sāvathī, im Kloster des Anāthapindika. Damals aber saßen zahlreiche Mönche, nach Beendigung des Mahles, am Nachmittag, in der Empfangshalle beisammen und führten allerhand niedrige Gespräche, wie da sind: Gespräche über Könige und Räuber, Minister und Heere, Gefahr und Krieg, Essen und Trinken, Kleider und Lagerstatt, Blumen und Düfte, Verwandte und Wagen, Dörfer und Marktflecken, Städte und Länder, Weiber und Helden; Straßen- und Brunnengespräche, Gespräche über früher Verstorbene, Klatschereien, Erzählungen über die Welt und das Meer, Gewinn und Verlust.“

In den Kommentaren werden noch vier weitere niedrige Gespräche genannt, so daß sich die Zahl auf 32 erhöht, wie meist in der exegetischen Literatur erwähnt. Die vier zusätzlichen Gesprächsgegenstände sind: Gespräche über Sinnengenuß und Selbstkasteiung, Ewigkeitsglauben und Vernichtungsglauben.

Ist nun aber, ihr Mönche, der Mönch in diesen fünf Dingen gefestigt, so hat er außerdem noch vier weitere Dinge zu entfalten: -

die **Vorstellung der Unreinheit** (des Körpers) hat er zu entfalten zur Überwindung des Begehrens,

die **Güte** hat er zu entfalten zur Überwindung des Hasses;

die **Achtsamkeit bei Ein- und Ausatmung** hat er zu entfalten zum Abschneiden der Gedanken<sup>7</sup>;

die **Vorstellung der Vergänglichkeit** hat er zu entfalten zur Ausrottung des Ichdünkels.

Bei der Vorstellung der Vergänglichkeit nämlich, ihr Mönche, festigt sich im Mönche die Vorstellung der Ichlosigkeit; und der Ichlosigkeit gewahr, erreicht er die Ausrottung des Ichdünkels und gewinnt noch bei Lebzeiten das Nibbāna.“

Auch diese vier zu entfaltenden Dinge könnte man vermutlich als *bodhipakkiya dhamma* bezeichnen. Eindeutig werden jedoch, wie gesagt, die spirituellen, bestimmenden Kontrollfähigkeiten<sup>8</sup> genannt.

„Das Wort ‘*indriya*‘ stammt vom Pali-Wort *inda* (sanskrit: *indra*) ‘Herrscher‘, ‘Lord‘. Indra wird als der Herrscher der Devas, der Götter, betrachtet. Entsprechend ist es die Eigenschaft dieser Qualitäten oder Faktoren den Zustand in dem sie präsent sind zu beeinflussen oder zu beherrschen. Daher auch der Name ‘bestimmende oder kontrollierende Fähigkeiten‘. Die *indriyas* oder eben Kontrollfähigkeiten werden auch so genannt, weil sie ihr negatives, unheilbares ‘Gegenüber‘ meistern und unter Kontrolle bringen.

Vertrauen hält Zweifel, Angst, Sorge, Niedergeschlagenheit, Mangel an Hingabe unter Kontrolle - Bemühen und Energie überwinden Trägheit, Faulheit, Bequemlichkeit. -

Achtsames Gewahrsein schaltet Achtlosigkeit aus. - Sammlung und Stetigkeit kontrollieren Ruhelosigkeit und Zerstreutheit. – Erkenntnis und Weisheit lösen Unwissenheit und Täuschung auf.“<sup>9</sup>

Sie werden aber auch eingesetzt um das Haften an dem, in Abhängigkeit von den Sinnesfähigkeiten entstehenden, sinnlichen Glück zu beenden.

**Thag 744** und **745** erklären:

---

<sup>7</sup> *ānāpānasati bhāvetabbā vitakkupacchedāya*

A VI, 115: zur Überwindung geistiger Zerstreutheit hat man die Atmungsachtsamkeit zu entfalten.  
*cetaso vikkhepassa pahānāya ānāpānasati bhāvetabbā*

M 122: "Wenn ein Bhikkhu so verweilt, falls sein Geist dann dem Denken zugeneigt ist, so faßt er den Entschluß: 'Solch niedrige, gewöhnliche, grobe, unedle, unheilbringende Gedanken, die nicht zur Ernüchterung, zur Lossagung, zum Aufhören, zum Frieden, zur höheren Geisteskraft, zur Erleuchtung und zu Nibbāna führen, nämlich Gedanken der Sinnesbegierde, Gedanken des Übelwollens und Gedanken der Grausamkeit: solche Gedanken werde ich nicht denken.' Auf diese Weise hat er Wissensklarheit in Bezug darauf." Aber er faßt den Entschluß: 'Solche Gedanken, die edel und befreiend sind, und denjenigen, der in Übereinstimmung mit ihnen übt, zur vollständigen Vernichtung von dukkha führen, nämlich Gedanken der Entsagung, Gedanken des Nicht-Übelwollens und Gedanken der Nicht-Grausamkeit: solche Gedanken werde ich denken.' Auf diese Weise hat er Wissensklarheit in Bezug darauf."

<sup>8</sup> Nyp: Die Funktion dieser Indriyas ist es, einen dominierenden, bestimmenden, kontrollierenden Einfluss auszuüben –und zwar: auf die sie begleitenden Herzens-und Geistesfaktoren.

<sup>9</sup>[http://www.fredvonallmen.ch/xs\\_daten/Belehrungen%2C%20Artikel%2C%20Texte/Die%20fuenf%20spirituellen%20Faehigkeiten%20entwickeln.pdf](http://www.fredvonallmen.ch/xs_daten/Belehrungen%2C%20Artikel%2C%20Texte/Die%20fuenf%20spirituellen%20Faehigkeiten%20entwickeln.pdf)

Gleichwie der Zimmerer mit dem einen Keil kraftvoll den anderen Keil herauszuschlagen weiß, so treibt der Weise die Sinnesfähigkeiten mit den Heilsfähigkeiten (*indriyānindriyeheva*) aus.

Indem er Vertrauen entfaltet, Energie, Sammlung, Besonnenheit und Weisheit mit diesen fünf die anderen fünf bezwingend, lebt der Brahmane frei von Kummer.

Wir benötigen diese fünf mentalen Qualitäten, zumindest in rudimentärer Form, in unserem alltäglichen Leben um eine bestimmte Aufgabe in unserem täglichen Leben erfolgreich auszuführen oder eine bestimmte Fähigkeit zu erlernen. Gleicherweise benötigt sie ein spirituell Suchender sie müssen jedoch von ihm entwickelt und kultiviert werden, bis sie zu dominanten und kontrollierenden Faktoren werden, damit sie in der Lage sind, sich den gegensätzlichen unheilsamen Faktoren oder geistigen Befleckungen zu stellen und diese zu beherrschen und zu eliminieren. Als echte Heilsfähigkeiten können sie nur durch die Anleitung eines Erwachten und durch Nicht-Nachlässigkeit zu ihrer vollen Stärke ausgebildet werden.

**S 48, 59-60:** „Die nicht aufgestiegenen fünf Fähigkeiten, ihr Mönche, können durch Entfaltung und Ausbildung nur dort aufsteigen, wo ein Vollendeter, Heiliger, Vollkommen Erwachter erscheint oder die Ordnung des Willkommenen.“

**S 48, 56:** "Bei einem Mönch, ihr Mönche, der in einer Eigenschaft gefestigt ist, werden die fünf Fähigkeiten entfaltet, gut entfaltet. In welcher Eigenschaft? In Nicht-Nachlässigkeit.

Und was ist, ihr Mönche, Nicht-Nachlässigkeit (*appamādo*)? Da hütet, ihr Mönche, der Mönch sein Herz vor den Trieben und den mit ihnen verbundenen Dingen. Wer das Herz vor den Trieben und den mit ihnen verbundenen Dingen hütet, bei dem gelangen auch die Fähigkeiten Vertrauen, Tatkraft, Achtsamkeit, Einigung, Weisheit zur vollen Entfaltung".

**S 48, 12-14:** „Wer, ihr Mönche, diese fünf Fähigkeiten völlig vollendet hat, ist ein Heiliger. Sind sie schwächer, ist einer ein Nichtwiederkehrer; sind sie noch schwächer, ist einer ein Einmalwiederkehrer, noch schwächer ein Stromeingetretener, noch schwächer ein der Lehre Nachfolgender, noch schwächer ein aus Vertrauen Nachfolgender.

So macht, ihr Mönche, die Unterschiedlichkeit der Fähigkeiten die Unterschiedlichkeit der Früchte aus, die Unterschiedlichkeit der Kräfte, die Unterschiedlichkeit der Personen. So wird, ihr Mönche, vollkommener Erfolg durch vollkommenes Wirken erreicht, Teilerfolg durch teilweises: nicht unfruchtbar, sag ich, ihr Mönche, sind die fünf Fähigkeiten".

**S 48, 18:** „Wer aber, ihr Mönche, diese fünf Fähigkeiten ganz und gar nicht, in keiner Weise hat, den nenne ich einen Außenstehenden, einen, der auf der Seite der gewöhnlichen Menschen stehen geblieben ist".

### Was zeichnet die *indriya* aus?

**S 48, 8:** "Diese fünf Fähigkeiten (*indriya*), ihr Mönche, gibt es.

Woran, ihr Mönche, ist die Fähigkeit des Vertrauens (*saddhā*) zu erkennen? An den vier Gliedern des Stromeintritts (*sotāpattiyaṅga*): daran ist die Fähigkeit des Vertrauens zu erkennen.

Und woran, ihr Mönche, ist die Fähigkeit der Tatkraft (*virīya*) zu erkennen? An den vier rechten Kämpfen (*sammā-padhāna*): daran ist die Fähigkeit der Tatkraft zu erkennen.

Und woran, ihr Mönche, ist die Fähigkeit der Achtsamkeit ([sati](#)) zu erkennen? An den vier Pfeilern der Achtsamkeit ([satipatthāna](#)): daran ist die Fähigkeit der Achtsamkeit zu erkennen. Und woran, ihr Mönche, ist die Fähigkeit der Einigung ([samādhi](#)) zu erkennen? An den vier Schauungen ([jhāna](#)): daran ist die Fähigkeit der Einigung zu erkennen. Und woran ist die Fähigkeit der Weisheit ([pañña](#)) zu erkennen? An den vier edlen Wahrheiten ([ariya-sacca](#)): daran ist die Fähigkeit der Weisheit zu erkennen".

## **Indriya & bala**

**S 48, 43:** 'Es gibt, ihr Mönche, einen Standpunkt, nach welchem die fünf Fähigkeiten die fünf Kräfte sind und die fünf Kräfte die fünf Fähigkeiten. Was aber ist das für eine Betrachtungsweise?

Was da, ihr Mönche, die Fähigkeit des Vertrauens ist, das ist die Kraft des Vertrauens; was da die Kraft des Vertrauens ist, das ist die Fähigkeit des Vertrauens.

Was da die Fähigkeit der Tatkraft ist, das ist die Kraft der Tatkraft; was da die Kraft der Tatkraft ist, das ist die Fähigkeit der Tatkraft.

Was da die Fähigkeit der Achtsamkeit ist, das ist die Kraft der Achtsamkeit; was da die Kraft der Achtsamkeit ist, das ist die Fähigkeit der Achtsamkeit.

Was da die Fähigkeit der Einigung ist, das ist die Kraft der Einigung, was die Kraft der Einigung ist, das ist die Fähigkeit der Einigung.

Was da die Fähigkeit der Weisheit ist, das ist die Kraft der Weisheit, was da die Kraft der Weisheit ist, das ist die Fähigkeit der Weisheit.

Gleichwie etwa, ihr Mönche, wenn da ein Fluß nach Osten geneigt, nach Osten gebeugt, nach Osten gesenkt ist, und in der Mitte ist eine Insel. Da gibt es, ihr Mönche, einen Standpunkt, nach welchem dieser Fluß als eine einzige Strömung bezeichnet wird. Es gibt aber auch einen Standpunkt, nach welchem dieser Fluß als zwei Strömungen bezeichnet wird. Was ist das aber, ihr Mönche, für ein Standpunkt, nach welchem der Fluß als eine einzige Strömung bezeichne, wird? Wenn man von dem Wasser am östlichen Ende der Insel und von dem Wasser am westlichen Ende der Insel ausgeht: Das ist der Standpunkt, nach welchem der Fluß als eine einzige Strömung bezeichnet wird.

Was ist das aber, ihr Mönche, für ein Standpunkt, nach welchem der Fluß als zwei Strömungen bezeichnet wird? Wenn man von dem Wasser am nördlichen Ende der Insel und von dem Wasser am südlichen Ende der Insel ausgeht: Das ist der Standpunkt, nach welchem der Fluß als zwei Strömungen bezeichnet wird.

Ganz ebenso, ihr Mönche, sind die Fähigkeiten die Kräfte und die Kräfte die Fähigkeiten.

Die fünf Fähigkeiten, ihr Mönche, entfaltet und ausgebildet, führen den Mönch noch zu Lebzeiten durch Triebversiegung zur Gemütererlösung, Weisheitserlösung, nachdem er sie im eigenen Überblick verwirklicht und errungen hat".

Thānissaro Bhikkhu gekürzt: „Es wurden verschiedene Theorien aufgestellt, warum der Buddha die gleichen Faktoren bei *indriya & bala* nannte. Mag sein, dass die fünf Faktoren, in zwei unterschiedlichen Intensitätsstufen auftreten, von denen eine für den Weg zum Stromeingang ausreicht, und die andere für die Arahantschaft, nötig ist. Es ist nicht eindeutig, welche der beiden Gruppen, als die intensivere betrachtet werden sollte.“

Erst in der späteren Literatur im noch kanonischen Patisambhidamagga I, 13 findet man folgende Unterscheidung: „Im Sinne von Entschlossenheit ist die Fähigkeit Vertrauen (völlig) zu verstehen; im Sinne von Bemühen ist die Fähigkeit Tatkraft (völlig) zu verstehen; im Sinne von Vergewärtigen ist die Fähigkeit der Achtsamkeit (völlig) zu verstehen; im Sinne von Unzerstreutheit ist die Fähigkeit der Konzentration (völlig) zu verstehen; im Sinne von Sehen ist die Fähigkeit der Weisheit (völlig) zu verstehen; bei Vertrauenslosigkeit ist die Kraft des

Vertrauens im Sinne von Unerschütterlichkeit (völlig) zu verstehen; bei Trägheit ist die Kraft der Tatkraft im Sinne von Unerschütterlichkeit (völlig) zu verstehen; bei (Nach-)Lässigkeit ist die Kraft der Achtsamkeit im Sinne von Unerschütterlichkeit (völlig) zu verstehen; bei Aufgeregtheit ist die Kraft der Konzentration im Sinne von Unerschütterlichkeit (völlig) zu verstehen; bei Verblendung ist die Kraft der Weisheit im Sinne von Unerschütterlichkeit (völlig) zu verstehen.“