BUDDHISTISCHE MONATSBLÄTTER

1986 – XXXII 7/8

INHALTSVERZEICHNIS

Nyanaponika Mahathera zum 85. Geburtstag 159

Die Betrachtung des Gefühls / 36. Kap. des "Samyutta-Nikaya" 159

Der Weg aus dem "Stirb und Werde" von Carl Paeschke, II. Teil 187

Deutsche Pioniere der Lehre - Georg Grimm 194

Das Glück, die Botschaft des Buddha von Georg Grimm 194

Literatur
- Die Lehre Buddhas, herausg. von Bukkyo Dendo Kyokai 198

Berichte
- DBU-Jahrestagung 1986 198
- "Ein erhobener Finger - Mit Heidegger unterwegs zum Zen" von W. Hartwig 200

Mitteilungen
- Ferien in Appenzell 201

Veranstaltungen der BGH im Juli 1986 202
Veranstaltungen der BGH im August 1986 203
Veranstaltungen der BGB im Juli/August 1986 204

Jeder der in den Originalbeiträgen zu Wort kommenden Autoren ist für seinen Beitrag selbst verantwortlich. Der Inhalt muß nicht immer mit der Meinung der Redaktion übereinstimmen.

Herausgeber u. Versand	Buddhistische Gesellschaft Hamburg e.V. Beisserstraße 23, 2000 Hamburg 63 Telefon: 040 / 631 36 96
Förderungsbeitrag	DM 60,00 jährlich für die Buddhistischen Monatsblätter
Mitgliedsbeitrag	DM 80,00 jährlich (in diesem Preis ist der Bezug der Buddhistischen Monatsblätter enthalten).
Konten	Postgirokonto Hamburg : 188 95 - 205 Bankleitzahl : 200 100 20 Hamburger Sparkasse : 1243/121 058 Bankleitzahl : 200 505 50

Auf Antrag kann Ermäßigung gewährt werden.

Redaktion der Buddhistischen Monatsblätter : Jägerstraße 12 b, 2070 Ahrensburg - Telefon 04102 / 55 662

Redakteure: Karla Hinrichsen
Max Glashoff

Güte in den Worten erzeugt Vertrauen. Güte beim Denken erzeugt Tiefe. Güte beim Verschenken erzeugt Liebe.
(Laotse)

NYANAPONIKA MAHATHERA ZUM 85. GEBURTSTAG

In Verehrung und Dankbarkeit senden wir unserem Ehrw. Nyanaponika Mahathera die herzlichsten Glück- und Segenswünsche zu seinem 85. Geburtstag am 20.7.1986. Möge er noch einige Jahre in guter Gesundheit verbringen.

Nachfolgend bringen wir das 36. Kapitel des "Samyutta-Nikāya", das der Ehrw. Nyanaponika Mahathera aus dem Pali ins Englische übersetzt hat. Die Übersetzung ins Deutsche - unter Einbeziehung des Palitextes - besorgte Herr H. Schiewe für uns.
Dieses Kapitel ist dem Band 4 des "Samyutta-Nikāya" entnommen, der bisher noch nicht in deutscher Sprache erschienen ist.

DIE BETRACHTUNG DES GEFÜHLS

EINLEITUNG

"~~Fühlen~~ Gefühl ist alles!" rief ein deutscher Dichter aus. Wenn diese Worte auch ziemlich überschwenglich sind, so weisen sie doch auf die Tatsache hin, daß das Gefühl eine Schlüsselstellung im menschlichen Leben einnimmt. Ob sich die Menschen dessen ganz bewußt sind oder nicht: Sie verbringen ihr Leben hauptsächlich in dem nie endenden Bemühen, ihre angenehmen Gefühle zu vermehren und unangenehme Gefühle zu vermeiden. Alle menschlichen Wünsche und Bestrebungen dienen diesem Zweck, von den einfachen Freuden einer stumpfsinnigen Existenz bis zum Machttrieb des Mächtigen und der schöpferischen Freude des großen Künstlers. Alles, was man sich wünscht, sind immer mehr angenehme Gefühle, weil sie emotionale Befriedigung, Glück genannt, mit sich bringen. Solches Glück kann verschiedene Stufen der Grobheit oder der Verfeinerung haben, und es kann sich zu höchster Intensität steigern. Diese Emotionen werden ihrerseits viele Willensakte und deren Manifestationen hervorrufen. Um dem "Lustprinzip" Genüge zu tun, sind viele heroische und noch viel mehr unheroische und skrupellose Taten verübt worden. Um Mittel zur Erzeugung angenehmer Gefühle zur Verfügung zu stellen, sind Tausende von Branchen und Diensten entstanden, die Millionen Arbeiter beschäftigen. Technik und angewandte Wissenschaften

dienen ebenfalls in großem Umfang dem wachsenden Verlangen nach Sinnesfreuden und Bequemlichkeit. Indem sie fragwürdige Fluchtwege weisen, versuchen diese Lieferanten emotionalen und sinnlichen Glücks, schmerzliche Gefühle wie Furcht und Angst zu zerstreuen.

Auf der Grundlage dieses kurzen Überblicks kann man schon jetzt die Bedeutung von Buddhas knapper Aussage, daß "alle Dinge in den Gefühlen zusammentreffen", richtig einschätzen. Diese zentrale Stellung des Gefühls läßt auch verständlich werden, daß falsche Voraussetzungen über die Gefühle zu den zwanzig Persönlichkeitsansichten gehören, bei denen die Gefühlsgruppe (*vedana-kkhandha*) auf verschiedene Weise mit einem angenommenen Selbst identifiziert wird.

Doch ist das Gefühl an sich, in seiner ursprünglichen Erscheinung, völlig neutral, wenn es die Einwirkung eines Objektes als angenehm, unangenehm oder neutral registriert. Erst wenn emotionale und willentliche Ergänzungen zugelassen werden, entstehen Wunsch und Liebe, Abneigung und Haß, Angst, Furcht und verzerrende Anschauungen. Aber das muß nicht so sein. Diese Ergänzungen sind keine untrennbaren Bestandteile der jeweiligen Gefühle. Tatsächlich bleibt es bei vielen der schwächeren Eindrücke, die wir im Laufe des Tages aufnehmen, beim bloßen Registrieren oder bei einem sehr schwachen und kurzen Gefühl, ohne daß weitere emotionale Reaktionen auftreten. Dies zeigt, daß ein Anhalten beim reinen Gefühl psychologisch möglich ist und daß dies mit Hilfe der Achtsamkeit und der Selbstbeherrschung absichtlich bewirkt werden kann, selbst wenn der Reiz, Gefühle in Emotionen umzuwandeln, stark ist. Aufgrund konkreter Erfahrungen kann deshalb festgestellt werden, daß das sich immer drehende Rad der Bedingten Entstehung (*paṭicca-samuppāda*) am Gefühlspunkt angehalten werden kann und daß keine unabänderliche Notwendigkeit besteht, daß dem Gefühl das Begehren folgt. Hier begegnen wir dem Gefühl als einem Schlüsselfaktor auf dem Pfad der Befreiung, und deshalb ist die Betrachtung des Gefühls in der buddhistischen Tradition immer als eine wirksame Hilfe auf diesem Pfad sehr geschätzt worden.

Die Betrachtung des Gefühls ist eine der vier Grundlagen der Achtsamkeit (*satipaṭṭhāna*), und sie kann im Rahmen dieser Meditationspraxis mit dem Ziel ausgeübt werden, die Einsicht (*vipassanā*) wachsen zu lassen. Es ist jedoch wichtig, daß man sich an diese Be-

trachtung auch im täglichen Leben erinnern und sie anwenden sollte, und zwar immer dann, wenn Gefühle dazu neigen, sich in unheilsame Emotionen zu verwandeln. Natürlich sollte man nicht versuchen, absichtlich in sich selbst Gefühle hervorzurufen, nur um die Gefühlsbetrachtung vornehmen zu können; vielmehr sollten sie zur achtsamen Betrachtung nur herangezogen werden, wenn sie auftreten. Es wird viele solcher Gelegenheiten geben, vorausgesetzt, der Geist ist scharf und ruhig genug, um die Gefühle in ihrem Anfangsstadium klar zu erkennen.

Bei der Betrachtung der Gefühle sollte zunächst eine achtsame Klarbewußtheit der Gefühle bei ihrem Entstehen vorhanden sein, und man sollte sie deutlich als angenehm, unangenehm (schmerzhaft) oder neutral unterscheiden. So etwas wie "gemischte Gefühle" gibt es nicht.

Die Achtsamkeit sollte während der ganzen kurzen Dauer dieses bestimmten Gefühls bis zu seinem Vergehen beibehalten werden. Wird der Punkt, an dem die Gefühle vergehen, wiederholt mit zunehmender Klarheit erkannt, so wird es viel leichter sein, die Emotionen, Gedanken und Willensregungen aufzugreifen und schließlich zu stoppen, die normalerweise so rasch den Gefühlen folgen, mit denen sie oft gewohnheitsmäßig verbunden sind. Angenehmes Gefühl ist gewohnheitsmäßig mit Freude und Begehren verbunden, unangenehmes Gefühl mit Abneigung, neutrales Gefühl bewirkt Langeweile und Unklarheit, bildet aber gleichzeitig den Hintergrund für falsche Anschauungen. Aber wenn die reine Aufmerksamkeit auf das Entstehen und Vergehen der Gefühle gerichtet wird, dann werden diese verunreinigenden Zusätze ferngehalten; wenn sie aber doch in Erscheinung getreten sind, dann werden sie sofort in ihrer wahren Natur erkannt, und oft reicht diese Erkenntnis schon aus, um sie daran zu hindern, nur deshalb weiter anzuwachsen, weil ihnen kein Widerstand entgegengesetzt wird.

Wenn man die Gefühle in ihrem blasenähnlichen Aufblähen und Zerplatzen sieht, dann wird ihre Verbindung mit dem Begehren oder der Abneigung mehr und mehr geschwächt, bis schließlich die Fessel endgültig zerrissen ist. Durch diese Praxis wird die Anhaftung an Erwünschtem und Unerwünschtem vermindert werden, und dadurch wird ein innerer Raum geschaffen, in dem die feineren Emotionen

und Tugenden zunehmen können, nämlich Güte und Mitleid, Zufriedenheit, Geduld und Nachsicht.

Bei dieser Betrachtung ist es von besonderer Bedeutung, die Gefühle auch von den schwächsten "Ich"- oder "Mein"-Gedanken zu trennen. Es sollte keinen Ego-Bezug geben, indem man zum Beispiel denkt: " I c h fühle (also bin ich)." Auch sollte es keinen Gedanken geben, man sei der Eigentümer dieser Gefühle, indem man sich sagt: "Ich habe angenehme Gefühle. Wie glücklich ich bin!" Mit dem Gedanken: "Ich möchte mehr von ihnen haben!" entsteht Begehren. Wenn man sich aber sagt: "Ich habe Schmerzen. Wie unglücklich ich bin!" und dabei wünscht, die Schmerzen loszuwerden, dann entsteht Abneigung.

Diese falschen und unrealistischen Anschauungen vermeidend, sollte man sich der Gefühle als eines bedingten und vergänglichen Prozesses bewußt sein. Die Achtsamkeit sollte beibehalten werden, und sie sollte auf die bloße Tatsache gerichtet sein, daß dort nur die geistige Funktion eines Soundso-Gefühls ist, und diese Bewußtheit sollte keinem anderen Zweck dienen als dem des Wissens und der Achtsamkeit, so wie es im Satipaṭṭhāna-Sutta dargestellt ist. Solange man gewohnheitsmäßig die Gefühle mit einer Person in Verbindung bringt, die sie "hat", und dies auch während der Meditation tut, solange wird es keinerlei Fortschritt bei dieser Betrachtung geben.

Sich der Gefühle ohne Ego-Bezug bewußt zu sein, wird auch dazu beitragen, sie sowohl klar von den physischen Reizen zu unterscheiden, die sie hervorgerufen haben, als auch von den auf sie bezogenen nachfolgenden geistigen Reaktionen. Dadurch wird der Meditierende imstande sein, seine Aufmerksamkeit ausschließlich auf die Gefühle gerichtet zu halten, ohne in andere Bereiche abzuschweifen. Dies ist der Sinn der Formulierung: "Er betrachtet die Gefühle in den Gefühlen", wie es im Satipaṭṭhāna-Sutta heißt. Auf dieser Übungsstufe wird der Meditierende vertrauter werden mit dem Klarblickswissen des "Erkennens von Geistigkeit und Körperlichkeit" *(nāma-rūpa-pariccheda)*.

Weiterer Fortschritt erfordert jedoch Beharrlichkeit bei der achtsamen Beobachtung des Entstehens und Vergehens jedes Augenblicks des Fühlens, wann immer es auch in Erscheinung tritt. Dies wird

zu einer vertieften Erfahrung der Unbeständigkeit *(anicca)* führen, was eines der Haupttore zur endgültigen Befreiung ist. Wenn während der Klarblicksmeditation *(vipassanā)* der Augenblick des Verschwindens der Gefühle stärker hervortritt, wird sich die unbeständige Natur der Gefühle selbst sehr tief in den Geist des Meditierenden einprägen. Diese Erfahrung, die auch aus anderen geistigen und körperlichen Prozessen gewonnen werden kann, wird sich langsam zum Einsichtswissen der Auflösung *(bhaṅga-ñāṇa)* entwickeln. Wenn der Meditierende diese Stufe erreicht, wird er auf der Straße zu weiterem Fortschritt vorankommen.

Im Rahmen der Klarblicksmeditationspraxis kann die Betrachtung der Gefühle ihre ganze Kraft als ein wirksames Mittel entfalten, die Leidenskette an ihrem schwächsten Glied zu zerbrechen. Aber aus dieser Betrachtung können auch beträchtliche Vorteile von denen gewonnen werden, die in ihrem täglichen Leben ihren Gefühlen und Emotionen nur einige ruhige Reflektionen widmen, selbst wenn dies im Rückblick geschieht. Sie werden bald feststellen, daß Gefühle und Emotionen "trennbar" sind. Selbst diese reflektierende und rückwärtsschauende Betrachtung kann ihnen zu einer größeren Bewußtheit der Gefühle und Emotionen in den Augenblicken verhelfen, wenn sie gerade auftreten. Dies wiederum kann sie davor bewahren, von emotionalen Querströmungen der Hochstimmung und der Niedergeschlagenheit fortgerissen zu werden. Der Geist wird dann allmählich höhere Ebenen der Standhaftigkeit und Ausgeglichenheit erreichen, und zwar durch den einfachen Vorgang des Schauens oder des Zurückschauens auf die eigenen Gefühle und Emotionen.

Dies jedoch sollte nicht und braucht nicht zu einer ständigen Übung gemacht zu werden, vielmehr sollte es bei passenden Gelegenheiten und für einen begrenzten Zeitraum geschehen, bis einem der Mechanismus der Gefühle, denen die Emotionen folgen, vertraut geworden ist. Ein solches Verständnis des Prozesses wird eine zunehmende Kontrolle über die eigenen emotionalen Reaktionen zur Folge haben, und dies wird auf natürliche, spontane Weise geschehen. Man braucht keine Angst davor zu haben, daß die Konzentration des Geistes auf die Gefühle und Emotionen, in der Art, wie es hier beschrieben worden ist, zu kühler Unnahbarkeit oder emotionalem Rückzug führen wird. Im Gegenteil: Geist und Herz werden sich weiter öffnen für die feineren Emotionen, von denen zuvor schon die Rede war. Weder

werden warme menschliche Beziehungen ausgeschlossen sein noch die Freude an der Schönheit von Kunst und Natur. Statt dessen wird das Fieber des Anhaftens beseitigt werden, so daß diese Erfahrungen eine tiefere Befriedigung bringen werden, soweit diese Dukkha-Welt das zuläßt.

In einem Leben, das auf diese Weise gelebt wird, mag der Wunsch heranreifen, die Betrachtung der Gefühle für das höchste Ziel einzusetzen: für die endgültige Befreiung des Geistes vom Leiden.

Kandy, Sri Lanka — Nyanaponika
Januar 1983

DIE GRUPPE DER REDEN ÜBER DIE GEFÜHLE

(Vedanā-Saṁyutta = S. XXXVI)

1. Sammlung *(samādhi)*

Es gibt, ihr Mönche, diese drei Gefühle: angenehme Gefühle, unangenehme Gefühle und weder unangenehme noch angenehme Gefühle.

Gesammelt und klarbewußt
erkennt ein Anhänger des Buddha
die Gefühle[1], *er weiß, wie sie entstehen*[2],
er weiß, wodurch sie vergehen[3],
und er kennt den Pfad,
der zum Vergehen der Gefühle führt[4].
Ein Mönch, der das Ende der Gefühle erreicht hat,
begehrt nicht mehr und erlangt Nibbāna[5].

2. Glück

Es gibt, ihr Mönche, diese drei Gefühle: angenehme Gefühle, unangenehme Gefühle und weder unangenehme noch angenehme Gefühle.

---

1) Kommentar: Er kennt die Gefühle mittels der Wahrheit vom Leiden.
2) Komm.: Er kennt sie mittels der Wahrheit von der Entstehung des Leidens.
3) Komm.: Er weiß durch die Wahrheit über das Vergehen, daß die Gefühle im Nibbāna vergehen.
4) Komm.: Er kennt die Gefühle mittels der Wahrheit über den Pfad, der zum Vergehen des Leidens führt.
5) *Parinibbuto*, 'völlig erloschen'; Komm.: durch die völlige Ausmerzung der Befleckungen *(kilesa-parinibbānaya)*.

Sei es ein angenehmes Gefühl, ein unangenehmes oder ein neutrales,
sei es das eigene Gefühl oder das Gefühl anderer, seien es Gefühle
jeder Art[1] -
er weiß, daß sie alle übel sind, irreführend, vergänglich.
Indem er sieht, wie sie immer wieder ihren Einfluß ausüben
und dann verschwinden[2],
gewinnt er Abstand von den Gefühlen, ist ohne Verlangen.

3. Aufgeben

Es gibt, ihr Mönche, diese drei Gefühle ...
Im Hinblick auf die angenehmen Gefühle sollte der ihnen zu Grunde liegende Hang (anusaya) zum Lustbegehren aufgegeben werden. Im Hinblick auf die unangenehmen Gefühle sollte der ihnen zu Grunde liegende Hang zum Widerstreben (Abneigung) aufgegeben werden. Im Hinblick auf die weder unangenehmen noch angenehmen Gefühle sollte der ihnen zu Grunde liegende Hang zum Unwissen aufgegeben werden.

Wenn ein Mönch im Hinblick auf die angenehmen Gefühle den Hang zum Lustbegehren aufgegeben hat, im Hinblick auf die unangenehmen Gefühle den Hang zum Widerstreben und im Hinblick auf die weder unangenehmen noch angenehmen Gefühle den Hang zur Unwissenheit, dann wird er als jemand bezeichnet, der frei ist von (unheilsamen) Neigungen, als jemand, der die richtige Anschauung hat. Er hat das Begehren abgeschnitten, die Fesseln (an eine zukünftige Existenz) zerrissen und durch das völlige Verstehen der Einbildung[3] dem Leiden ein Ende bereitet.

Wer Freude fühlt, jedoch die wahre Natur des Gefühls nicht kennt,
neigt zur Gier, er wird keine Befreiung finden.

Wer Leid fühlt, jedoch die wahre Natur des Gefühls nicht kennt,
neigt zum Haß, er wird keine Befreiung finden.

Und auch das neutrale Gefühl, das vom Herrn der Weisheit
als friedvoll bezeichnet wurde,
wird einen, wenn man daran hängt,
nicht aus der Leidensrunde befreien.

---

1) Über 'Gefühle jeder Art' siehe Text 22
2) *Phussa phussa vayaṁ disvā* . Der Kommentar erklärt anders, indem er diese Worte mit *ñaṇena phusitvā phusitvā* umschreibt, was "wiederholt erfährt er (sie) mittels des Wissens (über Entstehen und Vergehen)" heißt. Diese Verse kommen auch im Sutta-Nipāta, Vers 739, mit einer zusätzlichen Zeile vor.
3) 'Einbildung' bezieht sich insbesondere auf den Ich-Dünkel *(asmi-māno)*, das heißt, auf den Glauben an eine Persönlichkeit, sowohl auf den intellektuellen wie auf den emotionalen Ebenen.

Aber ein Mönch, der sich eifrig bemüht
und die Übung der Achtsamkeit und der Wissensklarheit nicht vernachlässigt:
Er wird die wahre Natur aller Gefühle erkennen.

Und wenn dies geschehen ist, wird er noch in diesem Leben
frei sein von den Trieben (āsavas), frei von den Befleckungen.

Im Wissen gefestigt, sicher auf den Wegen des Dhamma
ist er, wenn einst seine Lebensspanne zu Ende geht
und sein Körper zerbricht,
jenseits allen Maßes und aller Begrifflichkeit.

4. Der bodenlose Abgrund

Wenn, ihr Mönche, ein unbelehrter Weltling sagt, im großen Ozean gebe es einen (bodenlosen) Abgrund *(pātāla)*, dann spricht er über etwas Unwirkliches und nicht den Tatsachen entsprechend. 'Der bodenlose Abgrund', ihr Mönche, ist vielmehr ein Ausdruck für leidvolle körperliche Gefühle. Wenn ein unbelehrter Weltling von leidvollen körperlichen Gefühlen befallen wird, so sorgt er sich und ist bekümmert, er klagt und schlägt sich gegen die Brust, er weint und ist verzweifelt. Man sagt dann von ihm, er sei ein unbelehrter Weltling, der dem bodenlosen Abgrund nicht widerstehen und keinen Halt darin finden kann. Aber wenn ein wohlbelehrter edler Anhänger[1] von leidvollen körperlichen Gefühlen befallen ist, dann wird er sich nicht sorgen, er wird nicht bekümmert sein, er wird nicht klagen und sich nicht gegen die Brust schlagen, er wird nicht weinen und verzweifelt sein. Man sagt dann von ihm, er sei ein edler Anhänger, der dem bodenlosen Abgrund widerstehen kann und einen Halt darin gefunden hat.

Wer die entstandenen schmerzhaften Körpergefühle nicht ertragen kann,
die sein Leben gefährden, der zittert, wenn er von ihnen heimgesucht wird.

Er klagt und schreit laut - ein schwacher und kraftloser Mensch.
Er kann dem Abgrund nicht widerstehen
und findet keinen sicheren Halt.

Doch wer die entstandenen schmerzhaften Körpergefühle erträgt,
nicht zitternd, wenn sein Leben bedroht ist,
der kann dem Abgrund wirklich widerstehen
und einen Halt in seiner Tiefe finden.

---

1) Kommentar: Mit der Bezeichnung 'edler Anhänger' ist in dieser Rede zunächst ein in den Strom Eingetretener *(sotāpanna)* gemeint. Aber auch ein Meditierender mit starker Einsicht und scharfem Verstand ist in der Lage, den entstehenden Gefühlen zu widerstehen, ohne von ihnen fortgetragen zu werden. Er müßte hier ebenfalls mit eingeschlossen sein (weil er die Gefühle bis zu einem gewissen Grade durchdringt. - Subkommentar).

5. Bekannt sein

Es gibt, ihr Mönche, diese drei Gefühle: angenehme Gefühle, unangenehme Gefühle und weder unangenehme noch angenehme Gefühle. Angenehme Gefühle sollten als unangenehm angesehen werden, unangenehme Gefühle sollten als ein Dorn angesehen werden, und weder unangenehme noch angenehme Gefühle sollten als unbeständig angesehen werden. Wenn ein Mönch die Gefühle in dieser Weise betrachtet, dann sagt man von ihm, er habe die richtige Einstellung. Er hat das Begehren abgeschnitten, die Fesseln (an die Existenz) zerrissen, und durch die völlige Durchschauung der Einbildung hat er dem Leiden ein Ende bereitet.

Wer den Schmerz im Glück sieht und das unangenehme Gefühl als einen Dorn,
wer die Vergänglichkeit im friedvollen, neutralen Gefühl wahrnimmt,
ein solcher Mönch hat die richtige Einstellung, weil er diese Gefühle völlig versteht;
und indem er sie durchschaut, wird er in diesem Leben frei von Trieben (āsavas) sein.
Wenn einst seine Lebensspanne zu Ende geht und sein Körper zerbricht,
hat alles Maß und die Begrifflichkeit er überschritten.

6. Der Pfeil

Ein unbelehrter Weltling, ihr Mönche, empfindet angenehmes Gefühl, er empfindet unangenehmes Gefühl, und er empfindet neutrales Gefühl. Und auch ein wohlunterrichteter edler Anhänger empfindet angenehmes Gefühl, er empfindet unangenehmes Gefühl, und er empfindet neutrales Gefühl. Was ist nun, ihr Mönche, die Unterscheidung, die Verschiedenheit, der Unterschied, der zwischen einem wohlunterrichteten edlen Anhänger und einem unbelehrten Weltling besteht?

Für uns, Herr, wurzeln die Dinge im Erhabenen.

Wenn ein unbelehrter Weltling, ihr Mönche, von einem unangenehmen (körperlichen) Gefühl berührt wird, dann sorgt und grämt er sich, er klagt und schlägt sich gegen die Brust, er weint und ist verzweifelt. So empfindet er zwei Gefühle: körperliches und geistiges Gefühl. Das ist so, ihr Mönche, als sei ein Mensch von einem Pfeil getroffen worden, und nach dieser ersten Verwundung wurde er von einem zweiten Pfeil getroffen. Dieser Mensch wird also Gefühle empfinden, die von zwei Pfeilen verursacht wurden. Genauso,

ihr Mönche, ist es mit einem unbelehrten Weltling: Wird er von einem unangenehmen (körperlichen) Gefühl berührt, so sorgt und grämt er sich, er klagt und schlägt sich gegen die Brust, er weint und ist verzweifelt. So empfindet er zwei Gefühle: körperliches und geistiges Gefühl.

Ist er von dem unangenehmen Gefühl berührt worden, dann widerstrebt er ihm. Dann beginnt in ihm, der dem unangenehmen Gefühl widerstrebt, eine tieferliegende Tendenz des Widerstrebens gegen das unangenehme Gefühl zur Grundlage (seines Geistes) zu werden. Unter dem Einfluß dieses unangenehmen Gefühls fährt er fort, sich an sinnlichem Wohl zu erfreuen. Und warum tut er das? Ein unbelehrter Weltling, ihr Mönche, kennt keinen anderen Ausweg, den unangenehmen Gefühlen zu entgehen, als den Genuß sinnlichen Wohls. Dann beginnt in dem, der sinnliches Wohl genießt, eine tieferliegende Tendenz des Begehrens nach sinnlichem Wohl zur Grundlage (seines Geistes) zu werden. Er kennt weder, der Wirklichkeit gemäß, das Entstehen und Vergehen der Gefühle, noch kennt er die Befriedigung, die Gefahren und die Überwindung, die mit diesen Gefühlen verbunden sind. In ihm, dem es an solchem Wissen mangelt, beginnt eine tieferliegende Tendenz des Unwissens über die neutralen Gefühle zur Grundlage (seines Geistes) zu werden. Wenn er ein angenehmes Gefühl, ein unangenehmes Gefühl oder ein neutrales Gefühl empfindet, dann empfindet er es als jemand, der daran gefesselt ist. Ein solcher Mensch, ihr Mönche, wird als unbelehrter Weltling bezeichnet, der durch Geburt, Alter, Tod, Sorge, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung gefesselt ist. Gefesselt ist er ans Leiden, sage ich.

Wenn jedoch ein wohlunterrichteter edler Anhänger von einem unangenehmen Gefühl berührt wird, dann sorgt und grämt er sich nicht, er klagt nicht und schlägt sich nicht gegen die Brust, er weint nicht und ist nicht verzweifelt. Er empfindet e i n e Gefühlsart, nämlich ein körperliches Gefühl und kein geistiges. Das ist so, ihr Mönche, als sei ein Mensch von einem Pfeil getroffen worden, doch kein zweiter Pfeil folgt dem ersten. Dieser Mensch wird also Gefühle empfinden, die nur von einem Pfeil verursacht wurden. Genauso, ihr Mönche, ist es mit einem wohlunterrichteten edlen Anhänger: Wird er von einem unangenehmen Gefühl berührt, so wird er sich nicht sorgen und grämen, er wird nicht klagen und sich nicht gegen die Brust schlagen, er wird nicht weinen und

nicht verzweifelt sein. Er empfindet ein einziges Gefühl, ein körperliches.

Ist er von einem unangenehmen Gefühl berührt worden, dann widerstrebt er ihm nicht. Deshalb wird in ihm keine tieferliegende Tendenz des Widerstrebens gegen das unangenehme Gefühl zur Grundlage (seines Geistes) werden. Unter dem Einfluß dieses unangenehmen Gefühles wird er nicht fortfahren, sich an sinnlichem Wohl zu erfreuen. Und warum nicht? Als ein wohlunterrichteter edler Anhänger kennt er einen anderen Ausweg als den Genuß sinnlichen Wohls, um den unangenehmen Gefühlen zu entgehen. Dann wird in dem, der nicht fortfährt, sich an sinnlichem Wohl zu erfreuen, keine tieferliegende Tendenz des Begehrens nach sinnlichem Wohl zur Grundlage (seines Geistes) werden. Er kennt, der Wirklichkeit gemäß, das Entstehen und Vergehen der Gefühle, er kennt die Befriedigung, die Gefahren und die Überwindung, die mit diesen Gefühlen verbunden sind. In ihm, der dies kennt, wird keine tieferliegende Tendenz des Unwissens über die neutralen Gefühle zur Grundlage (seines Geistes) werden. Wenn er ein angenehmes Gefühl, ein unangenehmes Gefühl oder ein neutrales Gefühl empfindet, dann empfindet er es als jemand, der nicht daran gefesselt ist. Ein solcher Mensch, ihr Mönche, wird als wohlunterrichteter edler Anhänger bezeichnet, der nicht durch Geburt, Alter, Tod, Sorge, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung gefesselt ist. Nicht gefesselt ist er ans Leiden, sage ich.

Dies, ihr Mönche, ist die Unterscheidung, die Verschiedenheit, der Unterschied, der zwischen einem wohlunterrichteten edlen Anhänger und einem unbelehrten Weltling besteht.

7. Im Krankenzimmer I

Einst weilte der Erhabene im Großen Wald bei Vesali im Giebelhaus. Am Abend, als sich der Erhabene aus seiner Abgeschiedenheit erhoben hatte, ging er zum Krankenzimmer und setzte sich auf einem vorbereiteten Sitz nieder. Nachdem er sich gesetzt hatte, wandte er sich wie folgt an die Mönche:

"Ihr Mönche, achtsam und klarbewußt sollte ein Mönch seine Zeit verbringen, dies ist mein Rat an euch!

Und wie, ihr Mönche, ist ein Mönch achtsam? Er weilt beim Körper, indem er sich der Körperbetrachtung widmet, eifrig, wissensklar und achtsam, nach Überwindung von Gier und Trübsal im Hinblick auf die Welt. Er weilt bei den Gefühlen, indem er sich der Gefühlsbetrachtung widmet, eifrig, wissensklar und achtsam, nach Überwindung von Gier und Trübsal im Hinblick auf die Welt. Er weilt beim Geist, indem er sich der Geistbetrachtung widmet, eifrig, wissensklar und achtsam, nach Überwindung von Gier und Trübsal im Hinblick auf die Welt. Er weilt bei den Geistobjekten, indem er sich der Betrachtung der Geistobjekte widmet, eifrig, wissensklar und achtsam, nach Überwindung von Gier und Trübsal im Hinblick auf die Welt. So, ihr Mönche, ist ein Mönch achtsam.

Und wie, ihr Mönche, ist ein Mönch klarbewußt? Da handelt er beim Vorwärtsgehen und beim Zurückgehen klarbewußt; beim Geradeausblicken und beim Umschauen, beim Beugen und Strecken (der Glieder), beim Tragen der Kleidung und der Almosenschale, beim Essen, Trinken, Kauen und Schmecken, beim Entleeren von Kot und Urin, beim Gehen, Stehen, Sitzen, Einschlafen, Aufwachen, Sprechen und Schweigen - bei all dem handelt er klarbewußt. So, ihr Mönche, ist ein Mönch klarbewußt.

Ihr Mönche, achtsam und klarbewußt sollte ein Mönch seine Zeit verbringen, dies ist mein Rat an euch!

Wenn ein Mönch in dieser Weise achtsam und klarbewußt, eifrig, ernsthaft und entschlossen verweilt, und in ihm entsteht ein angenehmes Gefühl, dann weiß er: 'Jetzt ist ein angenehmes Gefühl in mir entstanden. Es ist bedingt, nicht ohne Bedingungen. Bedingt wodurch? Eben durch diesen Körper ist es bedingt[1]. Und dieser Körper ist zweifellos unbeständig, zusammengefügt, in Abhängigkeit entstanden. Wenn aber dieses angenehme Gefühl, das da entstand, durch den Körper bedingt ist, der unbeständig, zusammengefügt, in Abhängigkeit entstanden ist, wie könnte es dann beständig sein?

Sowohl im Hinblick auf den Körper als auch auf das angenehme Gefühl verweilt er in der Betrachtung der Unbeständigkeit, er verweilt in der Betrachtung der Vergänglichkeit, er verweilt in der Betrachtung des Loslassens, er verweilt in der Betrachtung des Aufhörens, er verweilt in der Betrachtung des Aufgebens. Und in

1) Der Begriff "Körper" steht hier für die ersten fünf der sechs Grundlagen des Sinneseindrucks *(phassā yatana)*.

ihm, der so verweilt, vergeht die tieferliegende Tendenz des Verlangens nach dem Körper und dem angenehmen Gefühl.

Wenn in ihm ein unangenehmes Gefühl entsteht, dann weiß er: 'Jetzt ist ein unangenehmes Gefühl in mir entstanden. Es ist bedingt, nicht ohne Bedingungen. Bedingt wodurch? Eben durch diesen Körper ist es bedingt. Und dieser Körper ist zweifellos unbeständig, zusammengefügt, in Abhängigkeit entstanden. Wenn aber dieses unangenehme Gefühl, das da entstand, durch den Körper bedingt ist, der unbeständig, zusammengefügt, in Abhängigkeit entstanden ist, wie könnte es dann beständig sein?'

Sowohl im Hinblick auf den Körper als auch auf das unangenehme Gefühl verweilt er in der Betrachtung der Unbeständigkeit, er verweilt in der Betrachtung der Vergänglichkeit, er verweilt in der Betrachtung des Loslassens, er verweilt in der Betrachtung des Aufhörens, er verweilt in der Betrachtung des Aufgebens. Und in ihm, der so verweilt, vergeht die tieferliegende Tendenz der Ablehnung des Körpers und des unangenehmen Gefühls.

Wenn in ihm ein neutrales Gefühl entsteht, dann weiß er: 'Jetzt ist ein neutrales Gefühl in mir entstanden. Es ist bedingt, nicht ohne Bedingungen. Bedingt wodurch? Eben durch diesen Körper ist es bedingt. Und dieser Körper ist zweifellos unbeständig, zusammengefügt, in Abhängigkeit entstanden. Wenn aber dieses neutrale Gefühl, das da entstand, durch den Körper bedingt ist, der unbeständig, zusammengefügt, in Abhängigkeit entstanden ist, wie könnte es dann beständig sein?'

Sowohl im Hinblick auf den Körper als auch auf das neutrale Gefühl verweilt er in der Betrachtung der Unbeständigkeit, er verweilt in der Betrachtung der Vergänglichkeit, er verweilt in der Betrachtung des Loslassens, er verweilt in der Betrachtung des Aufhörens, er verweilt in der Betrachtung des Aufgebens. Und in ihm, der so verweilt, vergeht die tieferliegende Tendenz des Unwissens in bezug auf den Körper und das neutrale Gefühl.

Wenn er ein angenehmes Gefühl wahrnimmt, dann erkennt er es als unbeständig; er weiß, er haftet nicht daran; er weiß, er findet keinen Gefallen daran. Wenn er ein unangenehmes Gefühl wahrnimmt,

... ein neutrales Gefühl, dann erkennt er es als unbeständig; er

weiß, er haftet nicht daran; er weiß, er findet keinen Gefallen daran.

Wenn er ein angenehmes Gefühl wahrnimmt, dann empfindet er es als jemand, der nicht daran gefesselt ist. Wenn er ein unangenehmes Gefühl wahrnimmt, dann empfindet er es als jemand, der nicht daran gefesselt ist. Wenn er ein neutrales Gefühl wahrnimmt, dann empfindet er es als jemand, der nicht daran gefesselt ist.

Wenn er unangenehme Gefühle hat, die den Körper bedrohen, dann weiß er: 'Ich habe unangenehme Gefühle, die den Körper bedrohen.' Wenn er unangenehme Gefühle hat, die das Leben bedrohen, dann weiß er: 'Ich habe unangenehme Gefühle, die das Leben bedrohen.' Und er weiß: 'Nach der Auflösung des Körpers, wenn das Leben endet, werden alle diese nicht aufgegebenen Gefühle gleich hier zur (endgültigen) Ruhe kommen.'

Wie die Flamme einer Lampe, die durch die Kraft des Öls und des Dochtes brennt, dann zum Erlöschen kommt, wenn es ihr an Nahrung fehlt, weil öl und Docht aufgebraucht sind, ebenso weiß der Mönch: 'Nach der Auflösung des Körpers, wenn das Leben endet, werden alle diese nicht aufgegebenen Gefühle gleich hier zur (endgültigen) Ruhe kommen.'"

8. Im Krankenzimmer II

Einst weilte der Erhabene im Großen Wald bei Vesali im Giebelhaus. Am Abend, als sich der Erhabene aus seiner Abgeschiedenheit erhoben hatte, ging er zum Krankenzimmer und setzte sich auf einem vorbereiteten Sitz nieder. Nachdem er sich gesetzt hatte, wandte er sich wie folgt an die Mönche:

"Ihr Mönche, achtsam und klarbewußt sollte ein Mönch seine Zeit verbringen, dies ist mein Rat an euch!

Wenn ein Mönch in dieser Weise achtsam und klarbewußt, eifrig, ernsthaft und entschlossen verweilt, und in ihm entsteht ein angenehmes Gefühl, dann weiß er: 'Jetzt ist ein angenehmes Gefühl in mir entstanden. Es ist bedingt, nicht ohne Bedingungen. Bedingt wodurch? Eben durch diesen Sinneseindruck[1] ist es bedingt.

1) Sinneseindruck oder Berührung *(phassa)* ist ein Geistesfaktor und steht nicht für physische Einwirkung.

Und dieser Sinneseindruck ist zweifellos unbeständig, zusammengefügt, in Abhängigkeit entstanden. Wenn aber dieses angenehme Gefühl, das da entstand, durch den Sinneseindruck bedingt ist, der unbeständig, zusammengefügt, in Abhängigkeit entstanden ist, wie könnte es dann beständig sein?'

Sowohl im Hinblick auf den Sinneseindruck als auch auf das angenehme Gefühl verweilt er in der Betrachtung der Unbeständigkeit, er verweilt in der Betrachtung der Vergänglichkeit, er verweilt in der Betrachtung des Loslassens, er verweilt in der Betrachtung des Aufhörens, er verweilt in der Betrachtung des Aufgebens. Und in ihm, der so verweilt, vergeht die tieferliegende Tendenz des Verlangens nach dem Sinneseindruck und dem angenehmen Gefühl.

Wenn in ihm ein unangenehmes Gefühl entsteht, dann weiß er: 'Jetzt ist ein unangenehmes Gefühl in mir entstanden. Es ist bedingt, nicht ohne Bedingungen. Wodurch bedingt? Eben durch diesen Sinneseindruck ist es bedingt. Und dieser Sinneseindruck ist zweifellos unbeständig, zusammengefügt, in Abhängigkeit entstanden. Wenn aber dieses unangenehme Gefühl, das da entstand, durch den Sinneseindruck bedingt ist, der unbeständig, zusammengefügt, in Abhängigkeit entstanden ist, wie könnte es dann beständig sein?'

Sowohl im Hinblick auf den Sinneseindruck als auch auf das unangenehme Gefühl verweilt er in der Betrachtung der Unbeständigkeit, er verweilt in der Betrachtung der Vergänglichkeit, er verweilt in der Betrachtung des Loslassens, er verweilt in der Betrachtung des Aufhörens, er verweilt in der Betrachtung des Aufgebens. Und in ihm, der so verweilt, vergeht die tieferliegende Tendenz der Ablehnung des Sinneseindrucks und des unangenehmen Gefühls.

Wenn in ihm ein neutrales Gefühl entsteht, dann weiß er: 'Jetzt ist ein neutrales Gefühl in mir entstanden. Es ist bedingt, nicht ohne Bedingungen. Wodurch bedingt? Eben durch diesen Sinneseindruck ist es bedingt. Und dieser Sinneseindruck ist zweifellos unbeständig, zusammengefügt, in Abhängigkeit entstanden. Wenn aber dieses neutrale Gefühl, das da entstand, durch den Sinneseindruck bedingt ist, der unbeständig, zusammengefügt, in Abhängigkeit entstanden ist, wie könnte es dann beständig sein?'

Sowohl im Hinblick auf den Sinneseindruck als auch auf das neutrale Gefühl verweilt er in der Betrachtung der Unbeständigkeit, er verweilt in der Betrachtung der Vergänglichkeit, er verweilt in der Betrachtung des Loslassens, er verweilt in der Betrachtung des Aufhörens, er verweilt in der Betrachtung des Aufgebens. Und in ihm, der so verweilt, vergeht die tieferliegende Tendenz des Unwissens in bezug auf den Sinneseindruck und das neutrale Gefühl."

(Die folgenden Abschnitte sind identisch mit denen in Text 7, und zwar von "Wenn er ein angenehmes Gefühl wahrnimmt ..." bis zum Ende.)

9. Unbeständig

Die drei Gefühlsarten, ihr Mönche, sind unbeständig, zusammengefügt, in Abhängigkeit entstanden; sie unterliegen der Zerstörung, der Vergänglichkeit, dem Dahinschwinden, dem Aufhören - nämlich angenehme Gefühle, unangenehme Gefühle und neutrale Gefühle.

10. Im Sinneseindruck wurzelnd

Es gibt, ihr Mönche, diese drei Gefühle, die im Sinneseindruck wurzeln, vom Sinneseindruck verursacht, durch Sinneseindruck bedingt sind: angenehme, unangenehme und neutrale Gefühle.

Abhängig von einem Sinneseindruck, der als angenehm empfunden wird, entsteht ein angenehmes Gefühl. Wenn eben dieser Sinneseindruck, der als angenehm empfunden wird, vergangen ist, dann vergeht auch das Gefühl ~~die Sinneswahrnehmung~~, das ~~die~~ daraus geboren[1] wurde - nämlich das in Abhängigkeit vom Sinneseindruck entstandene angenehme Gefühl -, und kommt zur Ruhe.

Abhängig von einem Sinneseindruck, der als unangenehm (neutral) empfunden wird, entsteht ein unangenehmes (neutrales) Gefühl. Wenn eben dieser Sinneseindruck, der als unangenehm (neutral) empfunden wird, vergangen ist, dann vergeht auch das Gefühl ~~die Sinneswahr-~~

1) *tajjaṁ vedayitaṁ*

~~nehmung~~, ~~die~~ das daraus geboren wurde - nämlich das in Abhängigkeit vom Sinneseindruck entstandene unangenehme (neutrale) Gefühl - und kommt zur Ruhe.

Geradeso, wie sich aus dem Zusammentreffen und Aneinanderreiben zweier Holzstäbe Hitze entwickelt und ein Feuer entsteht und wie durch Trennung und Absondern dieser Stäbe die durch sie erzeugte Hitze vergeht und verschwindet, so ist es auch mit diesen drei Gefühlen, die aus dem Sinneseindruck geboren wurden, die im Sinneseindruck wurzeln, vom Sinneseindruck verursacht wurden, durch Sinneseindruck bedingt sind: Bedingt durch eine bestimmte Art Sinneseindruck, entsteht das ihm entsprechende Gefühl; durch das Vergehen dieses Sinneseindrucks vergeht das ihm entsprechende Gefühl.

11. Abgeschieden

Einst kam ein bestimmter Mönch, um den Erhabenen zu treffen. Nachdem er ihn ehrerbietig gegrüßt hatte, setzte er sich an einer Seite nieder. So sitzend, sprach er wie folgt zu dem Erhabenen:

"Als ich mich in die Abgeschiedenheit zurückzog, während ich in der Einsamkeit weilte, kam mir dieser Gedanke: 'Drei Gefühle sind vom Erhabenen gelehrt worden: angenehme, unangenehme und neutrale Gefühle. Aber der Erhabene hat auch gesagt, daß alles, was gefühlt wird, innerhalb des Leidens ist.' "

"Gut gesprochen, Mönch, gut gesprochen! Während von mir drei Gefühle gelehrt worden sind, das angenehme, das unangenehme und das neutrale, habe ich auch gesagt, daß alles, was gefühlt wird, innerhalb des Leidens ist. Dies wurde jedoch in bezug auf die Unbeständigkeit (aller) bedingten Phänomene *(saṅkhāra)* erklärt. Ich habe es gesagt, weil bedingte Phänomene der Zerstörung, der Vergänglichkeit, dem Dahinschwinden, dem Aufhören und dem Wandel unterliegen. In bezug darauf habe ich erklärt: 'Alles, was gefühlt wird, ist innerhalb des Leidens.'

Ich habe ferner das allmähliche Vergehen der bedingten Phänomene gelehrt, Mönch. Wer in sich die erste meditative Vertiefung *(jhāna)*

erreicht hat, bei dem ist die Sprache vergangen. Beim Erreichen der zweiten Vertiefung sind Gedankenfassen und diskursives Denken vergangen. Beim Erreichen der dritten Vertiefung ist Verzückung vergangen. Beim Erreichen der vierten Vertiefung sind Ein- und Ausatmung vergangen. Beim Erreichen des Raumunendlichkeitsgebiets ist die Wahrnehmung der Form (Materie) vergangen. Beim Erreichen des Bewußtseinsunendlichkeitsgebiets ist die Wahrnehmung der Raumunendlichkeit vergangen. Beim Erreichen des Nichtsheitsgebietes ist die Wahrnehmung der Unendlichkeit des Bewußtseins vergangen. Beim Erreichen des Gebietes der Weder-Wahrnehmung-Noch-Nichtwahrnehmung ist die Wahrnehmung des Nichtsheitsgebietes vergangen. Beim Erreichen des Vergehens von Wahrnehmung und Gefühl sind Wahrnehmung und Gefühl vergangen. In einem von Befleckungen freien Mönch ist Gier vergangen, ist Haß vergangen, ist Verblendung vergangen.

Ich habe ferner das allmähliche Zurruhekommen der bedingten Phänomene *(sankhāra)* gelehrt, Mönch. Wer in sich die erste meditative Vertiefung erreicht hat, bei dem ist die Sprache zur Ruhe gekommen. Beim Erreichen der zweiten Vertiefung sind Gedankenfassen und diskursives Denken zur Ruhe gekommen ... (Fortsetzung wie oben, bis:) Beim Erreichen des Vergehens von Wahrnehmung und Gefühl sind Wahrnehmung und Gefühl zur Ruhe gekommen. In einem von Befleckungen freien Mönch ist Gier zur Ruhe gekommen, ist Haß zur Ruhe gekommen, ist Verblendung zur Ruhe gekommen.

Es gibt, Mönch, diese sechs Beruhigungen: Wer in sich die erste Vertiefung erreicht hat, bei dem ist die Sprache beruhigt. Beim Erreichen der zweiten Vertiefung sind Gedankenfassen und diskursives Denken beruhigt. Beim Erreichen der dritten Vertiefung ist Verzückung beruhigt. Beim Erreichen der vierten Vertiefung sind Ein- und Ausatmung beruhigt[1]. Beim Erreichen des Vergehens von Wahrnehmung und Gefühl sind Wahrnehmung und Gefühl beruhigt. In einem von Befleckungen freien Mönch ist Gier beruhigt, ist Haß beruhigt, ist Verblendung beruhigt."

---

1) In dem Abschnitt über das 'Beruhigtsein' *(patipassaddha)* sind die vier unkörperlichen Vertiefungen *(arupajjhāna)* nicht erwähnt. Gemäß dem Kommentar sind sie im 'Vergehen von Wahrnehmung und Gefühl' mit enthalten (für deren Erreichung sie eine Bedingung sind).

12. Am Himmel I

Am Himmel, ihr Mönche, wehen viele Arten Winde: Winde aus dem Osten, dem Westen, dem Norden und Süden, staubige Winde und staublose Winde, heiße und kalte Winde, linde und tobende. Genauso, ihr Mönche, entstehen in diesem Körper verschiedene Gefühlsarten: angenehme Gefühle entstehen, unangenehme Gefühle entstehen und neutrale Gefühle entstehen.

Ebenso, wie oben am Himmel verschiedene Windarten wehen:
vom Osten kommend oder vom Westen, vom Norden oder vom Süden,
einige führen Staub mit und andere nicht, einige sind kalt und andere heiß,
einige sind tobend und andere mild - ihr Wehen ist so unterschiedlich,
so entstehen auch in diesem Körper hier Gefühle verschiedener Art:
die angenehmen Gefühle, die unangenehmen und die neutralen.
Aber wenn ein Mönch eifrig ist und die Übung
der Achtsamkeit und Klarbewußtheit nicht vernachlässigt,
dann wird er das Wesen aller Gefühle verstehen.
Und nachdem er sie durchschaut hat, wird er in eben diesem Leben ohne Befleckungen sein.
Im Wissen reif geworden, unerschütterlich auf den Dhammawegen,
so ist er über alles Maß und die Begrifflichkeit hinausgegangen,
wenn seine Lebensspanne einst endet und sein Körper zerbricht.

13. Am Himmel II

(Dieser Text wiederholt den Prosaabschnitt von Nr. 12 ohne die Verse.)

14. Das Gästehaus

In einem Gästehaus, ihr Mönche, können sich Leute aus dem Osten einquartieren oder Leute aus dem Westen, Norden oder Süden. Angehörige der Kriegerkaste können kommen und sich dort einquartieren und auch Brahmanen, Leute aus der Mittelklasse und Bedienstete.

Ebenso, ihr Mönche, entstehen in diesem Körper verschiedene Gefühlsarten; es entstehen angenehme Gefühle, unangenehme Gefühle und neutrale Gefühle; weltliche Gefühle, die angenehm, unangenehm oder neutral sind und überweltliche (spirituelle) Gefühle, die angenehm, unangenehm oder neutral sind.

15. Ānanda I

Einst begab sich der ehrwürdige Ānanda zum Erhabenen, um ihn zu sprechen. Nachdem er ihn ehrerbietig gegrüßt hatte, setzte er sich zur Seite nieder. So sitzend, sagte er:

"Was sind die Gefühle, Herr? Was ist der Ursprung der Gefühle? Was ist das Vergehen der Gefühle? Was ist der Weg, der zum Vergehen der Gefühle führt? Was ist die Befriedigung in den Gefühlen? Was ist die Gefahr in den Gefühlen? Was ist die Überwindung der Gefühle?"

"Es gibt, Ānanda, drei Gefühlsarten: angenehme, unangenehme und neutrale. Durch das Entstehen des Sinneseindrucks kommt es zum Entstehen der Gefühle; durch das Vergehen des Sinneseindrucks kommt es zum Vergehen der Gefühle. Der edle achtfache Pfad ist der Weg, der zum Vergehen der Gefühle führt, nämlich: rechtes Verständnis, rechtes Denken, rechtes Reden, rechtes Handeln, rechter Lebensunterhalt, rechtes Bemühen, rechte Achtsamkeit und rechte Sammlung.

Das Glück und der Frohsinn, die in Abhängigkeit von den Gefühlen entstehen, sind die Befriedigung in den Gefühlen. Die Gefühle sind unbeständig, (so beschaffen, daß sie) Leid (bringen), dem Wandel unterworfen; dies ist die Gefahr in den Gefühlen. Die Beseitigung und die Aufgabe des Wunsches und des Verlangens nach Gefühlen ist die Überwindung der Gefühle.

Ich habe ferner das allmähliche Vergehen der bedingten Phänomene *(sankhāra)* gelehrt ... (Fortsetzung wie in Text 11, Abschnitt 4, bis:) In einem von Befleckungen freien Mönch ist Gier beruhigt, ist Haß beruhigt, ist Verblendung beruhigt."

16. Ānanda II

(In dieser Rede stellt der Buddha dem Ānanda die gleichen Fragen wie in Text 15, und von Ananda darum gebeten, die Erklärung selbst zu geben, antwortet der Buddha auf die gleiche Weise wie in Text 15.)

17. - 18. Viele Mönche

(Hier werden nochmal die gleichen Fragen und Antworten wiederholt, und zwar in Verbindung mit "vielen Mönchen". Die einführenden Abschnitte entsprechen denen in Text 15 und 16.)

19. Zimmermann Pañcakaṅga[1)]

Einst begab sich der Zimmermann Pañcakaṅga zum ehrwürdigen Udāyi, um ihn zu sprechen. Nachdem er ihn ehrerbietig gegrüßt hatte, setzte er sich zur Seite nieder. So sitzend, fragte er den ehrwürdigen Udāyi:

"Ehrwürdiger Udāyi, wieviele Gefühlsarten wurden vom Erhabenen gelehrt?"

"Drei Gefühlsarten, Zimmermann, wurden vom Erhabenen gelehrt: angenehme, unangenehme und neutrale Gefühle. Dies sind die drei Gefühle, die vom Erhabenen gelehrt wurden."

Nach diesen Worten sagte der Zimmermann Pañcakaṅga: "Nicht drei Gefühlsarten wurden vom Erhabenen gelehrt, ehrwürdiger Udāyi. Zwei Gefühlsarten sind es, die vom Erhabenen gelehrt wurden: angenehme und unangenehme Gefühle. Vom neutralen Gefühl hat der Erhabene gesagt, es gehöre zum friedvollen und erhabenen Glück."

Aber der ehrwürdige Udāyi erwiderte: "Nicht zwei Gefühlsarten sind es, die vom Erhabenen gelehrt wurden, sondern drei: angenehme, unangenehme und neutrale Gefühle."

(Dieser Meinungsaustausch wurde ein zweites und drittes Mal wiederholt,) aber weder war der Zimmermann Pañcakaṅga imstande, den ehrwürdigen Udāyi zu überzeugen, noch konnte der ehrwürdige Udāyi den Zimmermann Pañcakaṅga überzeugen. Nun hatte der ehrwürdige Ānanda ihr Gespräch mitgehört, und er ging deswegen zum Erhabenen. Nachdem er ihn ehrerbietig gegrüßt hatte, setzte er sich an einer Seite nieder. So sitzend, wiederholte er das ganze Gespräch, das zwischen dem ehrwürdigen Udāyi und dem Zimmermann Pañcakaṅga stattgefunden hatte.

---

1) Pañcakaṅga = fünf Werkzeuge. Dieser Text ist identisch mit Majjhima-Nikaya Nr. 59, Bahuvedaniya Sutta ('Viele Gefühlsarten').

Der Erhabene sagte: "Ānanda, Udāyis Darstellungsweise, die der Zimmermann Pañcakaṅga nicht billigte, war in der Tat korrekt. Aber auch Zimmermann Pañcakaṅgas Darstellungsweise, die Udāyi nicht billigte, war korrekt. Bei einer Darstellungsweise habe ich von zwei Gefühlsarten gesprochen, und bei einer anderen Darstellungsweise habe ich von drei, fünf, sechs, achtzehn, sechsunddreißig und einhundertundacht Gefühlsarten[1] gesprochen. So ist der Dhamma in verschiedener Weise dargestellt worden.

Berücksichtigt man, daß der Dhamma von mir so auf verschiedene Weise dargelegt wurde, dann kann man erwarten, daß diejenigen, die das nicht billigen, die dem nicht zustimmen, die das nicht akzeptieren, was zu Recht gesagt und gesprochen wurde, miteinander streiten werden, daß sie Argumente und Gegenargumente austauschen und einander mit scharfen Worten verletzen.

Berücksichtigt man, daß der Dhamma von mir so auf verschiedene Weise dargelegt wurde, dann kann man erwarten, daß diejenigen, die das billigen, die dem zustimmen, die das akzeptieren, was zu Recht gesagt und gesprochen wurde, in Eintracht und Freundschaft und ohne Streit leben werden, wie Milch (die sich leicht) mit Wasser (vermischt), und daß sie einander mit freundlichen Augen betrachten.

Es gibt fünf Bahnen sinnlichen Begehrens. Was sind diese fünf? Formen, wahrnehmbar mit dem Auge, nach denen ein Wunsch besteht, die begehrenswert, angenehm und reizvoll sind; eng verbunden sind sie mit sinnlichem Begehren und fordern das Verlangen heraus. Töne, wahrnehmbar mit dem Ohr ..., Düfte, wahrnehmbar mit der Nase ..., Geschmäcke, wahrnehmbar mit der Zunge ..., tastbare Dinge, wahrnehmbar mit dem Körper, nach denen ein Wunsch besteht, die begehrenswert, angenehm und reizvoll sind; eng verbunden sind sie mit sinnlichem Begehren und fordern das Verlangen heraus. Dies sind die fünf Bahnen sinnlichen Begehrens. Das Vergnügen und die Freude, die in Abhängigkeit von diesen fünf Bahnen sinnlichen Begehrens entstehen, werden Sinnesfreude genannt.

Wenn nun jemand sagte: 'Dies ist das höchste Vergnügen und die größte Freude, die man erleben kann', so würde ich dem nicht zustimmen. Und warum nicht? Weil es eine andere Art Freude gibt,

---

1) Vgl. Text 22.

die diese Freude übertrifft und die erhabener ist. Und was ist das für eine Freude? Da tritt ein Mönch, losgelöst von sinnlichen Wünschen, losgelöst von unheilsamen Geisteszuständen, in die erste meditative Vertiefung *(jhāna)* ein und verweilt darin; sie ist verbunden mit Gedankenfassen und diskursivem Denken, und in ihr gibt es Freude und Glück, die aus der Loslösung geboren sind. Dies ist die andere Freudenart, welche die (Sinnes-) Freude übertrifft und die erhabener ist.

Wenn nun jemand sagte: 'Dies ist die größte Freude, die man erleben kann', so würde ich dem nicht zustimmen. Und warum nicht? Weil es eine andere Art Freude gibt, die diese Freude übertrifft und die erhabener ist. Und was ist das für eine Freude? Da tritt ein Mönch, nach der Beruhigung des Gedankenfassens und des diskursiven Denkens, in die zweite meditative Vertiefung ein und verweilt darin ..., in die dritte ..., die vierte meditative Versenkung ..., in das Raumunendlichkeitsgebiet ..., in das Bewußtseinsunendlichkeitsgebiet ..., in das Nichtsheitgebiet, in das Gebiet der Weder-Wahrnehmung-Noch-Nichtwahrnehmung.

Wenn nun jemand sagte: 'Dies ist die größte Freude, die man erleben kann', so würde ich dem nicht zustimmen. Und warum nicht? Weil es eine andere Art Freude gibt, die diese Freude übertrifft und die erhabener ist. Und was ist das für eine Freude? Da erreicht ein Mönch, nach völliger Überwindung des Gebietes der Weder-Wahrnehmung-Noch-Nichtwahrnehmung das Vergehen von Wahrnehmung und Gefühl und verweilt dabei. Dies ist die andere Freudenart, die jene Freude übertrifft und die erhabener ist[1].

---

1) Kommentar: "Vom vierten Jhāna an aufwärts ist es das weder unangenehme noch angenehme Gefühl (das in diesen meditativen Zuständen anwesend ist). Aber auch dieses neutrale Gefühl wird 'Freude' *(sukha)* genannt, weil es friedvoll und erhaben ist. Was auf Grund der fünf Bahnen sinnlichen Begehrens und der acht meditativen Versenkungen entsteht, wird 'Freude, wie sie gefühlt wird' *(vedayita-sukha)* genannt. Der Zustand des Vergehens von Wahrnehmung und Gefühl ist eine 'Freude, die nicht gefühlt wird' *(avedayita-sukha)*. Deshalb sind sowohl Freude, die gefühlt wird, als auch Freude, die nicht gefühlt wird, zweifellos 'Freude' in dem Sinne, daß sie schmerzfreie Zustände sind *(niddukkhabhāva-saṅkhātena sukhena)*."
In Anguttara-Nikaya IX, 34 ruft der ehrwürdige Sāriputta aus: "Nibbana ist Glück, Freund; Nibbāna ist wirklich Glück!" Darauf fragt der Mönch Udāyi: "Wie kann da Glück sein, wenn es dort kein Gefühl gibt?" Der ehrwürdige Sāriputta erwidert: "Gerade darin besteht das Glück, Freund, daß es dort kein Gefühl gibt." Auch die Fortsetzung dieses Suttas kann mit unserem Text verglichen werden. Über Nibbana als Glück siehe auch Anguttara-Nikaya VI, 100.

Es mag geschehen, Ānanda, daß Wanderer aus anderen Sekten sagen werden: 'Der Asket Gotama spricht vom Vergehen der Wahrnehmung und des Gefühls, und er beschreibt dies als Freude. Was ist diese (Freude), und wie ist dies (eine Freude)?'

Denen, die so sprechen, sollte gesagt werden: 'Der Erhabene beschreibt als Freude nicht nur das Gefühl der Freude, vielmehr beschreibt ein Tathāgata jede Art Freude als Freude, wann auch immer und wodurch auch immer sie gewonnen wird.'"

20. Bhikkhus

(Diese Rede, an Bhikkhus gerichtet, wiederholt den Hauptteil des Textes Nr. 19, ohne den Einführungsabschnitt.)

21. Sīvaka

Einst weilte der Erhabene im Bambushain-Kloster in Rajagaha am Eichhörnchen-Futterplatz. Dort wandte sich ein Wanderasket, Moliya Sīvaka mit Namen, an den Erhabenen, und nach dem Austausch höflicher und freundlicher Worte setzte er sich zur Seite nieder. So sitzend, sagte er: "Es gibt, verehrter Gotama, einige Asketen und Brahmanen, die vertreten diese Lehre und Anschauung: 'Alles, was ein Mensch erfährt, sei es Freude, Leid oder weder Freude noch Leid, all das ist durch vorheriges Handeln verursacht.' Was sagt nun der ehrwürdige Gotama dazu?"

"Hervorgerufen durch (Störungen der) Galle, Sīvaka, entstehen bestimmte Gefühlsarten. Daß dies geschieht, kann man selbst erkennen; das wird auch in der Welt als richtig angesehen. Hervorgerufen durch (Störungen des) Schleim(s) ... (des) Wind(es) ... (der) Kombination (dieser drei) ... durch Klimaänderungen ... durch ungünstiges Verhalten ... durch die Folgen des Kammas - (durch all das), Sīvaka, entstehen bestimmte Gefühlsarten. Daß dies geschieht, kann man selbst erkennen; das wird auch in der Welt als richtig angesehen.

Wenn nun diese Asketen und Brahmanen die Lehre und Anschauung vertreten, daß 'alles, was ein Mensch erfährt, sei es Freude, Leid oder weder Freude noch Leid, durch vorheriges Handeln ver-

ursacht ist', dann gehen sie über das hinaus, was sie durch sich selbst wissen und was in der Welt als richtig angesehen wird. Deshalb sage ich, daß dies seitens dieser Asketen und Brahmanen falsch ist."

Als dies gesagt war, erklärte der Wanderasket Moliya Sīvaka: "Das ist ausgezeichnet, verehrter Gotama, das ist wirklich ausgezeichnet! ... Möge mich der verehrte Gotama als Laienanhänger ansehen, der von heute an Zuflucht zu ihm genommen hat, so lange wie das Leben dauert."

22. Einhundertundacht Gefühle

Ich werde euch, ihr Mönche, eine Art der Dhamma-Darlegung zeigen, gemäß der es einhundertundacht (Gefühle) gibt. Deshalb hört mir zu!

Einerseits habe ich, ihr Mönche, von zwei Gefühlsarten gesprochen und andererseits von drei, fünf, sechs, achtzehn, sechsunddreißig und einhundertundacht Gefühlen.

Was sind die zwei Gefühle? Körperliche und geistige Gefühle.

Was sind die drei Gefühle? Angenehme, unangenehme und weder unangenehme noch angenehme Gefühle.

Was sind die fünf Gefühle? Die Merkmale der Freude, des Schmerzes, des Frohsinns, des Trübsinns und der Indifferenz.

Was sind die sechs Gefühle? Die Gefühle, die aus dem Sinneseindruck des Auges, des Ohrs, der Nase, der Zunge, des Körpers und des Geistes geboren werden.

Was sind die achtzehn Gefühle? Es sind die (obigen) sechs Gefühle, bei denen es eine Zuwendung (zu den Objekten) mit Frohsinn gibt, oder es gibt eine sechsfache Zuwendung mit Trübsinn oder mit Indifferenz.

Was sind die sechsunddreißig Gefühle? Es gibt sechs Gefühle des Frohsinns, die sich auf das Hausleben stützen, und sechs, die sich auf Entsagung stützen; es gibt sechs Gefühle des Trübsinns, die sich auf das Hausleben stützen, und sechs, die sich auf Entsagung stützen; es gibt sechs Gefühle der Indifferenz, die sich auf das Hausleben stützen, und sechs, die sich auf Entsagung stützen.

Was sind die einhundertundacht Gefühle? Es gibt die (obigen) sechsunddreißig Gefühle aus der Vergangenheit; es gibt die sechsunddreißig Gefühle aus der Zukunft, und es gibt die sechsunddreißig Gefühle aus der Gegenwart.

Diese werden als die einhundertundacht Gefühle bezeichnet, ihr Mönche. Und dies ist die Art der Dhamma-Darlegung, gemäß der es einhundertundacht Gefühle gibt.

23. - 29. wiederholen die Abschnitte 3 und 4 von Text 15. Nur die Gesprächsteilnehmer wechseln.

30. enthält nur eine Aufzählung der drei Gefühlsarten.

31. Aufhören

Es gibt, ihr Mönche, weltliche Freude *(piti)*, es gibt überweltliche Freude, und es gibt eine noch größere überweltliche Freude. Es gibt weltliches Glück *(sukha)*, es gibt überweltliches Glück, und es gibt ein noch größeres überweltliches Glück. Es gibt weltlichen Gleichmut, es gibt überweltlichen Gleichmut, und es gibt einen noch größeren überweltlichen Gleichmut. Es gibt weltliche Freiheit, es gibt überweltliche Freiheit, und es gibt eine noch größere überweltliche Freiheit.

Was ist nun, ihr Mönche, weltliche Freude? Es gibt diese fünf Bahnen des Sinnesbegehrens: Formen, wahrnehmbar mit dem Auge, nach denen ein Wunsch besteht, die begehrenswert, angenehm und reizvoll sind; eng verbunden sind sie mit sinnlichem Begehren und fordern das Verlangen heraus. Töne, wahrnehmbar mit dem Ohr ..., Düfte, wahrnehmbar mit der Nase ..., Geschmäcke, wahrnehmbar mit der Zunge ..., tastbare Dinge, wahrnehmbar mit dem Körper, nach denen ein Wunsch besteht, die begehrenswert, angenehm und reizvoll sind; eng verbunden sind sie mit sinnlichem Begehren und fordern das Verlangen heraus. Es ist die Freude, die in Abhängigkeit von diesen fünf Bahnen des Sinnesbegehrens entsteht, die 'weltliche Freude' genannt wird.

Was ist nun überweltliche Freude? Ganz losgelöst von sinnlichen Wünschen, losgelöst von unheilsamen Geisteszuständen tritt ein Mönch in die *erste meditative Vertiefung (jhāna)* ein und verweilt darin; sie ist verbunden mit Gedankenfassen und diskursivem Denken, und in ihr gibt es Freude und Glück, die aus der Loslösung

geboren sind. Nach der Beruhigung des Gedankenfassens und des diskursiven Denkens tritt er in die *zweite meditative Vertiefung* ein und verweilt darin. Sie ist verbunden mit innerer Zuversicht und Einspitzigkeit des Geistes, ohne Gedankenfassen und diskursives Denken, und in ihr gibt es Freude und Glück, die aus der Konzentration geboren sind. Dies wird 'überweltliche Freude' genannt.

Und was ist die noch größere überweltliche Freude? Wenn ein von Befleckungen freier Mönch seinen Geist betrachtet, der von Gier befreit ist, von Haß befreit ist, von Verblendung befreit ist, dann entsteht Freude. Dies wird eine 'noch größere überweltliche Freude' genannt.

Was ist nun, ihr Mönche, weltliches Glück? Es gibt diese fünf Bahnen des Sinnesbegehrens: Formen, wahrnehmbar mit dem Auge ..., Töne, wahrnehmbar mit dem Ohr ..., Düfte, wahrnehmbar mit der Nase ..., Geschmäcke, wahrnehmbar mit der Zunge ..., tastbare Dinge, wahrnehmbar mit dem Körper, nach denen ein Wunsch besteht, die begehrenswert, angenehm und reizvoll sind; eng verbunden sind sie mit sinnlichem Begehren und fordern das Verlangen heraus. Es sind das Glück und der Frohsinn, die in Abhängigkeit von diesen fünf Bahnen des Sinnesbegehrens entstehen, die 'weltliches Glück' genannt werden.

Was ist nun überweltliches Glück? Ganz losgelöst von sinnlichen Wünschen, losgelöst von unheilsamen Geisteszuständen tritt ein Mönch in die *erste meditative Vertiefung* ein ... Nach der Beruhigung des Gedankenfassens und des diskursiven Denkens tritt er in die *zweite meditative Vertiefung* ein und verweilt darin. Mit dem Aufhören auch der Freude verweilt er in Gleichmut achtsam und klarbewußt und fühlt Glück in sich. Er tritt in die *dritte meditative Vertiefung* ein und verweilt darin. Darüber sagen die Edlen: 'Der verweilt im Glück, der Gleichmut besitzt und achtsam ist'. Dies wird 'überweltliches Glück' genannt.

Und was ist nun noch größeres überweltliches Glück? Wenn ein von Befleckungen freier Mönch seinen Geist betrachtet, der von Gier befreit ist, von Haß befreit ist, von Verblendung befreit ist, dann entsteht Glück. Dies wird 'noch größeres überweltliches Glück' genannt.

Was ist nun, ihr Mönche, weltlicher Gleichmut? Es gibt diese fünf Bahnen des Sinnesbegehrens: Formen, wahrnehmbar mit dem Auge ..., tastbare Dinge, wahrnehmbar mit dem Körper, nach denen ein Wunsch besteht, die begehrenswert, angenehm und reizvoll sind; eng verbunden sind sie mit sinnlichem Begehren und fordern das Verlangen heraus. Es ist der Gleichmut, der in bezug auf diese fünf Bahnen des Sinnesbegehrens entsteht, der 'weltlicher Gleichmut' genannt wird.

Was ist nun überweltlicher Gleichmut? Mit der Aufgabe von Freude und Schmerz und mit dem vorangegangenen Verschwinden von Frohsinn und Trübsinn tritt ein Mönch in die *vierte meditative Vertiefung* ein und verweilt darin. In ihr gibt es weder Schmerz noch Freude, und sie hat die Reinheit der Achtsamkeit, gegründet auf Gleichmut. Dies wird 'überweltlicher Gleichmut' genannt.

Und was ist der noch größere überweltliche Gleichmut? Wenn ein von Befleckungen freier Mönch seinen Geist betrachtet, der von Gier befreit ist, von Haß befreit ist, von Verblendung befreit ist, dann entsteht Gleichmut. Dies wird ein 'noch größerer überweltlicher Gleichmut' genannt.

Was ist nun, ihr Mönche, weltliche Freiheit? Die Freiheit, die zum Materiellen in Beziehung steht. Was ist überweltliche Freiheit? Die Freiheit, die zum Unstofflichen in Beziehung steht. Und was ist die noch größere überweltliche Freiheit? Wenn ein von Befleckungen freier Mönch seinen Geist betrachtet, der von Gier befreit ist, von Haß befreit ist, von Verblendung befreit ist, dann entsteht Freiheit.

(Aus: "Contemplation of Feeling - The Discourse-Groupings on the Feelings" (Vedanā-Saṁyutta). Buddhist Publication Society, Kandy 1983, The Wheel Publication Nr. 303/304)

* * *

DER WEG AUS DEM "STIRB UND WERDE"

von C. Paeschke

II. Teil

Der Inder Siddhartha Gautama, erfüllt von dem Wissen um die Fähigkeit des menschlichen Geistes, Zeit und Raum zu besiegen, in Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft zu denken, Welten zu formen und Welten zu vernichten, erreichte seine Befreiung aus dem Stirb und Werde nicht durch ein nur logisches Durchdenken der Probleme, sondern durch die Sammlung des Geistes auf die Aufgabe, die Welt zu durchschauen, zu durchdringen, in ihrer wahren Natur zu erleben und sie zu überwinden; also durch das Mittel der Meditation.

Meditation - ein viel verwandtes Wort, ein viel mißbrauchter Begriff, ein meist falsch gebrauchtes und angewandtes Mittel zur Konzentration auf etwas mit dem Ziele, etwas Nichtalltägliches zu erfahren und zu erreichen.

Meditation nun, im Sinne der Erkennung der Ursache des Ursprungs der Dinge und ihrem Aufhören, ist die Vertiefung in sich selbst mit der Absicht, durch dieses Sich-in-sich-Vertiefen zu einem Durchdringen seiner selbst zu kommen und so sich in seiner wahren Natur zu erkennen. Mit dem Erkennen der Eigennatur ist aber unlöslich verbunden die Bestimmung der Stellung der Eigennatur in der Welt und die Durchschauung des Charakters dieser Welt; all dies wiederum nicht mit dem Mittel des Nur-logischen-Denkens, sondern des Eigenerlebnisses. Der Gemeinplatz, daß nichts allein entstehen und bestehen kann, sondern alles abhängig von einander entsteht, besteht und sich wandelt, und daß ein sich Herauslösen aus dem Weltgetriebe im Sinne eines Höherstehens oder Darüberschwebens nicht möglich ist, weil das In- und Miteinanderverflochtensein des Persönlichen und des Gesamten die Grenzen von

Ich und Welt nicht bestimmbar macht, muß vermittelst einer ständigen Konzentriertheit erlebt und gesehen werden. Diese ständige Konzentriertheit und dieses Sehen muß zur Selbstverständlichkeit geworden sein, bevor sie echt und wirklich erlebt und erfaßt ist.

Wie kann das geschehen?
Der Buddha hat uns das Mittel des Achtfachen Pfades gegeben und hat in unzähligen Lehrreden seinen Zuhörern gesagt, wie sie die einzelnen Phasen des Pfades durchlaufen und zum Ziele gelangen können. Wie wir schon sagten, sprach der Buddha zu seinen Landsleuten und zu den Menschen seiner Zeit mit den Mitteln und Begriffen seiner Zeit. Wir heutigen müssen den Weg gehen, gestützt auf die Mittel und Begriffe unserer Zeit.

...

Der Weg aus dem Stirb und Werde ist eine Angelegenheit der Ethik. Das heißt, es kommt auf ein persönliches Verhalten an, das die Reibungsflächen mit der Umwelt mildert und aufhebt, also eine innere und äußere Harmonie - wir können auch sagen: Ruhe und Sicherheit - herstellt, die Voraussetzung und Merkmal höchsten Wissens ist.

Betrachten Sie den Achtfachen Pfad als eine Einheit und nicht als eine stufenweise zu behandelnde Angelegenheit. Die rechte Erkenntnis ist eine Folge der rechten Tat, die rechte Tat eine Folge der rechten Sammlung, die rechte Sammlung verbürgt eine rechte Achtsamkeit und ist notwendig für die rechte Erkenntnis. Die rechte Erkenntnis aber läßt nur eine rechte Rede und ein rechtes Leben zu. Eines bedingt das andere; nichts ist selbständig, vom anderen abgesondert in seinem Wesen richtig zu erkennen und zu durchdringen; alles ist miteinander verbunden, und alles ist in seiner Gesamtheit zu lösen. Sie und die Welt, die Welt und Sie sind eine unlösbare Einheit solange, bis Sie sich und die Welt überwunden haben.

Überwunden aber haben Sie erst, wenn Sie mit Selbstverständlichkeit ein auf die Beobachtung der Ursache des Ursprungs der Dinge eingespieltes Denken und Handeln haben und mit ihm Ihren Alltag leben; wenn Sie nicht mehr glauben, sondern wissen, daß die Gier oder der Hunger - Sie können auch Durst sagen, der Haß und der Wahn - Sie können auch Verblendung oder Falschsehen dafür setzen - die Triebkräfte sind, die den Wesen das Dasein und die Welt als eine unabdingbare Größe erscheinen lassen, sie in Unruhe und Verzweiflung versetzen, sie zu falschen Hoffnungen anreizen und das, was wir Leben oder Dasein nennen, in anscheinend unabdingbarer Folge erhalten.

Denken Sie nun nicht, daß Sie dieses Wissen und damit diese Selbstverständlichkeit erst in langen, mühevollen Kämpfen, in einem Jahre und Jahrzehnte währenden Ringen mit sich selbst erreichen können oder daß es für den heutigen Menschen überhaupt unerreichbar ist, so weit zu kommen. Die Zeitdauer und die Art des Erreichens eines solchen abgeklärten Standpunktes ist persönlich verschieden. Aber hören Sie, was ein alter Text den Buddha sagen läßt.

> "Wenn aber diejenigen, die den Weg studieren, es nicht fertig bringen, sich so rasch wie ein Blitz von der Versinnung (das heißt von dem Verstricktsein in die Sinnenwelt) freizumachen, wenn sie auch Weltzeitalter um Weltzeitalter danach ringen, sie werden das Ziel nie erreichen."

Ein Moment kann alles umgestalten. Gier, Haß und Wahn, Folgen des Nichtwissens um die Irrealität der Erscheinungswelt, sind die drei Grundelemente, die immer wieder neue Reibungen und Verstrickungen, neues Leben schaffen, es sich nie beruhigen, ausgleichen, beenden lassen. Diese drei Grundelemente in sich zum Abklingen zu bringen, bedingt eine Grundhaltung, über die der Buddha sagt:

> "Was nun, ihr Jünger, ist rechte Erkenntnis? Wenn, ihr Jünger, der edle Jünger das Schuldvolle erkennt und die Wurzel des Schuldvollen, wenn er das Verdienstvolle erkennt und die Wurzel des Verdienstvollen, so hat er die rechte Erkenntnis.
> Was aber, ihr Jünger, ist das Schuldvolle?
> Töten ist etwas Schuldvolles, Stehlen ist etwas

Schuldvolles, Unkeuschheit ist etwas Schuldvolles, Lügen ist etwas Schuldvolles, Zwischenträgerei, rohe Rede und törichtes Plappern sind etwas Schuldvolles, Habgier, Übelwollen und falsche Erkenntnis sind etwas Schuldvolles.
Und was, ihr Jünger, ist die Wurzel des Schuldvollen?
Gier, Haß und Verblendung sind eine Wurzel des Schuldvollen.
Was aber, ihr Jünger, ist das Verdienstvolle?
Abstehen vom Töten ist etwas Verdienstvolles. Abstehen vom Stehlen ist etwas Verdienstvolles. Abstehen von Unkeuschheit ist etwas Verdienstvolles. Abstehen vom Lügen ist etwas Verdienstvolles. Abstehen von Zwischenträgerei, roher Rede, törichtem Plappern sind etwas Verdienstvolles. Uneigennützigkeit, Wohlwollen, rechte Erkenntnis sind etwas Verdienstvolles.
Und was, ihr Jünger, ist die Wurzel des Verdienstvollen?
Gierlosigkeit, Haßlosigkeit und Unverblendung sind eine Wurzel des Verdienstvollen."

Vielleicht sind Sie jetzt, in dem Augenblick nach dem Lesen des Textes, der schuldvolles und verdienstvolles Wirken gegenüberstellt, in einem geistigen Zustand, den wir innere Schau nennen wollen. In diesem Falle "sehen" Sie mit mehr oder minder großer Klarheit in sich Bilder - bewegte Bilder, Szenen -, die Sie gleichzeitig in und außer sich erleben, die Sie schon empfinden konnten, während Ihr Auge Buchstabe um Buchstabe, Wort um Wort, Satz um Satz aufnahm und Ihr Denken den Sinn erfaßte und verarbeitete. Sie sehen Töten und Nichttöten, Sie sehen die Wirkung des Klatsches und der Verleumdung, Sie erleben die ganze Größe und Wucht der ebenso einfachen wie logischen Gegenüberstellung dessen, woraus sich das tägliche Leben zusammensetzt.

Und so "sehen" Sie, nicht nur von der Einfachheit und Eindringlichkeit der Formulierung gepackt, sondern Sie erfassen das ganze Geschehen in seiner Vielfalt und Ungeheuerlichkeit. Etwas in ihnen vibriert, schwingt, läßt in Ihnen eine Erregung aufsteigen, von

der Sie nicht zu sagen vermögen, ob es Angst oder das gesteigerte Gefühl ist, das sich des Menschen bemächtigt, wenn er in Erwartung von etwas Nichtalltäglichem ist. Und während so dieses Erregte in Ihnen schwingt, erkennen Sie sich in einem Bewegten, einem Wirbel, der irgendwo herkommt und irgendwo hingeht. Es wird Ihnen bewußt, daß Sie etwas gesehen, erlebt haben, eine innere Schau, ausgelöst durch das Vertiefen in einen Text so, daß in Ihnen Wort und Inhalt zur Wirklichkeit wurden. Und all das geschah, ohne daß Sie sich darauf vorbereiteten, sich in eine Erwartung und Spannung versetzten. Es wurde aus dem Augenblick geboren; und während eines Augenblickes lüftete sich Ihnen der Schleier, der den Wesen im Wirbel des Lebens die Welt, wie sie wirklich ist, verhüllt. Und so, wie die Bilder eines Traumes Sie im Wachen durch den Tag und durch viele Tage begleiten können, sich wandelnd, sich klärend, so werden Sie von dieser inneren Schau begleitet werden. Es ist Ihnen etwas gelungen, von dem Sie noch nicht wissen, wie Sie dazu gekommen sind, von dem Sie sich aber wünschen, es jederzeit wieder sehen zu können. Denn dieses Sehen als etwas Übliches und bewußt zu haben, ist notwendig, wenn Sie in Ihrem Alltag die Ursache des Ursprunges der Dinge erkennen und dazu wissen wollen, wie sie zum Aufhören kommen.

Jedermann ist genötigt, die Unvollkommenheit des Lebens in Rechnung zu stellen. Das Dasein ist auf das Freßprinzip eingestellt. Eines frißt das andere und wird selber gefressen; ein Vorgang, der durch das ständige Sichwandeln und das Ineinanderverflochtensein im Weltgetriebe ausgelöst wird. Auch das Einatmen ist Nahrungsaufnahme, genau so, wie das Ausatmen Ausstoßen des Unbrauchbaren ist. Mit jedem Atemzug töten wir und schöpfen wir, lassen wir entstehen und vergehen, vollzieht sich in uns und durch uns ein Stirb und Werde. Niemand darf diese Tatsache übersehen; sie ist wichtig für das rechte Verhalten im Sinne des Strebens nach Vollendung und Befreiung. An der Unvollkommenheit des Daseins kann auch ein Vollendeter solange nichts ändern, solange er im Wirbel des Stirb und Werde als Teil des Ganzen vorhanden ist und in ihm lebt und wirkt. Er kann genausowenig daran ändern wie etwa daran, daß alles, was ist, einmal entstanden ist - geboren wurde und sterben muß. Auch er.

Deshalb: Schuldvoll im Sinne des Ablenkens vom Ziele ist alles, was der Mensch in sich - in seinem Innern - als nicht richtig empfindet. Nicht schuldvoll ist, was der Mensch in sich - in seinem Innern - als nicht falsch empfindet. Dieses Abwägen in sich ist ein inneres Erlebnis. Es darf sich nicht darauf aufbauen, was ein anderer als gut oder als nicht gut verkündet hat, sondern einzig auf das eigene rechte Empfinden.

Dieser Grundsatz eröffnet für den, der ausweichen will, eine Unzahl von Ausweichmöglichkeiten. Er erlaubt ihm, sich vor sich und anderen in die Ausrede zu flüchten, Kompromisse zu schließen, zu heucheln. Aber der andere Weg, der Weg der Doktrin, die Haltung des Fanatikers, der, gestützt auf Texte und Lehren und die Ordensregeln der Mönchsgemeinde, sich in eine unwirkliche Wirklichkeit flüchtet, ist ebenfalls eine Ausflucht und, wenn man es so ausdrücken will: eine Heuchelei.

Nun lehrt die Erfahrung, daß ein inneres Barometer - nennen wir es Gewissen - uns unmißverständlich immer wieder unseren Standort auf dem Wege zur Vollendung anzeigt. Denn: der letzte Punkt, die höchste Möglichkeit - die Befreiung aus dem Stirb und Werde - ist gegeben. Neben ihm gibt es keine anderen gleichwertigen Möglichkeiten. Folglich gibt es im Letzten, trotz der verschiedenen Varianten des Beginnes, nur ein richtiges ethisches Verhalten, eben den vom Buddha angegebenen Pfad. Die unerbittliche Folgerichtigkeit, die dem Pfade innewohnt, erweist sich als ein Wegweiser, der aller Heuchelei und allem Ausweichen ein Ende macht, wenn der Strebende auch nur etwas von der tatsächlichen Natur der Dinge erfaßt hat. Das nun in uns wirkende Etwas läßt sich nicht zum Schweigen bringen; es sagt uns, ob das, was wir getan oder unterlassen haben, negative oder positive Wellen schlägt oder ob es weder positiv noch negativ wirkt.

Darauf hat der des Pfades Beflissene zu achten, daß und ob sich das Gefühl für Gut und Nichtgut, für Recht und Unrecht in ihm verfeinert. Die dadurch vielleicht entstehenden äußeren und inneren Schwierigkeiten kann er ohne Bedenken in Kauf nehmen; denn die dem rechten Verhalten zugehörende Gerechtigkeit sorgt für den notwendigen Ausgleich auch dann, wenn es anders aussehen sollte. Wir wollen uns hier nicht in Einzelheiten ergehen, nicht verschie-

dene Schwankungen und Schwierigkeiten behandeln, nicht auf den Alltag eingehen, der seine Forderungen stellt und den der Suchende mit seinem eigenen geistigen Standort harmonisch zu verflechten hat, denn diese Fragen stellen sich für jedermann anders und müssen von ihm gelöst werden. Wir wollen nur eindringlich feststellen: Maß ist jeder sich allein; niemand anderer! Und: Je feiner das gewisse Etwas in uns reagiert, desto positiver sieht die geistige Situation aus, desto zielbewußter vollzieht sich der eigene Klärungsvorgang.

Darin offenbart sich die Richtigkeit der Lehre des Buddha, daß sie dem Einzelnen die Eigenkontrolle gibt, ja, daß sie auf dieser Eigenkontrolle bestehen muß im Interesse der Verwirklichung der Befreiung.

Vergessen wir nicht: Die Befreiung aus dem Geschehen erfolgt nicht und nie durch eine fremde Kraft; sie ist immer eine Folge eigener Erkenntnis und eigener Reife, wobei dem Suchenden die in der Welt fortwirkende Erkenntnis vor ihm Vollendeter zufließen, wenn er einmal so weit ist, sie aufzunehmen.

Vorerst aber haben wir es mit dem Wesen zu tun, das sich bemüht, gestützt auf das in ihm wohnende Vertrauen in die Richtigkeit der Lehre des Buddha und - vielleicht - gestärkt durch das Erlebnis einer inneren Schau, zu der ethischen Grundhaltung zu kommen, die es ihm erlaubt, den Pfad der Befreiung zu betreten.

* * *

DEUTSCHE PIONIERE DER LEHRE

Georg G r i m m

(geb. 25.2.1868, gest. 26.8.1945)

Dr. Georg Grimm war über die Philosophie Schopenhauers zur Lehre gekommen. Er hatte Theologie studiert, war dann aber aus Gewissensgründen zur Rechtswissenschaft übergewechselt. Als er aus gesundheitlichen Gründen vorzeitig pensioniert wurde, konnte er sich ganz der Buddhalehre widmen. Zusammen mit K. Seidenstücker gründete er am 20.7.1921 in München eine "Buddhistische Gemeinde für Deutschland", die 1924 in "Loge zu den drei Juwelen" umbenannt wurde. Im Juni 1935 erfolgte eine weitere Umbenennung in "Altbuddhistische Gemeinde" (ABG), die am 18.12.1951 ein e.V. wurde.

Grimm hatte sich einem gründlichen Pali- und Sanskritstudium unterzogen und übersetzte ausgewählte Texte aus dem Pali für Anthologien. Sein grundlegendes Werk "Die Lehre des Buddho, die Religion der Vernunft" war 1915 bei Piper herausgekommen, 1957 erschien als 15. Auflage eine noch vom Verfasser selbst verbesserte, erweiterte Form mit dem neuen Titel "Die Lehre des Buddho, die Religion der Vernunft und der Meditation", die 18. Auflage von 1979 wurde um einen zweiten Anhang erweitert. Einige Werke Georg Grimms wurden ins Englische, Französische bzw. Vietnamesische übersetzt.

Während des nationalsozialistischen Regimes unterlag das Wirken Grimms einer strengen Kontrolle; Bücher wurden konfisziert und verbrannt. 1933 zog Grimm von München nach Utting am Ammersee, wo die ABG noch heute ihren Sitz in seinem Hause hat. Dort starb er am 26.8.1945. An seinem Grabe legten richterliche Kollegen einen Kranz nieder mit der Aufschrift: "Dem mildesten Richter Bayerns".

AKr

Aus:

DAS GLÜCK, DIE BOTSCHAFT DES BUDDHA

von Georg Grimm

Die große Frage, die sich wohl jeder denkende Mensch einmal in seinem Leben vorlegt, ist die Frage: "Welches ist der letzte Zweck, das letzte Ziel all unseres Wirkens? *Warum sind wir auf der Welt?*". So

klar und eindeutig diese Frage ist, so klar und eindeutig müßte natürlich auch die Antwort sein, wenn sie wirklich befriedigen soll. Ist aber eine *solche* Antwort schon einmal gegeben worden? Ja, ein einziges Mal in der ganzen uns bekannten Weltgeschichte. Der diese Antwort gegeben hat, ist der Buddha. Er definiert uns, definiert jedes Wesen in so verblüffend einfacher Weise, wie es eben nur die höchste Genialität vermag: "Wir sind Wesen, die das Glück begehren." Also, nur, weil wir glücklich sein wollen, sind wir auf der Welt - jede andere Antwort ist leeres Gerede. Mit allem, was wir tun oder unterlassen, in allem, was wir denken und planen, suchen wir unser Glück *und sonst nichts*. Ja, wir suchen das ganze, das vollkommene Glück. Dieses vollkommene Glück aber bestünde in der Verwirklichung des uns *absolut* angemessenen Zustandes, also *jenes Zustandes, in welchem in alle Ewigkeit kein Wunsch mehr aufsteigen könnte, daß der Zustand sich ändere, daß ein anderer an seine Stelle trete*. Solange wir dieses absolute Glück nicht erreicht haben, solange sind wir nicht vollkommen zufrieden gestellt, solange finden wir keine Ruhe, finden keinen Frieden, sondern müssen weiter streben, weiter kämpfen jenem Zustande entgegen. Nur wenn wir ihn erreicht hätten, wäre alles Wünschen dauernd in uns erloschen und gäbe es deshalb keine quälende Unruhe mehr in uns. Wir sind also Wesen, die nicht bloß das Glück, sondern das vollkommene, das absolute Glück suchen.
Aber dieses vollkommene Glück ist auf jeden Fall solange unmöglich, als uns noch irgendein *Leiden* bedrückt. Der Mensch mag schlechterdings alles besitzen, was er nur immer sich wünschen mag, beunruhigt ihn auch nur das geringste Leid und bestünde dasselbe auch nur in der Furcht vor künftigem Leiden, so ist er eben deshalb nicht *vollkommen* glücklich. Und so lautet denn auch die vollständige Definition des Buddha: "Wir sind Wesen, die das Glück begehren und das Leiden verabscheuen." (Majjh.-Nik. II)

Nun sehen wir, daß es für jedes Wesen in der Welt Leiden gibt, ja, das Leiden ist die Dominante in jedem Lebenslauf. Eben deshalb betrachtet es jedes Wesen als sein nächstes Ziel, sich von dem Leiden zu befreien, das es bedrückt oder bedroht.

Worin aber besteht das Leiden? Leiden ist durchkreuzter Wille, gehemmtes Wollen. Wir leiden also, wenn ein Wunsch von uns nicht ohne weiteres befriedigt werden kann. Denn ebensolange beunruhigt er uns, und so lange wir beunruhigt sind,so lange leiden wir: "Wo der innere

Friede fehlt, da ist Leiden" (SamN. V). Und weil dem so ist, geht jedes Wesen darin auf, seine Wünsche zu befriedigen. Niemand vermag dauernd die quälende Unruhe eines nicht erfüllten Wunsches zu ertragen.

Wie aber suchen wir unsere Wünsche zu stillen? Wir suchen uns die Projekte zu verschaffen, auf die unsere Wünsche gehen. Unser Leben ist ein unaufhörlicher Kampf um die Güter der Welt. Der eine sucht dieses Objekt, der andere jenes. Der Sinn des einen steht nach Weib und Kind, der des andern nach Geld und Gut, ein Dritter giert nach Ehre und Ruhm, ein Vierter will alles miteinander: Weib und Kind, Geld und Gut, Ehre und Ruhm.+) Aber es ist unmöglich, die Wünsche auf diese Weise zu befriedigen. Denn niemand vermag sich alle Objekte, auf die seine Wünsche gerichtet sind, zu verschaffen, und sogar wenn dies gelänge, wäre damit das Leiden doch nicht behoben. Denn alle Dinge der Welt sind *vergänglich*, d.h. sie müssen uns oder wir ihnen wieder entschwinden. Dieses Leid der Vergänglichkeit ist also naturnotwendig mit allem Erdendasein, ja, mit allem Weltendasein verknüpft. Denn in der Welt sein heißt einen Raum einnehmen. Was aber einen Raum einnimmt, ist materiell. Das Wesen der Materie aber,und zwar aller Materie, auch der verfeinertsten und vergeistigsten in eventuellen Licht- oder Himmelswelten, besteht in unaufhörlicher Veränderung, also eben in der Vergänglichkeit. Erde ist überall Erde, Wasser überall Wasser, Feuer überall Feuer, Luft überall Luft, sei es hier auf unserer Erde oder in einer beliebigen anderen wirklichen oder geträumten Welt.

So ist es also schlechterdings unmöglich, daß es auch nur *ein* Wesen im gesamten Universum geben könnte, das durch die Erreichung der Objekte seiner Wünsche die restlose Vernichtung des Leidens erreichen könnte. Damit ist es dann aber schon aus diesem Grunde unmöglich, daß all die zahllosen Weltsysteme, die sich dem forschenden Geiste erschließen, auch nur ein einziges Wesen *vollkommen* glücklich machen könnten. Somit ist es geradezu ein Axiom, daß, wer das Glück in der Befriedigung seiner Wünsche sucht, es auf *falschem* Wege sucht.

+) Jede Freude ist nur die Freude darüber, daß ein Wunsch befriedigt wird oder ist. Diese Freude hält genau so lange an, als der Wunsch durch den Besitz des Objekts niedergehalten wird. Wenn der Wunsch selbst erlischt, dann schwindet auch die Freude an dem Objekte, das den Wunsch befriedigte. So ist also unser Planen und Arbeiten nie Selbstzweck, sondern immer nur Mittel, einen Wunsch zu stillen bzw. die endlich erreichte Stillung aufrecht zu erhalten, sie zu einer dauernden zu machen.

Andererseits aber steht mit der gleichen axiomatischen Gewißheit fest, daß es eine Möglichkeit geben müsse, die Ursehnsucht jedes Menschenherzens, ja, jedes Wesens überhaupt, nach einem ihm *absolut* angemessenen Zustande, also eben nach dem vollkommenen Glück, zu befriedigen. Denn die Natur arbeitet in der Linie des geringsten Widerstandes, schafft also insbesondere auch keine Bedürfnisse, für die es kein Mittel zur Abhilfe gibt. Also muß erst recht die Erfüllung der mächtigsten, im Grunde einzigen Sehnsucht aller Wesen nach einem ihnen absolut angemessenen Zustande möglich sein: sie hätten diese Sehnsucht gar nicht, wenn sie unerfüllbar wäre. Wenn *wir* den Weg zu diesem Idealzustande noch nicht gefunden haben, so liegt das nur an unserer eigenen Erbärmlichkeit, nicht an der objektiven Wirklichkeit. Ja, für den, der den gemeinhin begangenen Weg zum Glück, nämlich den der Willens*befriedigung*, als einen Irrweg erkannt hat, eröffnet sich der richtige Weg ganz von selber. Dieser muß, wie wir bereits gesehen haben, naturnotwendig über die Leidfreiheit gehen: Wo noch irgendein Leid empfunden wird oder auch nur empfunden werden kann, da ist nicht das ganze Glück. Mithin muß man jenseits *alles* Leidens gekommen sein, um überhaupt erst den Platz für das Glück frei zu machen. Auch das ist doch wohl eine Binsenwahrheit. Nun ist jedes Leiden nichts weiter als der Schmerz, der aus der Nichtbefriedigung eines Wunsches, der Durchkreuzung eines Wollens erwächst. Mithin kann alles Leiden am einfachsten und radikalsten dadurch vernichtet werden, *daß man die Wünsche, das Wollen selbst vernichtet*. Ja, diese Art von Leidensvernichtung ist die einzige überhaupt mögliche; denn nur so wird die *Quelle* des Leidens verstopft. Somit steht weiterhin, und zwar abermals mit axiomatischer Gewißheit, fest, daß der Weg zum vollkommenen Glück über vollkommene Wunschlosigkeit gehen muß und daß man eben deshalb auch dem wahren Glücke um so näher kommt, je wunschloser und deshalb leidfreier man wird.

In dieser Richtung haben denn auch die Weisen des Menschengeschlechtes von jeher gedacht und *gehandelt*. ...

+ + +

L I T E R A T U R

Die Lehre Buddhas
4. bearb. Auflage, Tokyo 1984, 307 S.

Endlich ist dieses wichtige Werk nun auch verstärkt in deutscher Fassung greifbar. Es wird herausgebracht und vertrieben von Bukkyo Dendo Kyokai (Buddhist Promoting Foundation, d.h.Gesellschaft zur Förderung des Buddhismus) in Tokyo und ist eine Gründung des japanischen Unternehmers Y. Numata, der einen Großteil der Gewinne aus seiner Meßgeräte-Firma in die Verbreitung der Buddha-Lehre steckt. Diese Gesellschaft, die neuerdings auch in Düsseldorf eine europäische Filiale errichtet hat, hat es sich u.a. zur Aufgabe gemacht, das Buch "Die Lehre Buddhas" in vielen Hotels als Alternativ-Angebot zur christlichen Bibel oder zu entsprechenden Sektiererschriften auslegen zu lassen. So konnte auch der Rez. selber 1980 in einem großen Frankfurter Hotel die Bekanntschaft mit einer großen Bukkyo-Dendo-Kyokai-Delegation machen, die aus Mönchen und Laien, an ihrer Spitze der Ehrw. Taido Matsubara, bestand. Das Buch selber ist ein eindrucksvoller Sammelband, der Übersetzungen von Texten der verschiedenen buddhistischen Schulen und Lehren aus verschiedenen Zeiten umfaßt. Besonders gelobt werden muß dabei die unparteiische Ausgewogenheit der Textauswahl. Denn diese bringt sowohl Texte des südlichen wie des nördlichen Buddhismus in etwa gleicher Anzahl. Der Inhalt gliedert sich in die Kapitel: Buddha - Dharma - Der Weg der Übung - Die Brüderlichkeit. Reichhaltige Quellennachweise und Anhänge machen das Werk sehr brauchbar. Noch brauchbarer wäre es, wenn auch die öfters vorhandenen Druckfehler ausgemerzt würden. Gleichwohl eine sehr empfehlenswerte Lektüre, die auch in der BGH-Bibliothek vorhanden ist.

Willfred Hartig

B E R I C H T E

DEUTSCHE BUDDHISTISCHE UNION - Jahrestagung 1986

Die 30. Jahrestagung der Deutschen Buddhistischen Union (DBU) fand vom 25.-27. April 1986 in München statt. Um den zeitlichen und finanziellen Aufwand so klein wie möglich zu halten, wurde die Tagung mit Vorstandsbesprechungen und Ratssitzungen der "Buddhistischen Religionsgemeinschaft in Deutschland" (BRG) zusammengelegt. So trafen

sich am Freitag, 25.4., vormittags der Geschäftsführende Vorstand der BRG, am frühen Nachmittag der Vorstand der DBU und anschließend die Mitglieder des Buddhistischen Rates der BRG. Am Abendessen und anschließendem Gespräch nahmen dann alle Delegierten gemeinsam teil. Der Samstagmorgen begann mit einer Puja, gestaltet von der "Gesellschaft für Japanische Schulungswege", woran sich der 2. Teil der Ratssitzung anschloß. Nach dem Mittagessen war der ganze Nachmittag der Jahrestagung der DBU gewidmet. Sie wurde eingeleitet mit einer Puja der "Dhamma Gemeinschaft München".

Nach seiner Begrüßung der Delegierten gab der Vorsitzende der DBU, Herr Karl Schmied, einen Überblick über die Tätigkeiten der letzten 2 Jahre. Das Hauptgewicht hatte in dieser Zeit auf der Bemühung um die Erlangung des Status einer "Körperschaft des öffentlichen Rechts" für den Buddhismus in Deutschland gelegen. Hierzu war die Gründung einer "Buddhistischen Religionsgemeinschaft in Deutschland" notwendig gewesen, die nur aus Einzelmitgliedern besteht. Die Gründung erfolgte nach umfangreichen Vorarbeiten am 27.9.1985 in Hamburg (s.BM 7/8-1985, S.171 u.11-1985,S.246). Die bisherige Entwicklung der BRG und seine Gedanken über die weitere Gestaltung hatte Karl Schmied schriftlich niedergelegt. Sie wurden in der Zeitschrift "Der Kreis", 4.Quartal 85, und in den BM 4-1985, S.92, veröffentlicht. - In der DBU-Schriftenreihe sind u.a. erschienen: die Neuauflage der "Chronik des Buddhismus in Deutschland", ein Literatur- und ein Adressenverzeichnis der buddhistischen Gemeinschaften und Gruppen sowie Berichte über die verschiedenen Kongresse und Tagungen. - Die internationalen Kontakte - WFB (s.BM 12-1984,S.271) und BUE (s.BM 12-1985,S.269) - wurden weiter gepflegt.

Auf die Kurzberichte der Mitgliedsgemeinschaften mußte aus Zeitmangel verzichtet werden. Nur die 4 Gemeinschaften, die einen Antrag um Aufnahme in die DBU gestellt hatten, stellten sich vor. Sie wurden daraufhin einstimmig aufgenommen, so daß die DBU jetzt 20 Mitgliedsgemeinschaften umfaßt.

Bei der Neuwahl des Vorstandes wurden Karl Schmied als Vorsitzender und Sylvia Wetzel als seine Vertreterin wiedergewählt.

Eine längere Zeit nahm die Diskussion über eine gesamtdeutsche Zeitschrift ein. Es besteht schon lange der Wunsch, über die bestehenden deutschen Publikationen hinaus, die mehr oder weniger Organe der herausgebenden Gemeinschaften sind, eine gesamtdeutsche Zeitschrift herauszugeben. Doch immer wieder zeigte es sich, daß eine Neugründung zu

schwierig und zu aufwendig wäre. Nun bietet sich eine Zusammenarbeit mit dem "Bodhibaum" an. Dieser wurde bisher vom "Buddhistischen Kultur- und Meditationszentrum Scheibbs" herausgegeben, die meisten Exemplare gingen jedoch in die BRD. Da sowieso ein Redaktionswechsel stattfindet, wäre der Zeitpunkt jetzt günstig. Vorverhandlungen haben bereits stattgefunden.

Am Abend wurden die Teilnehmer durch Vorführungen von in der BRD lebenden asiatischen Volksgruppen erfreut. Mit einer Teezeremonie am Sonntagvormittag fand die Tagung ihren Ausklang. Es soll besonders erwähnt werden, daß die Tage trotz mancher schwierigen Besprechungen in voller Harmonie verliefen, was bei einer so großen Zahl von Teilnehmern, die verschiedenen Lehrrichtungen angehören, nicht unbedingt vorausgesetzt werden kann.

(Anmerkung: Sollten wichtige Punkte der Tagung nicht genannt sein, so liegt das daran, daß dieser Bericht aus dem Gedächtnis erstellt wurde, da mir kein Protokoll vorliegt.)

M. Glashoff

+

"Ein erhobener Finger - Mit Heidegger unterwegs zum Zen".

So lautet der vielsagende Titel eines Vortrags, gehalten von der japanischen Philosophin Yoshiko Oshima am 20.2.1986 im Rahmen der Japan-Woche (14.-23.2.86) im Kammermusiksaal des Kongreßzentrums Heidelberg. Dieser Vortrag war vermutlich das überragende geistige Ereignis der Heidelberger Japan-Woche, das in seinem Niveau alle anderen Veranstaltungen weit hinter sich ließ. Die Zuhörer wurden Zeugen des seltenen und faszinierenden Versuchs, fernöstliches Meditieren (Zen-Buddhismus) und abendländisches Denken (Existenzial-Ontologie) aufeinander zugehen zu lassen und zur gegenseitigen Durchdringung (Existenzial-Buddhismus) zu bringen. Worum ging es konkret in diesem Vortrag? Die Referentin legte ihren Ausführungen eine Anekdote über den Roshi Gutei zugrunde, einen berühmten Meister der "Ein-Finger-Zen"-Schule. Ein junger Schüler ahmte den Meister nach, indem auch er einen Finger erhob, wenn es um Aussagen über das Wesen des Zen ging. Einmal ertappte Meister Gutei ihn dabei, schnitt ihm blitzschnell den Finger ab und verhalf ihm dadurch augenblicklich zur Erleuchtung (Satori). Anhand dreier Leitfragen versuchte sodann die Sprecherin, den Sinn dieses Ereignisses zu erhellen: 1. Warum erhob Meister Gutei immer

einen Finger, wenn er etwas über Zen gefragt wurde? 2. Warum schnitt er dem Jungen, der ihn nachahmte, seinen erhobenen Finger ab? 3. Wie erreichte der Junge die Erleuchtung, als er seinen Finger, der nicht mehr da war, erheben wollte? Die Philosophin zog nun das Denken Martin Heideggers (1889-1976) gleichsam als Katalysator heran, um den Zuhörern die Botschaft des Zen zu übermitteln. Was dabei herauskam, war eine brillante phänomenologische Explikation von "Finger", "Nicht-Finger" und "Fingerheit", immer im Hinblick auf die Frage nach dem Sein und der Sprache. Also keine verschwommene Mystik, sondern Struktur-Analyse, der es um d a s Phänomen ging, das "in seinem Nichterscheinen dem Erscheinenden das Erscheinen ermöglicht" (Heidegger).
Und was ist nun Zen? Was ist die absolute Wahrheit? Antwort: Das stille Hochheben eines Fingers... Es ist jener verweisende ontologische "Fingerzeig", der bisher Verborgenes aufzeigt und in seiner genuinen Entdecktheit sehen läßt.
Die 240 Zuhörer waren auch äußerlich ein Anzeichen für das lebendige Interesse und die hochgespannten Erwartungen, die diesem Vortrag der japanischen Denkerin entgegengebracht wurden. Eine zweistündige Diskussion im kleinen Kreis im Restaurant des Kurpfälzischen Museums schloß diesen denkerisch so ergiebigen Abend ab.

Willfred Hartig

+++

M I T T E I L U N G E N

Ferien im Appenzell

In den BM Nr.4-1986 kündigten wir eine Wander- und Meditationsfreizeit im "Haus der Besinnung" in Dicken (Schweiz) an. Wie wir von Herrn Dr. Neumeyer, dem Initiator dieser Reise, erfahren, sind noch einige Plätz frei. Hier noch einmal Einzelheiten in kürze:

"Im Haus der Besinnung in Dicken (ca. 20 km südwestlich von St.Gallen) besteht für wanderfreudige Freunde vom 31. August bis zum 15. Septembe 1986 (und auch länger) die Möglichkeit, in 6 Einzelzimmern oder in je einem Zwei-, Drei- oder Vierbettzimmer zu übernachten. Selbstverpflegun Hausbeitrag pro Tag etwa 15 DM."

Weitere Informationen: Dr.med.G.Neumeyer, montags und donnerstags Tel.040/8903650, und Christiane Eberle, Buddh.Gesellschaft Hamburg e.V Beisserstr. 23, 2000 Hamburg 63.

+++

BUDDHISTISCHE GESELLSCHAFT HAMBURG E.V.
Beisserstraße 23, 2000 Hamburg 63
Tel. 040 / 631 36 96. Sprechzeiten: in der Regel
dienstags, mittwochs, donnerstags 18.30 - 19.30

Veranstaltungen im J u l i 1986

donnerstags	20.00	)Zen-Gruppe um Prabhasa)Dharma Roshi
freitags	19.00	)Klassischer Yoga (nach)Patanjali). Übungen sowie)etwas philosophischer Hinter-)grund mit Hella Naura)9 Abende im Juli und August,)beginnend am 04.07.86
Freitag, 25.07.	19.00 - 21.00	)"Sensory Awareness" mit)Elisabeth Barth. Sanfte,)fließende Bewegungen, Konzen-)tration auf Körper und Geist,)Atmung und Entspannung, Selbst-)und Partnermassage helfen uns,)eine Ebene von Bewußtheit zu)erreichen, die in vollständiger)Harmonie mit uns selbst und der)äußeren Welt ist.)Bitte in der Geschäftsstelle)anmelden.
Samstag, 26.07.	9.00 - 21.00	
Sonntag, 27.07.	9.00 - 17.00	

Weitere Veranstaltungen in unserem Hause:

Samstag, 05.07.	13.30 - 18.00	)"Führungen ins Unbewußte" für)"Anfänger" mit Klaus Lange.)Tel. 491 75 37. Das Seminar)ist schon voll.
Sonntag, 06.07.	10.00 - 17.00	
Samstag, 19.07.	13.30 - 18.00	)"Führungen ins Unbewußte" für)"Fortgeschrittene" mit Klaus)Lange. Tel. 491 75 37. Das Se-)minar ist schon voll.
Sonntag, 20.07.	10.00 - 17.00	
mittwochs	19.30 - 22.15	)"Führungen ins Unbewußte.")Jeweils zwei Abende aufbauend)auf die Wochenenden.
Sonntag, 13.07.	9.00 - 15.00	)Zen der Zen-Arbeitsgemeinschaft)e. V. Anmeldung und Auskunft:)Tel. 603 49 42 oder 644 53 91)(18.00 - 21.00 Uhr)

ZENDO, Za-Zen-Kreis um Taisen Deshimaru Roshi. Anmeldung und Auskunft bei Michael André, Adlerhorst 9, 2359 Henstedt-Ulzburg, Tel. 04193 / 58 51
Seminargebühren bitte in der Geschäftsstelle erfragen.

BUDDHISTISCHE GESELLSCHAFT HAMBURG E.V.
Beisserstraße 23, 2000 Hamburg 63
Tel. 040 / 631 36 96. Sprechzeiten: in der Regel
dienstags, mittwochs, donnerstags 18.30 - 19.30

Veranstaltungen im A u g u s t 1986

donnerstags	20.00	)Zen-Gruppe um Prabhasa)Dharma Roshi (nicht am 28.08.)
freitags	19.30	)Klassischer Yoga (nach)Patanjali) mit Hella Naura
Donnerstag, 28.08.	20.00	)Rundgespräch mit dem Indologen)Prof. Werner, London.) (in deutscher Sprache)

Weitere Veranstaltungen in unserem Hause:

Samstag, 02.08. Sonntag, 03.08.	13.30 - 18.00 10.00 - 17.00	)"Führungen ins Unbewußte" für)"Anfänger" mit Klaus Lange.)Tel. 491 75 37. Das Seminar)ist schon voll.
Samstag, 16.08. Sonntag, 17.08.	13.30 - 18.00 10.00 - 17.00	)"Führungen ins Unbewußte" für)"Fortgeschrittene" mit Klaus)Lange. Tel. 491 75 37. Das Se-)minar ist schon voll.
mittwochs	19.30 - 22.15	)"Führungen ins Unbewußte.")Jeweils zwei Abende aufbauend)auf die Wochenenden.
Sonntag, 10.08.	9.00 - 15.00	)Zen der Zen-Arbeitsgemeinschaft)e. V. Anmeldung und Auskunft:)Tel. 603 49 42 oder 644 53 91)(18.00 - 21.00 Uhr)
Samstag, 30.08. Sonntag, 31.08.	10.00 - 17.00 10.00 - 17.00	)"Naturgemäße Atem- u. Bewegungs-)therapie" mit dem Heilpraktiker)Herbert Milas.)Tel. 632 28 28 oder 738 25 13

ZENDO, Za-Zen-Kreis um Taisen Deshimaru Roshi. Anmeldung und Auskunft bei Michael André, Adlerhorst 9, 2359 Henstedt-Ulzburg, Tel. 04193 / 58 51
Seminargebühren bitte in der Geschäftsstelle erfragen.

BUDDHISTISCHE GESELLSCHAFT BERLIN E.V.
Wulffstraße 6, Parterre, links, 1000 Berlin 41
Tel. 404 38 38 (Dr. Angermann, Vorsitzender)
Tel. 792 85 50 (Wulffstraße 6, Geschäftsstelle)

Veranstaltungen in Berlin im J u l i / A u g u s t 1986

Juni / Juli	)Roshi Nagaya, Japan.)Genaues Datum bitte auf)unserem Anrufbeantwor-)ter abhören.
15./16. August	)Dr. Alexander Berzin)"Methoden von Sutra)und Tantra" (Seminar-)gebühren bitte bei der)BGB erfragen).

Im Juli/August keine weiteren Veranstaltungen, da Ferien.

Über weitere Veranstaltungen in Berlin bitten wir, bei folgenden Anschriften direkt nachzufragen:

Buddhistisches Haus Berlin - Frohnau 1 / 28, Edelhofdamm 54,
Tel. 401 55 80

HO UN DO (Soto Zendo)
Auskunft: Zen Vereinigung Berlin e. V.
Rheinstraße 45, 1000 Berlin 41
Tel. 030/851 20 73 Mo. - Fr. 17.00 - 19.00 Uhr

Za-Zen-Tempel-Taisen Deshimaru Roshi, Auskunft erteilt:
Frau Collmann, Kalckreuthstraße 3, 1/30, Tel. 213 65 55

Buddhistische Gemeinde Berlin AMM, Auskunft erteilt:
Tel. 030 / 681 65 64

Karma Tengyal Ling e. V. - Buddh. Zentrum der Karma-Kagyü-Schule,
Albertstraße 10, 1000 Berlin 62, Tel. 7827359

Bremer Veranstaltung:

Z E N - K R E I S Bremen e. V.

2800 Bremen, Fesenfeld 126, Tel. 0421/74776 ab 18.00 Uhr
(W. D. Nolting)
Za-Zen jeden Dienstag von 20.00 - 22.00 Uhr
und jeden zweiten Sonntag im Monat