

Grundlagen des Buddhismus

—

Die Vier Edlen Wahrheiten

Francis Story

NUR ZUR FREIEN VERTEILUNG

Die Erstellung dieses Textes wurde durch Spenden finanziert. Er darf nicht kommerziell vermarktet werden.

Sabba dānaṃ dhammadānaṃ jīnati

Das Geschenk des Dhamma übertrifft jedes andere Geschenk

Titel des englischen Originals: "Foundations of Buddhism – The Four Noble Truths"

Autor: Francis Story

Buddhist Publication Society (BPS), Kandy, Sri Lanka

The Wheel Publication No. 34/35

1961, 4th printing 1983

Aus dem Englischen übersetzt von Wolfgang Neufing

Deutsche Übersetzung erfolgte mit freundlicher Genehmigung der BPS.

Alle Rechte der deutschen Ausgabe liegen bei www.dhamma-dana.de der Buddhistischen Gesellschaft München e.V.

2019

Druck: digital business and printing GmbH (Berlin)

Kontakt/Bestellungen: bgm@buddhismus-muenchen.de

Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammāsambuddhassa

Verehrung dem Erhabenen, dem Befreiten, dem vollkommenen Erwachten

Durch Gehen kannst du weder das Ende der Welt erreichen,
Noch dich vom Leiden befreien.
Aber wahrlich, wer mit tiefer Weisheit
Die Welt recht sieht, der hat es erreicht.
Wer edel gelebt hat, erkennt mit klarem Geist
Das Ende der Runde des Lebens
In dieser Welt und den anderen.

Samyutta Nikāya, 1. 87

Inhalt

Anmerkungen zur Übersetzung	6
Die Vier Edlen Wahrheiten	7
Dukkha Ariya Sacca	
Die Edle Wahrheit vom Leiden	26
Dukkha Samudaya Ariya Sacca	
Die Edle Wahrheit von der Ursache des Leidens	47
Dukkha Nirodha Ariya Sacca	
Die Edle Wahrheit vom Beenden des Leidens	73
Dukkha Nirodha Gāmini Paṭipadā Ariya Sacca	
Die Edle Wahrheit vom Weg zum Beenden des Leidens..	85
Dhamma-Dana Projekt der BGM	101

Anmerkungen zur Übersetzung

Ich danke Herrn Alfred Weil für alles, was ich von ihm gelernt habe. Weiter danke ich Herrn Jürgen Sowa für seine Unterstützung und Herrn Manfred Wiesberger für sein ausführliches Feedback. Mein besonderer Dank gilt indes meiner Frau Annette.

Meine Ergänzungen sind mit [...] gekennzeichnet.

Wolfgang Neufing

Die Vier Edlen Wahrheiten

Die Menschheit hat lange nachgedacht und debattiert und versucht, eine Antwort auf das Mysterium der Existenz zu finden. So viele erstklassige Köpfe haben sich dieser Aufgabe gewidmet; wenn das Problem rein intellektuell lösbar wäre, hätten wir sicherlich schon vor vielen Jahrhunderten den endgültigen Bauplan unseres Seins in Händen gehalten, jenseits allen Zweifels und aller Vermutungen. Schon lange standen bestimmte Fragen im Raum, zum Beispiel „Was ist Leben? Wie ist es entstanden? Hat es einen Zweck und wenn ja, welchen?“ Und von der Zeit an, als die prähistorische Mythen verschmolzen in dem Versuch, diese Fragen rational zu erklären, haben sie die Fantasie verfolgt; für die meisten Menschen bleiben sie jedoch immer noch unbeantwortet. Die Vernunft bietet ein breites Spektrum ausgeklügelter Möglichkeiten an, von den Spekulationen der Eleaten^[1] bis hin zu den differenzierteren Theorien der modernen Epiphänomenalisten^[2]. Aber sie hat bisher keine ver-

¹ [Die Eleaten stellten eine der ältesten philosophischen Schulen der griechischen Antike dar. Parmenides aus Elea gilt als Hauptvertreter dieser monistischen Lehre, in der ein einziges, unveränderliches Sein postuliert wird. (Wikipedia)]

² [Der Grundgedanke ist hier, dass das Verhältnis von Geist und Materie wie eine Einbahnstraße zu denken ist: Die Materie wirkt auf den immateriellen Geist, aber nicht umgekehrt. (Wikipedia)]

nünftige Erklärung geliefert, die sich nicht ebenso vernünftigen Einwänden gegenüber sieht. Und während die Vernunft also versagt hat, hat sich ihre Alternative, die übernatürliche Offenbarung, als widersprüchlich und nicht schlüssig erwiesen und eine noch schlimmere Niederlage erlitten. Ihr historisches Gewicht wiegt trotzdem schwer und zwar wegen des katastrophalen Einflusses, den sie oft in menschlichen Angelegenheiten ausgeübt hat. Die privaten Offenbarungen der Mystiker können aufgrund ihrer ausschließlich subjektiven Natur niemals mehr als einen unsicheren Halt für den Glauben derer bieten, die sie nicht direkt geteilt haben, und ein zweifelhafter Glaube ist der Vater des Fanatismus.

Die Aufzeichnung des spekulativen Denkens des Menschen im Laufe der Jahrhunderte ähnelt einem Labyrinth von Spuren in einer grenzenlosen Wüste. Die Spuren können anhand ihrer Eigenschaften identifiziert werden. Es sind die Spuren der Religion und der Philosophie und viele davon werden von den neueren Spuren der Wissenschaft getilgt.

Die Spuren der Religion verlaufen meistens im Kreis. Beginnend als Mythos, setzen sie sich fort als verhärtete Dogmen und führen so in endloser Wiederholung über denselben Boden. Andere Spuren wandern ziellos dahin, durch neue Theorien, neue Entdeckungen und neue Kon-

takte in diese oder jene Richtung gezogen, ihr Pfad ist variabel wie der Wind. Dies sind die Spuren der Philosophie, die Abdrücke des unruhigen, forschenden Geistes des Menschen – ein Geist, der trotz seines Mutes und seiner Abenteuerlust immer nur das gleiche alte Material zur Verfügung hat. Er erreicht niemals ein Ende damit, alte Ideen in unendlichen Abwandlungen miteinander zu kombinieren, um zu versuchen, das Unvereinbare miteinander in Einklang zu bringen. Dann, all diese überlagernd, finden sich die Spuren des wissenschaftlichen Denkens, das in zunehmendem Maße in die Philosophie eingedrungen ist, aber gleichzeitig jegliches Mühen um letztendliche Fragen oder um Fragen des Wertes oder Zweckes verhindert.

Immer wieder haben sich die älteren Spuren von Philosophie und Religion gekreuzt und dort, wo sie sich begegneten, gab es häufig Streit. Zu oft findet sich Blut im Sand der Geschichte.

So ist es immer gewesen, seit der Mensch sich zu einem Tier mit abstrakten Denkvermögen entwickelt hat. Nun sind wir in eine Phase eingetreten, in der das Übernatürliche fast ausschließlich der wissenschaftlichen Erkenntnis gewichen ist und die Herangehensweise an das Problem etwas anders ist. Doch die Wissenschaft hat uns den Antworten nicht näher gebracht. Die Spuren des Denkens sind noch unschlüssig, ihr Anfang ist ein Mysterium, ihr Ende ein Fra-

gezeichen. Das heutige Wissen mit seiner beispiellosen Anhäufung von Fakten über das physikalische Universum und die Konstitution lebender Organismen hat Philosophen mit einem riesigen Vorrat an neuem Material versorgt, das zu berücksichtigen wäre. Bislang hat dies jedoch nur dazu geführt, dass der Geist mehr bekommen hat, als er verkraften kann. Das große Bild wurde nicht klar, stattdessen ist die Leinwand übervoll. Die verschiedenen spezialisierten Wissenszweige miteinander in Einklang zu bringen, ist eine gewaltige Aufgabe, die durch die Unsicherheiten eines jeden einzelnen Bereichs noch komplizierter wird. Der Nichtfachmann ist selten in der Lage, in den wissenschaftlichen Disziplinen die Theorie von den etablierten Tatsachen zu trennen und dies gilt insbesondere für diejenigen Fächer, die sich auf die Lebensprozesse beziehen, wie etwa die Genetik und die Biochemie, und daher am bedeutsamsten für die Fragestellung sind.

Darüber hinaus scheinen die Fakten, die die Wissenschaft vorlegt, oft zu entgegengesetzten Schlussfolgerungen zu führen. Trotz der großen Fortschritte, die in der Physik gemacht wurden, arbeitet die Technologie noch weitgehend mit Faktoren, die weder vollständig verstanden noch zufriedenstellend definiert wurden. Man hat zum Beispiel bestimmte Strahlungen entdeckt, die die Grundstruktur des Universums bilden und sowohl als Wellen als auch als Teilchen aufzutreten scheinen, obwohl sie aus logischer Sicht

nicht beides gleichzeitig sein können. Es ist nicht einmal sicher, ob der Ausdruck „gleichzeitig“ eine Bedeutung hat in einem Universum, in dem Ereignisse kaum als simultan bezeichnet werden können. Und wo ein Stern, aus einer Entfernung von vielen tausend Lichtjahren gesehen, nichts weiter sein könnte als ein Gespenst von etwas, das aufgehört hat zu existieren, bevor der Mensch auf der Erde erschien. Die Erweiterung des Wissens führt leicht dazu, uns von der scheinbaren Sicherheit empirischer Fakten zu entfernen, und in vielerlei Hinsicht wurde die Natur des Denkens selbst in Frage gestellt.

Manche Menschen hegen die Hoffnung, wir seien in nicht allzu ferner Zukunft in der Lage, endgültige Antworten auf Fragen zu finden, die die Menschheit seit Generationen quälen, einfach dadurch, dass wir alle bedeutsamen Daten in einen Computer einspeisen. Diese Hoffnung basiert jedoch auf zwei sehr großen Annahmen:

Erstens, dass schließlich alle erforderlichen Daten verfügbar sind und zweitens, dass der Mensch eine Maschine entwickeln kann, die fähiger ist als sein Schöpfer.

Bis heute konnte der fortschrittlichste elektronische Computer auf dem Gebiet der Mathematik nicht mehr leisten als der menschliche Geist. Es geht nur schneller. Auch das ist nicht wirklich neu; es gab außergewöhnliche Men-

schen, die Wurzeln mit derselben Geschwindigkeit und Genauigkeit ziehen konnten. Wenn man eine neue und grundsätzlich andere Denkweise benötigt, muss man diese anderswo suchen als bei den Computern.

Bedeutet das, dass wir niemals mehr über die letzten Dinge wissen werden als heute? Die Schlussfolgerungen, zu denen die Wissenschaft derzeit neigt, sind im Hinblick auf die älteren Überzeugungen hauptsächlich negativ. Sie sagen uns, was nicht mehr glaubwürdig ist, schlagen aber keine Alternativen vor und ermutigen nicht zu positiven Schlussfolgerungen.

Auf der Suche nach der Wahrheit trägt die Wissenschaft jedoch etwas von größerem Wert bei als die Fakten, die sie liefert. Sie bietet eine Untersuchungsmethode, ein diszipliniertes Nutzen der vorliegenden Fakten, die produktiver ist als das Streben nach zufälligen Theorien. Es gibt eine Methode, mit der die Erfahrungsdaten, egal wie begrenzt sie auch sein mögen, zum Ausgangspunkt für eine Reise in unbekanntes Gebiet genommen werden können; mit der aus einigen beobachteten Tatsachen ein allgemeiner Grundsatz abgeleitet werden kann. Ein wichtiger Teil dieser Methode ist die Bereitschaft, eine Theorie zu verwerfen, wenn beobachtete Phänomene nicht mit ihr übereinstimmen. Diese bilderstürmerische Funktion der Wissenschaft weist auf eine Wahrheit von höchster Bedeutung hin: Bei der Suche nach der Realität ist nicht das Sammeln und

Tabellieren von Fakten das Wesentliche, sondern das Verständnis dieser Fakten in ihrer wahren Beziehung zueinander. Und genauso wesentlich ist das vorläufige Abstreifen bisher akzeptierter Ideen, bis uns nichts anderes mehr bleibt als die nackten Knochen der Erfahrung, aber einer Erfahrung der grundlegendsten und universellsten Art. Die Wissenschaft arbeitet zwar mit Theorien, ist aber bereit, sie aufzugeben, wenn sie falsifiziert werden; sie erstellt keine Modellkosmologien aus ausgewählten Materialien.

Diese Methode hat alles geliefert, was aus unserem Wissen über das physikalische Universum abgeleitet wurde. Sie ist das einzig nutzbringende Verfahren, wenn wir unser Verständnis der Welt über die unmittelbare Sinneswahrnehmung hinaus erweitern möchten. Und in Richtung einer solchen Ausdehnung wenden sich nun die psychologischen Wissenschaften. Es wird zunehmend anerkannt, dass die Welt der äußeren Erscheinungen nur ein Teil der gesamten menschlichen Erfahrung ist – und keineswegs der wichtigste Teil. Was in uns selbst, in unseren psychologischen Reaktionen und Motivationen und auch auf den intuitiven Ebenen des Geistes vorgeht, wird genauso geprüft wie die objektiven Merkmale des Universums. Zum ersten Mal untersuchen Wissenschaftler ernsthaft die mentalen Prozesse, seien sie bewusst oder unbewusst. Und so widmen sie den paranormalen Aspekten des Geistes die gleiche Aufmerksamkeit, zum Beispiel den Phänomenen Telepathie, Hellsehen

und der Erinnerung an frühere Leben. Daraus kann sich ein völlig neuer Ansatz für das Problem des Seins entwickeln.

Ein neuer Ansatz, das heißt, ein neuer Ansatz für den Westen. Aber nichts in der Geisteswissenschaft oder in der Philosophie ist wirklich neu. Bereits mehr als sechshundert Jahren vor Christus hatten die Spuren spekulativen Denkens in Indien ein Stadium höchster Komplexität erreicht. Dort finden wir die vertrauten Argumente des Mystizismus gegen den Rationalismus, wir finden den Empirismus, den Pragmatismus, den logischen Positivismus, die gegensätzlichen Ansichten von „Ewigkeitsglaube“ und „Vernichtungsglaube“ und so viele dazwischen stehende Lehren, dass man sicher sagen kann, dass spätere Philosophen nichts mehr produzierten, was kein Duplikat oder keine Variante des einen oder anderen aus dieser Zeit war. Wenn wir die zweiundsechzig *ditṭhi* oder Theorien über die Natur des Lebens und des Universums untersuchen, die zur Zeit des Gotama Buddha aktuell waren und von ihm im Brahmajāla Sutta des Dīgha Nikāya beschrieben wurden, finden wir dort die Samen aller späteren Gedanken, den Archetyp jeder Idee, die zwischen Plotin und Kierkegaard in der Philosophie aufgetaucht ist. Einige von ihnen sind die Lehren etablierter Schulen, die lange vor der Geburt des Buddha existierten. Das geht aus den Berichten der eigenen Suche des Buddha nach dem Erwachen hervor, denn nach dem Verzicht auf die Welt

begab sich der Prinz-Asket Siddhattha zuerst zu zwei Lehrern aus zwei der vielen Sekten, die bereits das ultimative Wissen beanspruchten. Diese Lehrer, Ālāra Kālāma und Uddaka Rāmaputta, waren keine Logiker, sondern Vertreter des Yoga. Als solche hatten sie ihre Philosophie, aber ihre endgültige Rechtfertigung liegt mehr im subjektiven Bereich, in einer verstärkten Wahrnehmung außerhalb des formalen Denkens. Durch das Praktizieren der *jhāna*, der geistigen Vertiefungen, war es ihnen tatsächlich gelungen, das Bewusstsein auf eine höhere Ebene zu erheben.

So groß die Errungenschaften dieser beiden hervorragenden Yogis auch waren, der asketische Gotama fand mit ihren Systemen nicht das volle Erwachen. Er erreichte es auch nicht durch die extreme Askese, der er sich später zuwandte. Im Gegenteil, er stellte fest, dass eine völlig neue Herangehensweise erforderlich war, um das begriffliche Denken auf der einen Seite und das sublimierte Bewusstsein auf der anderen zu durchbrechen. Mit den traditionellen Yogi-Methoden war er über die Welt der Formen hinausgegangen, aber nicht über die der Ideen. Und schon gar nicht hatte er das Aufheben der Ideen erreicht. Er fand heraus, dass der Grad der Erleuchtung, den diese Methoden lieferten, weit entfernt war von dem des absoluten Wissens und der Befreiung. Zurückgeworfen auf seine eigenen Mittel, mit keinem Leitprinzip außer dem, was er in sich selbst

fand, kehrte er gedanklich zum ursprünglichen Impuls seiner Suche zurück. Ihr Anfang lag bezeichnenderweise in einer sehr frühen Erfahrung, die er intuitiv erlebt hatte. Er saß und beobachtete seinen Vater, den König, während der das Ritual des ersten Pflügens im Frühling vollzog. Seine Aufmerksamkeit wurde von den Vogelschwärmen gefangen, die dem Pflug folgten; eifrig suchten sie in den frischen Furchen nach Würmern und Insekten. Angetrieben vom Hunger, dem allgegenwärtigen Hunger, der in der Natur immer präsent ist, und erregt wegen ihrer Beute, stritten und bekämpften sich Vögel aller Arten gegenseitig, eine laute, turbulente Masse von gefiederten Körpern, die mit Schnäbeln und Klauen unbarmherzig pickten und zerrten.

Ein normaler Anblick, der für die meisten Menschen keine besondere Bedeutung hat. Aber für den jungen Sidhattha war es eine beunruhigende Erfahrung gewesen. In der Tat sollte das jeden angehen, der an eine übergeordnete Macht glaubt, einen Schöpfer, dessen Hauptattribut die Liebe ist. Da waren Vögel – mit die zartesten und schönsten Geschöpfe der Natur – so leicht und ätherisch, dass der Mensch, wenn er an spirituelle Wesen denkt, sich etwas vorstellt mit den Flügeln der Vögel in ihrer morgendlichen Ekstase. Dieselben Vögel, die den Dichter inspirieren und den Naturliebhaber erfreuen, wurden aus nächster Nähe als völlig gewalttätig und grausam erlebt gegenüber kleineren Lebewesen und ihrer eigenen Spezies, so wie die

grausamsten der größeren Tiere. Solch eine kleine Veränderung macht den geflügelten Engel zum geflügelten Tiger.

Aber was der junge Siddhattha damals sah, konnte nicht anders sein. Vögel müssen den Lebensdrang befriedigen und sie müssen Beute machen und mit anderen konkurrieren, um fressen zu können. So war es in der ganzen Natur und welcher Teil auch immer zur Verallgemeinerung dient, sie zeigt dieselbe universelle Wahrheit. Die Natur ist nicht nur gleichgültig gegenüber Grausamkeit und Schmerz, sondern zwingt sie tatsächlich allen Lebewesen auf als Bedingung und Preis ihrer Existenz. Leid zufügen oder zu leiden; oder beides, Leid zufügen und leiden – das ist das Gesetz des Lebens.

Die eigentümlichen Einsichten der Kindheit, die oft von außerordentlicher Klarheit und Tiefe sind, gehen allzu häufig verloren, wenn wir in die unablässigen und unerbittlichen Forderungen der Welt eintauchen. Wenn wir Wissen ansammeln, verlieren wir die Wahrnehmung; wir kennen die Tatsachen, aber ihre wahre innere Bedeutung ist uns entfremdet. Unabhängig von der moralischen Gleichgültigkeit der Natur bauen die Menschen Ethik-Systeme und versuchen sie aufrechtzuerhalten, in der bequemen Überzeugung, dass sie in irgendeiner Weise mit dem Naturgesetz und einem zugrundeliegenden Prinzip des Guten in Einklang stehen, das sie Gott oder wie auch immer nennen. Aber während sie das tun, laufen sie wie auf einem Hochseil

über einen trügerischen Abgrund der Negation. Wehe dem, der in diese dunkle Kluft schaut und dort versucht, die Merkmale eines allmächtigen, all-erbarmenden Herrschers des Universums zu finden! Wenn er so etwas sehen sollte, ist es nur in seiner Vorstellung, die Reflexion einer Idee, die ihm die Tradition vermittelt hat. Wenn er nichts sieht, riskiert er, das Gleichgewicht zu verlieren. Wenn er nicht stark genug ist, um sich dieser Leere zu stellen, ist es für den Seiltänzer besser, seinen Blick auf einem Punkt auf der anderen Seite zu fixieren und ausschließlich auf die Gleichgewichtsorgane, seine eigenen inneren Instrumente, zu vertrauen. Sein inneres Gefühl von richtig und falsch muss seine Unterstützung sein. Es ist nicht immer vertrauenswürdig, aber für die meisten intelligenten Menschen von heute ist es alles, was ihnen geblieben ist. Der Theologe muss, um bei den Vögeln zu bleiben, deren Privatleben vergessen und darf nur die idealisierte Konvention zulassen – lass den Engeln ihre Flügel, nicht aber ihre Schnäbel oder Krallen.

Für die meisten denkenden Menschen ist es heute keine Frage mehr, wie die Theologie mit der Realität in Einklang zu bringen sei. Nicht viele haben jedoch den Mut, sich den Tatsachen zu stellen und mit den Existenzialisten zu sagen, dass „das Universum absurd ist, weil es keinen Grund gibt, dass es existiert – kein Gott hat es geschaffen, um seine Herrlichkeit zu erklären oder als Platz für seine Kreaturen – und weil nichts darin eine bestimmte Funktion zu erfüllen

hat. Der Mensch unterliegt keinem Schicksal und hat keine privilegierte Stellung und nicht einmal das Bewusstsein, das er von sich hat, kann ihn vor der universalen Absurdität aller geschaffenen Wesen retten.“³ Dieses beunruhigende Wissen ist wie ein Krebsgeschwür im Innern des menschlichen Geistes und vergiftet alles, was der Mensch sagt und tut und das, woran er glaubt. Rationalismus, Humanität und alle anderen Substitute, die anstelle des spirituellen Lebens, das der Menschheit verloren gegangen ist, geschaffen wurden, sind alle im Wesentlichen bedeutungslos angesichts der Sinnlosigkeit, die der Mensch fühlt, und angesichts seiner Empfindung von völliger Hilflosigkeit in einer fremden Welt. Die Ägypter hatten keine Schwierigkeit, einen Totengott anzubeten, aber der moderne Mensch kann nur das Leben anbeten.

Als Siddhattha den kritischsten Punkt seiner Suche erreichte, alle traditionellen Pfade bis an ihre äußersten Grenzen gegangen war und die Wahrheit jenseits aller Wahrheiten immer noch nicht gefunden hatte, erinnerte er sich an sein frühes Erlebnis und daran, was es ihm offenbart hatte. Er erinnerte sich auch daran, dass es ihn zu einer Erfahrung auf einer anderen Bewusstseinsstufe geführt hatte. Zu dieser Zeit hatte er nach der Lösung des Problems in den tiefsten Schichten seines Wesens gesucht. Denn er

³ Jean-Paul Sartre: A Literary and Political Study von Philip Thody, 1960

wusste instinktiv, dass das, was er in der Natur sah, ein getreues Abbild seines eigenen Zustandes als lebender, empfindungsfähiger Organismus war, der wie alle anderen in einem unaufhörlichen Konflikt stand. Jeder von uns steht mit seinem Schicksal allein, aber in einem anderen Sinne ist jeder tief mit allen anderen verbunden. Wenn die Lösung des Weltgeheimnisses irgendwo gefunden werden kann, muss sie im vollständigen und profunden Verständnis der eigenen Natur liegen.

Also wandte er seinen Geist wieder jenem Vorfall seines früheren Lebens zu, der ihm seinen wahren Weg gezeigt hatte; wandte den Blick auf ein Wissen, das ihm bereits vor seinen Überzeugungen und seiner Tradition zur Verfügung stand. Nach seinem Erwachen beschrieb der Buddha es mit folgenden Worten:

„Ich erinnerte mich daran, wie ich einmal unter dem Schatten eines Rosenapfel-Baums saß, während mein Vater Suddhodana die königliche Furche pflügte. Ich legte Wünsche und unreine Gemütszustände beiseite, erkannte und reflektierte die Glückseligkeit der Loslösung und erreichte die erste geistige Vertiefung. Konnte es sein, dass dies der Weg zur Verwirklichung war? Mit diesem Gedanken kam mir das klare Bewusstsein: ‚Ja, das ist der Weg zur Verwirklichung.‘“

Die erste geistige Vertiefung (*jhāna*) ist nun durch Reinigung und Beruhigung des Geistes erreichbar.

Und das kann durch die Praxis von *ānāpāna-sati* geschehen, der Betrachtung des Atems. Der Zustand der Ruhe wird von Freude und Entzücken begleitet, verfeinerte und beruhigte anfängliche Gedanken und fortdauernde Gedanken sind noch präsent, befassen sich aber nicht mehr mit einer Vielzahl von Gegenständen, sondern ausschließlich mit dem Objekt der Meditation. Nach dem Aufstieg aus dieser Vertiefung ist der Geist ruhig und konzentriert und wird nicht mehr durch aktive Wünsche gestört. Er kann nun die Faktoren der Erfahrung losgelöst untersuchen und genießt so eine neue Klarheit der Wahrnehmung. Es ist, als würde die gekräuselte Wasserfläche eines Beckens sich beruhigen und glätten. Wenn dies geschieht, folgen zwei Dinge: Die Oberfläche reflektiert das Äußere genauer und gleichzeitig ist es möglich, durch die Oberfläche in die Tiefe zu sehen.

Dies ist nur das Anfangsstadium des *jhāna*-Bewusstseins, das schrittweise wächst; aber es öffnet den Weg zu den nachfolgenden Ebenen. In diesen, der zweiten, dritten und vierten Vertiefung, wird das Bewusstsein immer feiner,

da die Empfindungen des Entzückens, die körperlichen Wahrnehmungen, die Reflexwahrnehmungen und die verbleibenden Elemente der Selbstwahrnehmung Schritt für Schritt abgelegt werden. Als der Asket Siddhattha sich unter dem Bodhi-Baum an seine erste *jhāna*-Erfahrung erinnerte, machte er sich sofort wieder daran, und fing mit dem ersten *jhāna* an, dass er damals spontan erreicht hatte. Nachdem er Ruhe gefunden hatte, konzentrierte er sich auf die analytische Untersuchung seiner eigenen Innenwelt – den Körper, den Geist und die Geistobjekte. Die als *samatha bhāvanā* bekannte Technik, den Geist zur Ruhe zu bringen, ist der Auftakt zur Kultivierung der direkten Einsicht oder des *vipassanā bhāvanā*. In der letztgenannten Meditationsform durchdringt der Geist schließlich die Vier Edlen Wahrheiten und unterscheidet so die Realität von der Illusion. Die letztendliche Wahrheit wird dann „von Angesicht zu Angesicht“ gesehen. Waren die Vier Edlen Wahrheiten vorher nur etwas Beschriebenes, etwas intellektuell Erfasstes, erkennt und versteht man sie nun auf einer neuen Ebene als Gewissheiten. Auf eine unbeschreibliche Weise werden sie *erlebt*, so wie wir die Empfindungen in unseren eigenen Körpern, unseren Gedanken und Gefühlen erleben – und zwar in der Tat mit noch größerer Kraft und Realität als diese.

So gelang es Siddhattha durch intuitives Durchdringen Buddhaschaft zu erlangen, nachdem alle anderen Mit-

tel versagt hatten. Er stand außerhalb der Grenzen des Bewusstseins mit dessen illusionären Ich im Zentrum und konnte die kosmischen Vorgänge über die Grenzen von Raum und Zeit hinweg sehen. Endlich, nach sechs Jahren mühseliger, quälender und fruchtloser Entbehrungen, konnte er sagen:

„Ich entdeckte diese tiefe Wahrheit, die so schwer zu erkennen und wahrzunehmen ist, beruhigend und erlesen, die *nicht durch bloßes Nachdenken zu erfassen* ist und nur dem Weisen sichtbar wird.“

(Majjhima Nikāya 26)

Die Wahrheit, die er durchdrungen hatte, war das Wissen, die Grundlage für alles, was unter dem Begriff *ñāṇa dassana*, Einsichts-Weisheit, verstanden wird. Ausgedrückt in den Vier Edlen Wahrheiten steht sie an erster Stelle in der Lehre des Buddha und fasst alles zusammen, was folgt. In Bezug auf die erste Erklärung dieser Wahrheiten sagte der Buddha:

„Der Vollkommene, oh Bhikkhus, der vollständig Erwachte, hat in Isipatana das höchste Reich der Wahrheit errichtet, das niemand stürzen kann – weder Asketen noch Brahmanen noch himmlische Wesen oder Ungeheuer, kein Gott oder irgendjemand anderes im Universum – nämlich durch das Verkünden,

Aufstellen, Erläutern und Erklären der Vier Edlen Wahrheiten.

Und was sind diese Vier Edlen Wahrheiten? Sie sind die Wahrheit vom Leiden, die Wahrheit von der Ursache des Leidens, die Wahrheit vom Beenden des Leidens und die Wahrheit des Edlen Pfades, der zum Beenden des Leidens führt.“

Nun, diese Wahrheiten sind, wie wir sehen werden, etwas ganz anderes als die üblichen Grundlagen des religiösen Glaubens; in der Tat so anders, dass man sich die Frage stellt, ob der Buddhismus überhaupt eine Religion ist. Es ist umstritten, ob es sich um eine Philosophie, einen Ethik-Kodex, eine Religion oder eine Wissenschaft handelt. Tatsache ist, dass er all dieses enthält und all dieses transzendiert. Aus höchster Sicht ist es die Wissenschaft des Geistes. In den Vier Edlen Wahrheiten kristallisieren sich die Einzigartigkeit des Buddhismus und des Buddha heraus, denn wie der Lehrer sagte:

„So lange, oh Bhikkhus, mir das absolut wahre Wissen und die Einsicht in Bezug auf diese Vier Edlen Wahrheiten nicht ganz klar war, solange war ich nicht sicher, ob ich das Höchste Erwachen erlangt hatte, das in der ganzen Welt unübertroffen ist ...

Aber sobald mir das absolut wahre Wissen und die absolute Einsicht in Bezug auf diese Vier Edlen Wahrheiten vollkommen klar geworden waren, entstand in

mir die Gewissheit, dass ich dieses höchste unüber-
troffene Erwachen erreicht hatte.“

Dukkha Ariya Sacca

Die Edle Wahrheit vom Leiden

Der Buddha formulierte die erste Wahrheit in den folgenden Worten, die sich wie ein wiederkehrendes Thema durch die buddhistischen Schriften ziehen:

„Was, Bhikkhus, ist die Edle Wahrheit vom Leiden? Geburt ist Leiden; Verfall ist Leiden; Tod ist Leiden. Trauer, Wehklagen, Schmerz, Kummer und Verzweiflung sind Leiden. Vom Angenehmen getrennt zu sein, ist Leiden; mit dem Unangenehmen zusammen zu sein, ist auch Leiden. Kurz gesagt, die fünf Gruppen des Anhaftens sind Leiden.“

Man interpretiert das oft als grundlegende Haltung des Pessimismus oder sogar der Verzweiflung des buddhistischen Standpunktes. So scheint es zum Beispiel in der Verwendung von orientalischen Ideen in der Philosophie von Schopenhauer zu sein. Es besteht die Tendenz, sie als Gegenteil der kraftvollen, lebensbejahenden Einstellungen des Westens zu interpretieren.

Wäre die erste Edle Wahrheit die ganze Botschaft des Buddha, dann wäre der Einwand begründet. Wenn man darauf besteht, den Buddhismus in die eine oder andere der pessimistischen oder optimistischen, lebensverleugnenden oder lebensbejahenden Kategorien einzuordnen, dann wäre bei dieser einen Wahrheit allein nur eine geringe Auswahl möglich. Aber aus buddhistischer Sicht ist es nicht zu rechtfertigen, eine Richtung der anderen vorzuziehen. Voraussetzung ist, dass die Sicht auf das Leben objektiv, unvoreingenommen und realistisch ist.

Die erste Wahrheit ist Ergebnis einer kritischen Prüfung, nicht nur der menschlichen Notlage, sondern aller Aspekte des Lebens fühlender Wesen. Ihre Akzeptanz beinhaltet eine Korrektur und Justierung der üblichen Perspektiven. Leiden wird als universelles Symptom gesehen und normalerweise nur deshalb ignoriert, weil es ein chronischer Zustand ist. Die buddhistische Betonung darauf ist wesentliche Voraussetzung für die Diagnose und Behandlung. In diesem Stadium teilt der Arzt dem Patienten mit, dass er krank ist.

Man darf nicht annehmen, die erste Wahrheit bestreite die Existenz von Freude und Lachen. Sie unterstreicht die Übel des Lebens, um der natürlichen Neigung des Menschen entgegenzuwirken, sich auf das Angenehme zu konzentrieren und alles Unangenehme zu ignorieren und zu vergessen – das psychologische Instrument, mit dem der

Wille zum Leben trotz entmutigender Erfahrungen aufrechterhalten wird. Wir mögen das, was wir Glück nennen, zu jeder Zeit persönlich genießen. Und doch ist die erste Edle Wahrheit eine Erinnerung daran, dass eine unkalkulierbare Anzahl fühlender Wesen im Elend sind, etwas, was die meisten gerne vergessen. Und wenn wir über Glück sprechen, ist es nützlich zu bedenken, dass viele Menschen das überwältigende Übergewicht des Leidens im Leben nur ungern zugeben wollen, während vergleichsweise wenige wirklich aus sich selbst heraus glücklich sein können. Ihre einzige Zuflucht vor der Realität ist Vergnügen.

Der Buddha sagte, er selbst hätte sowohl Genuss als auch Schmerz in ihren extremsten Formen kennen gelernt. Wenn das Leben ein ungemildertes Elend wäre, würde niemand es weiter leben wollen, und wenn es ungetrübtes Glück wäre, gäbe es kein Bedürfnis nach dem Heilmittel einer Religion. Man kann hinzufügen, dass es in einer Welt idealen Glücks und vollkommener Sicherheit, in einer der hypothetischen Utopien, von denen die Menschen geträumt haben, keinen Anreiz für Anstrengungen gäbe. Nur dort, wo die widrigen Umstände unserer Welt herrschen, wo Gut und Böse, Tugend und Laster im ewigen Konflikt stehen, können die edelsten Bemühungen des Menschen geboren werden. Nur in einer solchen Welt können diese Gegensätze überhaupt existieren. Und was die Utopien angeht, so zeigt

der Mensch eine so große Vielfalt an Geschmack, Neigungen und Wünschen, dass es eher kindisch ist anzunehmen, dass eine ideale Gesellschaft, die notwendigerweise gleichförmig sein muss, je allen ihren Mitgliedern Glück schenken könnte.

Wir hören heute viel über Angstneurosen als Teil der modernen, urbanen Zivilisation, und diese sind real genug, aber es gibt auch eine andere Seite der Medaille. Die Natur des Menschen, in der Balance zwischen dem Primitiven und dem Zivilisierten, erfordert den Wechsel der Bewusstseinszustände. Sogar zu viel Freiheit von Angst ist der menschlichen Natur fremd, wie die sogenannten Wohlstandsgesellschaften zu zeigen beginnen. Die Zunahme der Kriminalität und insbesondere der Jugendkriminalität, der Ausbruch rassistischer Verfolgung und der Aufstand gegen die etablierte Ordnung sind auch auf diesem Gesellschaftsmodell inhärente Faktoren zurückzuführen. Die Wohlstandsgesellschaft gibt denen, die nicht wissen, wie sie damit umgehen sollen, zu viel Freizeit. Sie gibt denen zu viel Sicherheit, deren Natur Gefahr und Aufregung verlangt, und schließlich jenen zu viel Ordnung, die sich nur gewalttätig ausdrücken können. Alle diese Bedingungen sind vermutlich für die Mehrheit der Menschen unnatürlich. Der Teenager schließt sich dem Massenrowdytum an, verwandelt Autobahnen in Rennstrecken oder stellt sich Mutproben mit Autos oder Zügen. Und

dabei gibt er nur dem urtümlichen Drang nach, sich der Gefahr zu stellen und sich dagegen zu behaupten. Sein Selbstwertgefühl ruft nach dem Nervenkitzel von Konflikten und Gefahren, die ihm eine Gesellschaft verweigert, die ihn zu sehr beschützt.

In den meisten Fällen ist der Mensch immer noch ein primitives Kampftier; andernfalls wäre der Krieg schon längst abgeschafft worden. Augustinus von Hippo sagte, dass alle Menschen nach Frieden streben, aber alle auf ihre eigene Weise. Er hatte nur teilweise Recht; alle Menschen wollen Frieden, aber sie wollen auch eine Art Krieg. Das ist die verkannte, „verdrängte“ Tatsache, hinter all dem, was auf internationalen Konferenzen und in intellektuellen humanistischen Kreisen über Fragen des Weltfriedens diskutiert wird: Der Mensch sehnt sich im unbewusst nach den Triumphen und Schmerzen des Kampfes.

Die nicht gelinderte Langeweile der ewigen himmlischen Glückseligkeit würde dem Menschen, so wie er heute beschaffen ist, nicht entsprechen. Wenn es kein Leiden gäbe, müsste er es erfinden. In Anerkennung dieser grundlegenden Tatsache der menschlichen Persönlichkeit misst der Buddhismus den himmlischen Zuständen keine Bedeutung bei, denn er erkennt an, dass mit den existierenden Elementen der Persönlichkeit mit all ihren notwendigen Unvollkommenheiten eine Ewigkeit des Glücks unerträglich wäre. Ohne sein Gegenteil hätte Glück keine Bedeutung.

Es ist ein würdiges Ziel, die Verbesserung der weltlichen Bedingungen und die Perfektionierung des Wohlfahrtsstaates anzustreben. Es gibt jedoch einen Punkt, über den man damit nicht hinausgehen kann, ohne dass es zu internen Störungen oder einer Form des Totalitarismus kommt. Die Vorstellung einer perfekten menschlichen Gesellschaft hat die Hoffnung auf einen Himmel ersetzt, die früher die Menschen dazu bewogen hat, an ihrer eigenen Vollkommenung zu arbeiten; und sie hat bereits mehr Verfolgung und Unterdrückung der Freiheit hervorgebracht, als es die Inquisition je geschafft hat. Unvollkommene Menschen können keine vollkommene Gesellschaft gestalten; und wenn eine solche Gesellschaft doch möglich wäre, würde der Mensch, so wie er ist, nicht hineinpassen. Der Historiker und der Anthropologe wissen, dass dies so ist, aber leider sind die Demagogen stärker. In einer Welt, die politisch und kommerziell von den lautesten Elementen beherrscht wird, hat der Einzelne wenig Gelegenheit, die eigene Erlösung zu suchen. Die einzige Selbstentwicklung, die er kennt, ist der Prozess der Informationsbeschaffung, der heute als Bildung bezeichnet wird.

Die Implikationen der buddhistischen Wahrheit vom Leiden sind wesentlich umfassender, als es die nackten Worte der Formel ausdrücken. Die Geburt (oder wie der Buddhismus es definiert, der fortwährende Entstehungsprozess) ist schmerzhaft und der geistige und körperliche

Verfall, der im Tode endet, sind unvermeidliche Übel. Beides sind offensichtliche Tatsachen. Aber das Übel liegt nicht nur in ihrem tatsächlichen Auftreten, es erstreckt sich darüber hinaus, denn in jeder Phase des Lebens wird der Mensch von den Gedanken daran überschattet, ebenso wie von Gedanken an drohende Krankheiten, Unfälle, Verluste und andere Unglücksfälle von größerer oder geringerer Wahrscheinlichkeit. Welche Haltung der Geringschätzung er gegenüber diesen Bedrohungen seines Seelenfriedens auch einnehmen mag, sie kann niemals mehr sein als ein sehr fragiler Schild gegenüber Möglichkeiten, die zu störend sind, um darüber nachzudenken. Diese Wechselfälle sind vom Leben nicht zu trennen und wer versucht, sie zu ignorieren, ist der wahre Eskapist. Um positiv lebensbejahend zu sein, sind es vor allem diese Tatsachen, die wir in unsere Weltanschauung [im Original deutsch] aufnehmen müssen.

Der realistische Philosoph von heute hat gute Gründe für seinen Pessimismus. Sein mechanistisches Universum hat keinen Platz für menschliche Werte, für die Hoffnung auf individuelle Erfüllung. Er hat dieselbe direkte und desillusionierte Sicht auf das Leben wie die buddhistische Leidenswahrheit, aber er kennt kein Heilmittel. Für ihn gibt es keine Zusicherung einer höheren Wahrheit, keine Erleichterung von den bedrückenden Tatsachen, die in einem scheinbar feindseligen, bestenfalls gleichgültigen Kosmos

den Menschen und seinen Bestrebungen umgeben. Ein gewisser Stolz auf seine heroische Verzweiflung kann ihn aufrechterhalten und in seinem Herzen kann er diejenigen beneiden, die immer noch den Glauben statt der Vernunft wählen können, und, wie Kierkegaard, an eine unmögliche Religion glauben, weil sie unmöglich ist.

Der Buddhismus akzeptiert das trostlose Bild des Wissenschaftlers vom Universum, jedoch mit einem Unterschied: Im Dhamma sind sowohl eine höhere Wahrheit als auch die Mittel zu ihrer Verwirklichung als zentrale und erkennbare Tatsachen vorhanden und dies hebt den realistische Ausblick in den Bereich der Hoffnung. Der Dialog zwischen Buddhismus und wissenschaftlichem Denken steht erst am Anfang und kann bei seiner Entwicklung zu einer Reihe neuer und bedeutender Interpretationen führen.

Was den gewöhnlichen Menschen betrifft, hat der Verlust des Glaubens an traditionelle religiöse Systeme ein spirituelles Vakuum hinterlassen, das nur durch die Beschäftigung mit materiellem Fortschritt oder durch den unaufhörlichen Kampf für diese oder jene „gute Sache“ gefüllt werden kann. Dabei wird so oft das Richtige und Gerechte unmerklich zum Ungerechten und die Mittel werden des Ziels unwürdig. Für diejenigen, die die Fallstricke gesehen haben, bleibt nur noch eine resignierte Unterwerfung unter das, was ihnen die Welt auferlegt. Der Mensch kann jedoch ein Leben ganz ohne Werte nicht ertragen. Wenn sie nicht

in der Natur zu finden sind, ist er gezwungen, sie künstlich zu schaffen. Dies zeigt sich sogar in der Wissenschaft, wo, wie Conant ausgeführt hat⁴, Werturteile sich an jeder Ecke einschleichen. Wenn wir gezwungen sind, diese Urteile auf das Leben selbst anzuwenden, ist es beunruhigend, dass der generelle Plan anscheinend frei ist von einem letztendlichen Zweck genau wie von moralischen Imperativen. Der Schmerz und das Elend, mit denen das Leben befrachtet ist, haben kein erkennbares Ziel und es sind gerade diese unangenehmen Eigenschaften, die in der gesamten Erfahrung des Menschen vorherrschen. Eine optimistische Philosophie wie im späten 19. Jahrhundert ist heute kaum noch denkbar. Selbst die Wahrscheinlichkeit einer, die pragmatisch konstruktiv ist, schwindet immer mehr und mehr, während die Menschheit vom Triumph zum Triumph in der Eroberung der Natur wandert. Angesichts der Atompolitik und kurz davor, den Mond in Besitz zu nehmen, finden die meisten Menschen es am besten, sich nicht zu fragen, was das Wort Fortschritt wirklich bedeutet.

Literatur und Kunst neigen dazu, dieselbe düstere Stimmung wie die zeitgenössische Philosophie zu reflektieren. Es ist wahr, dass sich T. S. Eliot nach „Das wüste Land“ mit der Religion arrangierte und Aldous Huxleys spröder und gelehrter Geist sich der synkretistischen Mystik zuwandte, aber der einmal angeschlagene Ton hallte in ihrer

⁴ *Modern Science and Modern Man* von James B. Conant

Arbeit und der anderer nach. Eine spätere Schule von Schriftstellern versuchte, einen Ersatz für den verlorenen religiösen Geist in der politischen Haltung zu finden, indem sie ein gewisses Aufbrausen erzeugte, aber kaum etwas von echter Tiefe oder dauerhaftem Wert. Der größte Teil der Literatur hat derzeit wenig zu bieten, um die unangenehmen Aspekte des Lebens zu mildern, die sie präsentiert.

Früher war das Wehklagen des Dichters, die Freude würde schnell zu Trauer, und die Sorge der elisabethanischen Dramatiker um die Nachtseite der Seele erträglich, weil sie ein endgültiges Vergessen nicht vorsahen. Um die Wirksamkeit seines Monologs zu gewährleisten, musste Hamlet sich den Tod vorstellen, als der Ort, von dem kein Reisender zurückkehrt – und doch hatte er gerade seinen Vater von dort zurückkehren sehen. So herrschte in der klassischen Tragödie Traurigkeit und schreckliches Entsetzen, aber nicht die Herzenskälte, in der das zwanzigste Jahrhundert erschauert über die extreme Sinnlosigkeit des Lebens, die uns der Nihilismus von heute gegeben hat. Als der Mensch noch das Gefühl hatte, Leiden hätte einen Sinn, konnte er es aushalten, sein Leiden lieferte damals die große zugrunde liegende Tatsache aller großen Kunst und Literatur, die Wahrheit, die ihr Tiefe und Bedeutung verlieh. In der Tragik erkennen wir das Sein des Menschen, sein Bekenntnis zur menschlichen Gesamtsituation und seine Identifikation mit allem, was damit verbunden ist.

„Es gibt drei Arten von Leiden“, sagte der Buddha.
 „Da sind das inhärente Leiden von Geist und Körper
 (*dukkha-dukkhatā*), das Leiden der Gruppen
 (*saṅkhāra-dukkhatā*) und das Leiden der Vergäng-
 lichkeit (*viparināma-dukkhatā*).“

(Dīgha Nikāya 33)^[5]

Die Aussage ist umfassend, denn sie geht über die Erlebnis-
 modi des Leidens hinaus in ein Verstehen des Leidens als
 kosmische Notwendigkeit. Geistiges und körperliches Lei-
 den ist der Schmerz, der in seiner offensichtlichsten Form
 bekannt ist, aber das „Leiden der Gruppen“ liegt im Zustand
 der Krankheit, der Unruhe und der Instabilität, der dem Auf-
 kommen und Vergehen der momentanen Existenzphasen
 innewohnt. Normalerweise sind wir uns dessen nicht be-
 wusst, aber es ist die ganze Zeit präsent. Das Leiden der
 Vergänglichkeit kommt von der unbeständigen Natur des
 Glücks; in der Unvermeidlichkeit seines Endes enthält Glück
 sowohl das Potenzial als auch die Realität von Schmerz.

Von diesen drei Aspekten des Leidens ist es allein der
 zweite, der ein besonderes Verständnis der buddhistischen
 Weltanschauung erfordert. Die Gruppen, von denen hier
 gesprochen wird, sind die fünf *khandha* oder Gruppen, die
 ein lebendiges fühlendes Wesen darstellen. Es sind:

⁵ [„Drei Leidhaftigkeiten. Die Leidhaftigkeit des Schmerzes, die Leidhaftigkeit
 der Aktivität, die Leidhaftigkeit der Veränderung.“]

Rūpakkkhandha, der sichtbare, fühlbare Körper der Form, die physische Gruppe.

Vedanākkhandha, die Gruppe von Empfindungen, die von den sechs Sinnesorganen herrühren – Auge, Ohr, Nase, Zunge, Tastorgane und Geist.

Saññākkhandha, die Wahrnehmungen, die aus dem Kontakt dieser Sinnesorgane mit ihren jeweiligen Objekten entstehen.

Saṅkhārakkhandha, die geistigen Eigenschaften einschließlich Intellekt, Vorstellung, Gedächtnis und Willen und schließlich

Viññāṇakkhandha, der Gesamthalt des Bewusstseins zu einem beliebigen Zeitpunkt.

Alle diese Gruppen sind zusammengesetzt, bedingt und unbeständig. Sie befinden sich in einem ständigen Zustand des Wandels – das heißt des Entstehens und Vergehens – so dass sich in ihnen keine, wie auch immer geartete, stabile, beständige Entität finden lässt.

Da es sich nur um einen Fluss von Konditionalität handelt, können sie keinen aus sich selbst heraus existierenden, unveränderlichen Persönlichkeitskern enthalten. Das bewusste Wesen ist in Wirklichkeit ein Ursache-Wirkungs-Kontinuum, das durch Raum und Zeit fließt – seine Existenz im Moment des bewussten Gewahrseins ist ein Querschnitt

eines ewigen Prozesses. Das Leiden der Gruppen liegt in ihrer Veränderlichkeit, dem Prozess des Werdens, der niemals die Vollendung des vollkommenen Seins erreicht.

Das Problem der Identität im Wandel kann nur verstehen, wer Identität als eine Beziehung von Ursache und Wirkung betrachtet. So finden wir in der Reihe der Transformationen der Protozoen, die ein Zwischenzustand zwischen Pflanzen- und Tierleben darstellen, ein sehr kompliziertes Muster der Individualität. Man kann kaum sagen, dass ein Protozoon in einem bestimmten Stadium seines Werdegangs das „gleiche“ Protozoon ist wie das, was vorher existierte oder wie das, was danach existieren wird. Die Protozoen entstehen jedoch nicht unabhängig, jede Transformation ist die Folge der vorhergehenden, und jede ist auch von äußeren Bedingungen abhängig. Je näher wir uns den Grundstrukturen des Lebens nähern, desto deutlicher wird dieses Prinzip.

Bei der menschlichen Persönlichkeit finden wir bei der Analyse keine mentalen oder physischen Bestandteile außerhalb dieser fünf Gruppen; daher fehlt der Persönlichkeit alles, was man als Selbstentität bezeichnen kann. Das Ego ist ein bedingtes subjektives Phänomen, das psychische Leben eine Reihe von mentalen Ereignissen. Alles, was einen Menschen ausmacht, unterliegt den „drei Merkmalen“ (*tilakkhaṇa*), die allen Phänomenen eigen sind: Vergänglichkeit (*anicca*), Leiden oder Unzulänglichkeit (*dukkha*) und

Ichlosigkeit (*anattā*). Mit *anattā* (Skt: *anātman*, ohne Seele) ist das Fehlen jeglicher bleibender, unveränderlicher Essenz des Seins gemeint.

Gleichzeitig sind diese Gruppen der Persönlichkeit, die durch vorausgehende und zufällige, sowohl geistige als auch körperliche Bedingungen entstehen, die Ursache für das Festhalten am Leben. Wegen ihrer Funktion, den Lebensdrang aufrechtzuerhalten und ständig zu erneuern, werden sie als Anhaftungsgruppen (*upādānakkhandha*) bezeichnet. Sie sind die Greifhaken, mit denen sich die Wesen freiwillig am Leiden befestigen.

Wie alle anderen Organismen ist der Mensch darauf konditioniert, auf Reize zu reagieren, denn das Reiz-Reaktions-Prinzip spielt in der organischen Evolution eine führende Rolle. Es ist daher nicht überraschend, dass es Leiden gibt, an denen er sich erfreut, und dass Freude und Schmerz als Stimulationsformen einander überlappen und manchmal ununterscheidbar werden. Körperliche Erregung wird durch den Exzess von Vergnügen zu Schmerz; ebenso überschreitet die ästhetische Stimulation die Grenze zwischen Freude und Trauer. Die Schönheit eines Sonnenuntergangs kann den Geist stören, aber niemand meidet ihn darum. Man sieht Masochismus als abnormal an, aber vollkommen „normale“ Menschen gehen ins Theater, um sich durch eine große Tragödie zu Mitleid und Aufregung zu bewegen. Abgesehen davon ist die Freude ihrem Wesen nach eine

Schmerzquelle. Solange sie andauert, ist sie eine Störung und eine Erregung; wenn sie aufhört, lässt sie uns unzufrieden zurück, voller Sehnsucht nach Fortsetzung oder Wiederholung. Die persönlichen Reaktionen des Einzelnen auf die Erfahrungen, die er für angenehm hält, sind mit Leid verbunden, ebenso wie die Gefahren, denen er bei seiner Suche begegnet. Diejenigen, die eine starke Neigung zu Luxus und sinnlichen Vergnügen haben, leiden, wenn sie ihnen verweigert werden, und es fällt ihnen schwer, Zurückhaltung im Genuss zu üben. Die Folgen ungezügelter Nachsicht sind jedoch wahrscheinlich noch schmerzhafter und von längerer Dauer als die Schmerzen der Selbstbeherrschung. Und das gilt nicht nur für die gröberen körperlichen Freuden, selbst die raffiniertesten intellektuellen oder ästhetischen Freuden können zu einer Obsession werden, und eine unangemessene Hingabe an sie kann die Form einer spirituellen Orgie annehmen, deren psychologische Auswirkungen destruktiv sind. Von jedem Punkt, von dem aus es betrachtet wird, beinhaltet Vergnügen entweder Leiden als Teil seiner Reizfunktion oder bringt Leiden als Ergebnis mit sich. Im äußersten Sinn, als Irritation betrachtet, ist alles Empfinden Leiden, ob man es sich wünscht oder nicht, hängt von einer rein subjektiven Entscheidung ab.

Der Buddhismus macht eine weitere vierfache Einteilung von *dukkha* in nicht-manifestiertes, manifestiertes, indirektes und direktes Leiden.

„Nicht-manifestiertes“ Leiden ist das, bei dem das Leiden und seine Ursache nicht erscheinen, wie die Drangsal des Geistes, die Wut, Leidenschaft und Lust begleitet; oder wo diese nicht äußerlich sichtbar sind, sondern die Form innerer körperlicher Schmerzen annehmen. „Manifestiertes“ Leiden ist das, bei dem sowohl der Schmerz als auch seine Ursache sichtbar sind, wie beim Leiden unter Folter.

„Indirektes“ Leiden ist jenes, das in sich, ebenso wie sinnliche Vergnügungen, die Samen des nachfolgenden Schmerzes enthält, während „direktes“ Leiden der unmittelbar empfundene Schmerz ist.

Das Leiden existiert in seinem kosmologischen Aspekt unabhängig vom Bewusstsein des Menschen, denn es ist, wie wir gesehen haben, eines der drei Merkmale des Seins, die allen Phänomenen eignen. Da alles im Universum dem Aufkommen und Vergehen unterliegt, sind die drei Eigenschaften „Unbeständigkeit“, „Leiden“ und „Ichlosigkeit“ in allen zusammengesetzten Dingen zu finden, seien sie materiell oder immateriell.

Materie besteht aus den vier großen Gegebenheiten (*mahā bhūta*), den Kategorien, in denen sie sich manifestiert. Der Einfachheit halber werden sie als „Elemente“ von Festigkeit, Kohäsion, Temperatur und Bewegung definiert. Raum wird manchmal als fünftes hinzugefügt. Für philosophische Zwecke ist dies eine angemessene Beschreibung,

die sowohl die verschiedenen Transformationen als auch die Funktionen der atomaren Einheiten (*kalāpa*) der Materie bezeichnet. Diese Atome und ihre Komponenten befinden sich in ständiger Bewegung und Veränderung, ein Prozess, bei dem Energie den wahrnehmbaren Aspekt fester physikalischer Substanz übernimmt. Dass diese Solidität nur etwas Äußeres ist, wird von der modernen Physik voll bestätigt. Schon Bertrand Russell hat darauf hingewiesen: „Auf der Suche nach etwas, das man als substanziiell betrachten könnte, analysierten Physiker gewöhnliche Materie in Moleküle, Moleküle in Atome, Atome in Elektronen und Protonen. Jetzt werden Elektronen und Protonen selbst in Strahlungssysteme (Heisenberg) und in Wellensysteme (Schrödinger) zergliedert. Die beiden Theorien sind mathematisch sehr ähnlich. Und dies ist keine wilde metaphysische Spekulation; es sind nüchterne mathematische Berechnungen, die von der großen Mehrheit der Experten akzeptiert werden.“

Da sich Materie in Energie aufgelöst hat, sei es als Strahlung oder als Welle, werden alle Phänomene als Folge von Ereignissen im Raum-Zeit-Kontinuum gesehen, nicht als statische Entitäten. Um richtig verstanden zu werden, müssen sie als Prozesse betrachtet werden, die das einheitliche Merkmal aller Energieformen tragen, das heißt permanente Bewegung und Umwandlung. Hier stellt sich wiederum das Problem der Individualität, denn wie das Protozoon

hat das Atom in den Phasen seiner hektischen Existenz keine wirkliche Identität von einem Moment zum anderen. Die Grundstruktur des Universums selbst ist Energie, etwas, das nur als unaufhörliche Unruhe und Erregung beschrieben werden kann.

Bei der Analyse der fünf Gruppen der Persönlichkeit begann der Buddha mit den groben Komponenten des physischen Körpers und aller anderen Materie, die sich aus den vier großen Gegebenheiten zusammensetzen, und klassifizierte sie danach, ob sie innerlich oder äußerlich sind, also im eigenen Körper existieren oder in der objektiven Welt. Das heißt Solidität (*paṭhavī*) ist überall gleich, sei sie im eigenen Körper oder in äußeren Objekten, sie gehört zu derselben Kategorie von Phänomenen und unterliegt den gleichen Gesetzen des Entstehens und Vergehens, wo immer sie gefunden wird. Gleiches gilt für die Faktoren Kohäsion, Temperatur und Bewegung, die alle intern und extern zu finden sind. Jede Klassifikation endet mit der Behauptung: „Ob nun internes Element oder externes Element, beide sind eins in ihrer Natur. Dies sollte man der Realität entsprechend mit wahren Wissen verstehen – dieses Element gehört nicht mir; es ist nicht ‚Ich‘, es ist nicht mein ‚Selbst‘“.

Wo immer man sie auch findet, ist die physische Substanz in ihrer Grundstruktur tatsächlich von einer Art. Anstatt die Materie in drei Klassen (fest, flüssig und gasförmig)

zu unterteilen, definiert die buddhistische kosmische Analyse sie durch Gruppeneigenschaften wie *lahutā* (Leichtigkeit, Auftrieb), *muditā* (Weichheit, Plastizität) und *kammaññatā* (Aktivität). Da es in der Physik nichts gibt, was man als absolut fest, gasförmig oder flüssig bezeichnen kann, sondern alles in gewissem Maße am Wesen der anderen teilnimmt, erfüllt die buddhistische Klassifikation ihren philosophischen Zweck, indem sie alle vier großen Gegebenheiten einbezieht. Die Anwendung dieses Wissens auf den Körper und die Etablierung eines universellen Prinzips, das alle Materie umfasst, hat einen doppelten Zweck: Jeglicher Glaube, der menschliche Körper sei ein übernatürlicher Organismus, der sich von anderen materiellen Objekten unterscheidet, soll entkräftet werden, und der Neigung, den Körper als das „Selbst“ oder als integraler Bestandteil des „Selbst“ zu betrachten, soll entgegengewirkt werden.

In gleicher Weise behandelt der Buddha die vier immateriellen oder mentalen Gruppen. Gefühl, Wahrnehmung, Willensaktivitäten und Bewusstsein sind alle kausal bedingten Faktoren. Ihr „Leben“ besteht aus Gedankenmomenten (*cittakkhaṇa*), die mit unvorstellbarer Schnelligkeit entstehen und verschwinden. Der wirkliche Ausdruck der bewussten Existenz eines Wesens ist nicht länger als die Dauer eines dieser punktuellen Momente des Bewusstseins,

die sozusagen an den Fäden von Ursache und Wirkung aufgereiht sind, und dadurch das illusorische Gefühl der Selbstidentität erzeugen.

In der Zusammenfassung des Buddha heißt es:

„Alle Gruppen sind vergänglich. Alle Gruppen sind unzulänglich, alle Dinge sind frei von einem Selbst. Körper ist vergänglich; Gefühl ist vergänglich; Wahrnehmung ist vergänglich; Gestaltungen sind vergänglich und Bewusstsein ist vergänglich. Und was vergänglich ist, ist (notwendigerweise) mit Leiden verbunden; und von dem, was mit Leiden und Veränderung zu tun hat, kann man nicht sagen: ‚Das gehört mir‘, ‚Das bin Ich‘, ‚Das ist mein Selbst‘. Was auch immer körperliche Form oder Gefühl oder Wahrnehmung oder Gestaltungen oder Bewusstsein darstellt, ob grob oder subtil, erhaben oder niedrig, nah oder fern, sollte man nach der Wirklichkeit und wahren Wissen so verstehen: ‚Das gehört mir nicht, das bin nicht ich, das ist nicht mein Selbst‘“.

Im tiefsten Sinne umfasst das Wort *dukkha* alle Grade geistiger und körperlicher Unbehaglichkeit, von wilder Unzufriedenheit bis zur Verzweiflung, von leichtem Unbehagen bis zu akutem Schmerz. Der lebende Organismus, in allen seinen Teilen unbeständig, unterliegt jener Form des Leidens, die seiner rastlosen, sich ständig verändernden Natur

innewohnt, dem Leid, das untrennbar mit dem Prozess des Werdens ist, der niemals den Zustand des wahren Seins erreicht. In den mentalen Gruppen nimmt das Merkmal der Unruhe verschiedene Formen an, wie Reizbarkeit, Frustration, Ärger, Sorge, widersprüchliche Wünsche und Emotionen, alles bedrückende Zustände, die zu Recht als *dukkha* zu verstehen sind. In diesem Licht gesehen, ist selbst das, was wir als Glück kennen, nicht frei vom *dukkha* der Erregung. „Glück“ existiert nur im Gegensatz zu seiner entgegengesetzten Art der Unruhe, die wir „Trauer“ nennen. Da Genuss und Schmerz lediglich relative Zustände sind, von denen keiner ohne sein Gegenteil erfahrbar ist, bestreitet der Buddhismus die Möglichkeit eines vollkommenen, unveränderlichen und reinen Glücks, überall dort, wo die Bedingungen des bewussten Lebens herrschen. Die Gründe dafür werden deutlicher, wenn wir die zweite Edle Wahrheit untersuchen, die sich mit der Quelle und dem Ursprung des Leidens befasst.

Dukkha Samudaya Ariya Sacca

Die Edle Wahrheit von der Ursache des Leidens

Wenn dieses Leben das Einzige wäre, durch das wir gehen müssten, wenn der Tod gleichermaßen das Ende von Freude und Trauer wäre, hätte das Vorhandensein von Schmerz keine besondere Bedeutung. Das Problem würde sich auf das Anwenden praktischer Gegenmittel beschränken, soweit das möglich wäre. Gleichzeitig gäbe es keinen Platz für moralische Werte in einem Leben, das zufällig entstanden ist und seinen Verlauf durch eine Reihe bedeutungsloser Ereignisse zu einem ebenso bedeutungslosen Ende nimmt. Die abstrakten Konzepte von Gut und Böse, richtig und falsch könnten zugunsten künstlicher und willkürlicher Maßstäbe verworfen werden, die den Bedürfnissen des Augenblicks entsprechen. Unter solchen Umständen ist es vorstellbar, dass Mitgefühl nach menschlichem Maßstab nicht sehr hoch geschätzt wäre. Denn die höchste Leistung hätte logischerweise derjenige erreicht, der am erfolgreichsten darin war, das Leiden für sich selbst zu vermeiden, obwohl er das erreichte, indem er andere leiden ließ.

Aber die Menschheit hat diese Ansicht im Allgemeinen nie akzeptiert. Obwohl die Bedingungen der Natur äußerlich wenig Grund geben, eine moralische Ordnung im Universum anzunehmen, hat sich der Mensch grundsätzlich immer so verhalten, als ob tatsächlich einige absolute Werte zu berücksichtigen wären. Er hat eine angeborene Überzeugung von der Realität von Recht und Unrecht und selbst wenn er gegen das Gesetz verstößt, erkennt er es an. Es ist dieser instinktive Glaube an die sittliche Ordnung, der uns veranlasst, nach etwas zu suchen, das unseren Vorstellungen von Gerechtigkeit entspricht, das gegen die Krankheiten hilft, die die Welt der fühlenden Wesen belasten.

Der Buddhismus setzt ein Sittengesetz voraus, das eine Fortsetzung des Lebensprozesses annimmt. Es ist eine Fortsetzung durch Ursache und Wirkung, die Ursache ist *kamma* oder willentliche Handlung und die Wirkung *vipāka*, die angenehmen, unangenehmen oder neutralen Erfahrungen, die sich daraus ergeben. Das moralische Gleichgewicht wird durch die Anwendung eines unpersönlichen Gesetzes aufrechterhalten, das aus sittlich heilsamen Gedanken, Worten und Taten gute Ergebnisse und aus sittlich unheilsamen Dingen schlechte Ergebnisse hervorbringt. Die Abfolge von Leben, die der Begriff „Wiedergeburt“ bedeutet, ist nicht die Reinkarnation einer Seele. Es ist ein individueller Strom von Beziehungen in einem Ursache-Wirkungs-Kontinuum, ausgedrückt als „Das war, dieses wird sein“. Die Identität von

einer Geburt zur anderen leitet sich einzig und allein aus diesem Kausalzusammenhang ab. Genau wie in einem einzigen Leben das Kind zum Erwachsenen wird und der Erwachsene zum Achtzigjährigen. Eine Analogie ist die Milch, die zu Quark und der Quark, der zu Käse wird. Es ist nur die rein konventionelle „Identität“, die sich in den verschiedenen Phasen des Protozoons und des Atoms findet.

Die Lehre von Kontinuität nach dem Tod in Form einer Abfolge von Wiedergeburten ist nicht nur dem Buddhismus eigen, sondern steht in Übereinstimmung mit vielen der ältesten religiösen Traditionen in Ost und West. Der Unterschied – ein ontologisch wichtiger – liegt in seiner Behandlung des Phänomens der Persönlichkeit, bei der kein Element der fünf Gruppen überlebt, sondern alle sich un-aufhörlich erneuern, gemäß der universellen Regel, dass aus einer Ursache ein Ergebnis folgen muss.

Diese Wiedergeburtstheorie im Buddhismus wird aus zwei Gründen häufig kritisiert: sie sei mit dem Prinzip von *anattā* (Seelenlosigkeit) unvereinbar und sie sei ein Dogma an der Wurzel eines Systems, das behauptet, undogmatisch zu sein.

In Bezug auf den ersten Einwand zeigt ein richtiges Verständnis von Identität als einer kausalen Verbindung, wie sie in biologischen, psychologischen und sogar rein physischen Prozessen vorkommt, dass der buddhistische

dynamische Begriff der Persönlichkeit richtig ist und die Art von Identität nicht ausschließt, die wir allgemein annehmen, wenn wir vom „Selbst“ sprechen.⁶

Die zweite Kritik stellt sich bei einer genaueren Prüfung als völlig ungerechtfertigt heraus. Lassen wir einmal das intuitive Gefühl des Menschen beiseite, dass ein Teil seines subjektiven Bewusstseins, seiner individualisierten kognitiven Erfahrung, wenn nicht seiner gesamten Persönlichkeit, den Tod überleben wird. Und ignorieren wir auch die folgende, wichtigere Überlegung: Wenn es tatsächlich einen Grundsatz der Gerechtigkeit und der moralischen Ordnung im Kosmos gibt, kann dieser nur in einem Gesetz der moralischen Vergeltung zu finden sein, das über das gegenwärtige Leben hinausreicht. Dann existiert immer noch eine große und wachsende Menge an Beweisen, die zeigen, dass Wiedergeburt eine Realität ist und dass es unter bestimmten Umständen (zum Beispiel in hypnotischer Trance) möglich ist, sich an frühere Leben zu erinnern. Die Wiedergeburtstheorie ist bei weitem keine unbegründete Annahme. Es ist eine Wahrheit, die uns auf zwei Arten zugänglich ist: aufgrund ihrer Notwendigkeit aus teleologischen Gründen und

⁶ „Zu leugnen, dass „Bewusstsein“ existiert, erscheint auf den ersten Blick absurd - denn „Gedanken“ existieren unbestreitbar – ich fürchte, einige Leser würden mir dann nicht weiter folgen. Lassen Sie mich gleich erklären, dass ich nur leugnen will, dass das Wort für eine Entität steht, aber ganz nachdrücklich darauf hinweisen möchte, dass es für eine Funktion steht.“ William James, *Does Consciousness Exist?* 1904. Der Leser wird aufgefordert, dies dem statischen Konzept von Descartes „*Cogito ergo sum*“ gegenüberzustellen.

direkt durch persönliches Wissen oder durch Beweise, die von anderen bereitgestellt werden. Der einzige Einwand des „gesunden Menschenverstandes“ – man kann sich nicht an ein früheres Dasein erinnern – fällt weg, wenn man die Einschränkungen des Gedächtnisses und die verschiedenen Umstände betrachtet, die es behindern und blockieren können. Soweit Vererbung und andere genetische Überlegungen die Frage betreffen, widersprechen sie keineswegs der Wiedergeburt, wie sie im Buddhismus verstanden wird. Im Gegenteil, sie sind ein notwendiger Teil des Prozesses, während dessen die mentale Energie organisches Leben aus anorganischer Materie erzeugt und gleichzeitig die Identität der Arten bewahrt. Vieles, was in biologischen Prozessen noch immer unklar ist, etwa wie genau Erbanlagen durch Substanzen übertragen werden, die nur chemische Eigenschaften haben, erfordert einen zusätzlichen Faktor, um es zu erklären. Dies gilt auch für eine verwandte Gruppe von Phänomenen, nämlich das instinktive Verhalten von Tieren und in gewissem Maße auch von Menschen. Die Beständigkeit solcher Eigenschaften, für die die Biologie keine angemessene Erklärung liefert, wird verständlicher, wenn man sie mit dem buddhistischen Konzept eines Wiedergeburtskontinuums erklärt. Das Leben ist das Ergebnis zweier Kausalitätsfolgen, der physischen und der mentalen. Der buddhistischen Ansicht nach sind die genetischen Muster, durch die Erbmerkmale übertragen werden, die physischen Medien

der durch vergangenes *kamma* konditionierten mentalen Energie.⁷

Aufgrund des Wissens um die Kontinuität des Daseins suchte der Buddha nicht nur im gegenwärtigen Leben, sondern auch in früheren Zuständen des Seins nach dem Ursprung des Leidens. Er entdeckte es in einem Urdrang, dem Durst (*taṇhā*) nach fühlender Existenz:

„Was ist nun die Edle Wahrheit von der Ursache des Leidens? Wahrlich ist es der Durst, das Verlangen, das zu neuer Wiedergeburt führt und mit Vergnügen und Lust verbunden ist und hier und da Befriedigung findet. Es gibt drei Arten: sinnliches Verlangen (*kāmatāṇhā*), Verlangen nach Existenz (*bhavataṇhā*) und Verlangen nach Nichtexistenz (*vibhavataṇhā*).“

Das sinnliche Verlangen, das durch den Kontakt der Sinnesorgane mit ihren Objekten erzeugt wird, ist sechsfach: Verlangen nach schönen Bildern, Geräuschen, Gerüchen, Geschmack, Tastempfindungen und mentalen Eindrücken. Diese Bereiche werden Bereiche der Sinneswahrnehmung (*āyatana*) genannt. Das Verlangen nach Existenz hat drei Formen, die den Sphären entsprechen, in denen sich das Leben manifestiert; das heißt, das Verlangen nach der Existenz in den sinnlichen Sphären (*kāma-loka*), in den fein-

⁷ Ausführlich behandelt in *The Case for Rebirth*, Wheel Publication 12/13

stofflichen Sphären (*rūpa-loka*) und in den formlosen Sphären (*arūpa-loka*) oder mentalen Ebenen. Das Verlangen nach Nichtexistenz sind jene Wünsche, die die falsche Ansicht begleiten, dass die Gruppen der phänomenalen Persönlichkeit eine Seele bilden, die beim Tod vernichtet wird.⁸

In einer anderen Klassifikation wird das Verlangen zweifach unterschieden: *vaṭṭa-mūla-bhūta-purima-taṇhā*, das ursprüngliche Verlangen, das die Wurzel der Wiedergeburt darstellt, und *samudācārataṇhā*, das sich in Verhalten äußert. Das erste ist das Verlangen, das die Existenzen fördert und aufrechterhält, wie es in der Formel der abhängigen Entstehung beschrieben ist:

„Bedingt durch Nichtwissen (von der wahren Natur der Existenz) entstehen die Gestaltungen (*saṅkhāra*);⁹

⁸T.W. Rhys Davids wie Spence Hardy verstehen *vibhava-taṇhā* als „Liebe des gegenwärtigen Lebens, mit der Vorstellung, dass die Existenz damit aufhören wird und dass es keinen zukünftigen Zustand gibt“, daher als „Streben nach Erfolg (in diesem gegenwärtigen Leben).“ - Buddhistische Suttas, „Sacred Books of the East“, Band. XI, n. In den Kommentaren liegt der Schwerpunkt jedoch auf dem Wunsch nach Selbstausslöschung, die mit dem Glauben einhergeht, dass es eine Selbstentität gibt, die beim Tod vernichtet wird.

⁹Saṅkhāra: Im Zusammenhang mit der abhängigen Entstehung wird dieser Begriff angemessen als „*kamma*-Formationen“ übersetzt, analog zu „Gewohnheits-Formationen“, die ein Muster geistiger Aktivität bezeichnen. Hier liegt der Schwerpunkt auf den Willensaktivitäten (*kamma*), die Wiedergeburt erzeugen.

Bedingt durch die Gestaltungen entsteht Bewusstsein (im besonderen Sinn das verbindende Wiedergeburtsbewusstsein, der mentale Impuls, der wie ein elektrischer Funke von einem Lebenskontinuum zu einem anderen überspringt);

Bedingt durch Bewusstsein entstehen Name und Form (der neuen Lebensabfolge);

Bedingt durch Name und Form entstehen die sechs Bereiche der Sinneswahrnehmung;

Bedingt durch die sechs Bereiche der Sinneswahrnehmung entsteht Kontakt (zwischen Sinnesorgan und Sinnesobjekt);

Bedingt durch Kontakt entsteht Gefühl (*vedanā*),

Bedingt durch Gefühl entsteht Durst;

Bedingt durch Durst entsteht Ergreifen (bestätigtes und gewohnheitsmäßiges Verlangen);

Bedingt durch Ergreifen entsteht Werden (der Lebensimpuls);

Bedingt durch Werden entsteht wieder Geburt und

Bedingt durch Geburt entsteht Verfall und Tod.“

Und so schließt sich der Kreis.

Die Formel der abhängigen Entstehung fasst auf diese Weise die kausalen Beziehungen von drei Zyklen, einem vergangenen, einem gegenwärtigen und einem zukünftigen Leben zusammen, wobei das Verlangen als motivierender Faktor gilt.

„So, Ānanda, entsteht das Verlangen aufgrund des Gefühls“

(Mahā Nidāna Sutta)

Aber damit das Gefühl existieren kann, müssen Name und Form bereits vorhanden sein und Name und Form selbst müssen durch vorheriges Verlangen hervorgebracht worden sein, so dass die Abfolge von Ursache und Wirkung unendlich in die Vergangenheit reicht. Dies ist genau die Vorstellung, welche die abhängige Entstehung darstellt; es ist eher ein System aufeinander bezogener Bedingungen als das einer zeitlichen Abfolge und steht eigentlich für zwei Modi der Kausalität, seriell und gleichzeitig. Die Trennungen von Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft können an jedem der beiden Punkte, an denen ein neues Entstehen stattfindet, platziert werden; das heißt bei „Name und Form“ oder bei „Geburt“. Aber die Punkte, an denen es beendet werden kann, sind, wie wir später sehen werden, die beiden vorherrschenden psychologischen Faktoren, „Verlangen“ und „Nichtwissen“, die gleichzeitig vorhanden sind und sich gegenseitig unterstützen.

Die Frage nach der ersten Ursache geht weder in die buddhistische Sicht der Zyklen des Werdens (*saṃsāra*) noch des Universums ein. Wenn der Prozess des unaufhörlichen Entstehens und Vergehens als ein Komplex von in Wechselbeziehung stehenden Bedingungen betrachtet wird, dann hat jede Theorie einer ersten Ursache keine Bedeutung. In der Logik der Kausalität kann es keinen absoluten Anfang geben, denn jede Ursache wird als Wirkung einer vorhergehenden Ursache gesehen. Ein Schöpfergott muss also selbst einen Schöpfer gehabt haben; wenn nicht, bricht das Argument für seine Existenz aufgrund der Kausalität zusammen. Die Vorstellung, es müsse einen Anfang im letztendlichen Sinn geben, beruht auf einem Defekt im menschlichen Verständnis, worauf einige moderne Philosophen hingewiesen haben. Wir gelangen so an den Punkt von dem das *Visud-dhimagga* spricht:

„Kein Gott, kein Brahma wird hier gefunden.
Kein Schöpfer der *saṃsāra*-Runde;
Leere Phänomene fließen und
Unterliegen Ursache und Bedingung.“

Von einem anderen Standpunkt aus können wir sagen, dass der Schöpfungsakt von Moment zu Moment stattfindet, wie im Bergsonschen System der kreativen Evolution. Die treibende Kraft ist der Verlangens-Impuls, der als die grundlegende Energie des Universums betrachtet werden kann.

Dies bedeutet nicht, dass das Universum in seiner heutigen Form keinen Anfang hatte. Es entstand im Einklang mit dem Naturgesetzen (*niyāma*), aber es entstand nicht aus dem Nichts. Es ist nicht das erste oder einzige System seiner Art, sondern eines einer unendlichen zyklischen Reihe, deren Anfang nicht zu finden ist. Wenn ein kosmisches System zu Ende geht, entsteht ein anderes.

Die Wissenschaft bietet verschiedene vorläufige Theorien über den Beginn des gegenwärtigen Universums an, wobei die beiden am meisten akzeptierten auf der Hypothese des expandierenden Universums bzw. der Gleichgewichtstheorie des Kosmos basieren. Sein „Anfang“ kann mit einer gewissen Sicherheit vor etwa fünf Milliarden Jahren gesetzt werden. Unabhängig davon, es mit einer gewaltigen kosmischen Explosion oder auf andere Weise begann, die buddhistische kosmische Analyse geht davon aus, dass die Materie oder Energie, aus der es gebildet wurde, aus einem früheren Universums stammt und dass es von *kamma* in Bewegung gesetzt wurde, das Wesen aus diesem früheren System geschaffen haben. Entstehen (*samvatṭha*) und Vergehen (*vivaṭṭa*) der Weltsysteme laufen parallel zu dem Prozess, der das fühlende Leben regiert. Wenn ein kosmisches System zum Ende kommt, zerfällt die Materie, aus der es besteht, und seine Atome werden gleichmäßig im Raum verteilt oder komprimiert. Für Äonen schlummert sie, aber im Laufe der Zeit wird die verborgene Energie wieder aktiv

und die physikalischen Gesetze der Anziehung und Abstoßung kommen zum Tragen. Es bilden sich Materiekumpen, aus denen die Inseluniversen entstehen und Gestalt annehmen. Irgendwann beginnt die organische Evolution und verläuft bis zum Ende des Zyklus, bis die kosmische Struktur erneut zerfällt und der gesamte Prozess sich wiederholt. Auf diese Weise folgen Entstehen und Vergehen in einem unaufröhrlichen Kreislauf, in dem jede Runde mit ihrem Vorgänger und Nachfolger durch *kamma* oder Willenskraft verbunden ist, die von lebenden Wesen erzeugt wurde. Und da alles gewollte Handeln durch Verlangen motiviert ist, ist es in Wirklichkeit die Kraft des Verlangens, die den Prozess ständig erneuert und aufrechterhält.

Der *Abhidhammatthasaṅgaha* VIII.I erklärt das Entstehen des Verlangens so:

„Aufgrund von Nichtwissen versteht ein Wesen die unbeständige und ‚substanzlose‘ Natur der Existenz nicht so, wie sie wirklich ist. Es genießt die Dinge der Welt, hält für real und dauerhaft und erzeugt so ein Verlangen nach ihnen. Wegen seines Verlangens sucht es, das eine zu erhalten und das andere zu vermeiden. Dies führt zur Kontinuität seines Lebensprozesses, einer Kette von Kämpfen um das Leben. Das Verlangen und Greifen des Wesens endet nicht mit der Zerstörung des physischen Körpers, sondern hält den Kampf nach einer weiteren Geburt aufrecht.

Die guten und schlechten Aktivitäten (*sankhāra*) eines Lebens bestimmen die Art seiner nächsten Geburt, seine geistige Veranlagung und sein nachfolgendes Bewusstsein. Dies führt zum Entstehen der mentalen Gruppen und der physischen Gruppe im neuen Leben gemäß seiner eigenen Natur. Abhängig von den Gruppen erwirbt es die sechs Bereiche der Sinneswahrnehmung. Abhängig von den sechs Bereichen der Sinneswahrnehmung entsteht Kontakt mit dem Objekt der Sinne. Der Kontakt erzeugt Gefühl, das Gefühl führt zu Verlangen und Ergreifen. Das Ergreifen setzt die Lebensprozesse fort. Sie hören nicht mit dem Tod des Wesens auf, sondern fließen nach der nächsten Geburt weiter. So beginnt es ein neues Leben; es wird alt und stirbt, erlebt alle Arten von Trauer, Wehklagen, Leiden, Angst und Verzweiflung. Immer wieder bewegt es sich weiter in der Runde von Geburt und Tod, solange es sich in der Fessel des Nichtwissens befindet.“

Das Unvermögen des Menschen, das Universum zu begreifen, kommt vom Nichtwissen (*avijjā*), das mehr oder weniger alles begriffliche Denken beherrscht. Da *avijjā* mit *taṇhā* verbunden ist, vertieft es sich, wenn die durch das Verlangen verursachten mentalen Befleckungen zunehmen, und es verringert sich, je geringer diese sind. Es ist eine unver-

änderliche Regel im buddhistischen System der Kausalbeziehungen, dass zwei oder mehr Faktoren erforderlich sind, um ein bestimmtes Ergebnis hervorzurufen. Wie wir gesehen haben, verbindet sich in der Entstehung eines lebenden Organismus die in einem vergangenen Leben erzeugte mentale Energie mit den physischen Prozessen der Biologie, um ein fühlendes Wesen zu bilden. In ähnlicher Weise aktiviert die Summe der Energie von Lebewesen aus der Vergangenheit während der Entstehung der Weltsysteme die physische Substanz des Universums, um einen neuen Zyklus des Entstehens zu beginnen. Alle diese Prozesse sind daher zum Teil mechanistisch, soweit sie von rein physikalischen Gesetzen abhängen und zum Teil Schwankungen unterworfen durch ihre Abhängigkeit von geistigen Ursachen und dem Eingreifen des Willens. Wollen heißt Verlangen und so ist das Verlangen wirklich der hauptsächlich bestimmende Faktor. Wenn es überhaupt nicht vorhanden wäre, würden die automatischen Prozesse der Natur die Kontrolle übernehmen und das Universum würde als lebloser Mechanismus bis zu seinem Ende weiterlaufen.

Das konstante Muster der gegenseitigen Abhängigkeiten zeigt sich in der Anordnung der Faktoren der abhängigen Entstehung, wobei solche, die durch vergangene Ursachen bedingt sind, sich mit jenen abwechseln, die durch Willensakte verändert werden. In dem Abschnitt, der sich

auf vergangene Ursachen bezieht, führt Nichtwissen zu absichtlichen Gedanken und Handeln (*sañkhāra*), wobei das Nichtwissen einen fortwährenden Einfluss auf das Denken und Handeln hat. Zum Zeitpunkt des Todes entsteht dann ein Gedankenmoment, das das verbindende Wiedergeburtsbewusstsein ausmacht, dessen Natur durch das absichtliche Denken und Handeln bestimmt wird, das ihm vorausgegangen ist. Das vergangene *kamma* formt also zukünftige Tendenzen. Der Moment des Wiedergeburtsbewusstseins trägt diese Tendenzen in ein neues Leben, genauso wie ein Pflanzensamen in seiner Chemie das Muster der zukünftigen Pflanze trägt – ein Muster, das jedoch in gewisser Hinsicht durch nachfolgende Ereignisse verändert werden kann. Der so entstandene neue Geist und Körper ist natürlich mit dem Sinnesapparat und den dazu passenden Bereichen der Sinneswahrnehmung ausgestattet. Von hier kommen die Kontakte zur Außenwelt und die sie begleitenden Gefühle. Bisher repräsentierten die Glieder zwei Ursachen in der Vergangenheit, das Nichtwissen und die absichtlichen mentalen Gestaltungen und fünf, die ihre Folge sind, vom Wiedergeburtsbewusstsein bis zu den Gefühlen. Diese letzten fünf sind daher durch das *kamma* der Vergangenheit bedingt.

Aber an dieser Stelle kommt das Element des freien Willens ins Spiel, denn während die Empfindungen gemäß

ihrer Natur vorherbestimmt sind, sind es die mentalen Antworten darauf nicht. Normalerweise ist die Antwort auf ein angenehmes Objekt Verlangen und das kann zu Handlungen führen. Wenn aber der moralische Sinn uns sagt, die Handlung sei eine schlechte, kann der Wille sie verhindern. Sogar das Verlangen selbst kann durch einen Willensakt oder durch Ablenkung der Aufmerksamkeit auf etwas anderes reduziert, unterdrückt und gesteuert werden. Folglich sind die abhängigen Verbindungen, die von diesem Punkt aus folgen, das heißt Verlangen, Ergreifen und Werden, nicht vorherbestimmt. Sie repräsentieren die aktive Seite des Bildes, in der der Mensch sein individuelles Schicksal gestaltet. Dieser Punkt ist wichtig, da man oft, aber fälschlicherweise, davon ausgeht, die Lehre des *kamma* sei Fatalismus. Nichts ist weiter von der Wahrheit entfernt. Der Buddhismus betont vor allem die moralische Verantwortung des Individuums und seine Macht, sein eigenes Schicksal zu schaffen. In den letzten beiden Zusammenhängen, Geburt (Wiedergeburt) und Zerfall und Tod, finden wir zusammengefasste zukünftige Ergebnisse der Ursachen, die in der Verlangen-Ergreifen-Werden Serie erzeugt wurden.

Vom Standpunkt der zeitlichen Abfolge aus betrachtet, ist bedingtes Entstehen daher in drei Abschnitte unterteilt, die sich auf das vergangene, das aktuelle und das zukünftige Leben beziehen. Diese drei haben zwei Hauptteile:

Die aktive Abfolge des Werdens (*kammavaṭṭa*), in der die Ursachen erzeugt werden, und die passive Abfolge (*vipākavaṭṭa*), welche für die Ergebnisse dieser Ursachen steht.

Nichtwissen und willentliche mentale Gestaltungen gehören zur aktiven Abfolge, während Geburt und Verfall und Tod zur Folge der passiven Resultate gehören. Der mittlere Abschnitt, der sich mit dem aktuellen Leben befasst, umfasst sowohl passive als auch aktive Abfolgen. Die fünf Verbindungen vom Bewusstsein zu Gefühlen sind passiv, aber die restlichen drei, das Verlangen, Ergreifen und Werden, repräsentieren den aktiven und kreativen Prozess.

Noch einmal, am Anfang sind Nichtwissen und willentliche mentale Gestaltungen eine Zusammenfassung des aktiven und kausalen Prozesses in der Vergangenheit; am Ende fassen Zerfall und Tod die passiven Resultatserien zusammen, die in der Zukunft folgen. So schließt sich der Kreis im fortdauernden, sich selbst erhaltenden Ablauf, einem Ursache-Wirkungs-Komplex, dessen Verbindungen entweder als zeitliche Folge oder als gleichzeitig in Form sich gegenseitig unterstützender Faktoren betrachtet werden können.

Richtig verstanden, postuliert der Prozess der abhängigen Entstehung weder absoluten kausalen Determinismus noch absolute Willensfreiheit. Er beschreibt ein Zusam-

menspiel von Bedingungen, die letztendlich der Wahlfreiheit des Einzelnen zwischen guten und schlechten Handlungsweisen unterliegen. Diese Wahl – die Qual der Entscheidung – selbst eine Form von *dukkha*, die das Leben allen sittlich verantwortlichen Wesen auferlegt – trifft jeder Einzelne für sich und durch sie die Natur seiner Wiedergeburt. Ob es sich in einem Zustand oberhalb des menschlichen Zustands oder in einem Zustand darunter handelt oder ob es sich um eine menschliche Wiedergeburt handelt, ob diese eine glückliche oder einen unglückliche ist, hängt ganz von den Handlungen – des Körpers, der Rede und des Geistes – ab, die hier und jetzt ausgeführt werden. Kurz gesagt, es hängt davon ab, wie stark das Verlangen unter Kontrolle gebracht wird. Und, wie wir jetzt sehen werden, bietet der Buddhismus ein Mittel, mit dem das Verlangen vollständig ausgemerzt werden kann und der Prozess der abhängigen Entstehung für immer zu einem Ende gebracht wird.¹⁰

Bevor wir jedoch zur dritten Stufe der Untersuchung übergehen, in der es um die Möglichkeit der Flucht aus der Wiedergeburtswelt geht, ist eine andere Funktion des Verlangens bemerkenswert: die Rolle, die es in der organischen Evolution spielt.

Wir haben bereits festgestellt, dass das Leben, abgesehen von der buddhistischen Interpretation, ohne ethische

¹⁰Für ein tieferes Verständnis dieses wichtigen Themas siehe: Wheel Publication Nr. 15, *Dependent Origination* vom Ehrwürdigen Piyadassi Thera.

Werte und ohne Zweck zu sein scheint. In dem sich entwickelnden Muster organischer Strukturen scheint sich jedoch ein starker Trend in eine bestimmte Richtung zu zeigen. Aus extrem einfachen einzelligen Organismen hat die Natur hochkomplexe Formen entwickelt, die mit empfindlichen Sinnesapparaten und einem rational denkenden Gehirn ausgestattet sind. Dies konnte nur über einen langen Zeitraum durch fortgesetzten Versuch und Irrtum und mit vielen Fehlern erreicht werden. Die Art und Weise, auf die das geschah war sowohl verschwenderisch als auch verantwortlich für extremstes Leiden, was in einem besser konzipierten Plan nicht vorgekommen wäre. In der Gesamtsicht scheint das System also in gewissem Sinne gerichtet zu sein, wirkt aber gleichzeitig unangemessen und ungeschickt. Die Ordnung darin ist ausreichend, um die Existenz eines Schöpfers anzunehmen. Aber eine allmächtige und gutartige Intelligenz hätte die Arbeit sicherlich besser vollbringen können.

Die Wissenschaft scheut vor teleologischen Theorien zurück und konzentriert die Aufmerksamkeit auf die Mittel, mit denen natürliche Wirkungen erzeugt werden. Wir haben also Hypothesen wie die der natürlichen Auslese, gestützt auf die beobachteten Fakten der Genetik, Biochemie und verwandten Wissenschaften, die den *modus operandum* der Evolution erklären, jedoch keinen Hinweis auf das „Warum“ des Prozesses geben. Die treibende Kraft hinter oder in ihr

bleibt ein Mysterium. Der Plan scheint gut zu sein hinsichtlich seiner biologischen Ergebnisse, wird aber sehr schlecht ausgeführt und dient anscheinend keinem Zweck außer der Evolution um der Evolution willen – dieses Paradoxon gilt als so unlösbar, dass es weitere Spekulationen entmutigt.

Aktuellere Studien über die elektrische Aktivität des Gehirns, wie ein Elektroenzephalogramm sie aufzeichnet, werfen jedoch ein völlig neues Licht auf das Problem. Man hat eindeutig festgestellt, dass die neuronalen Impulse und die Erkenntnisprozesse mit elektrischen Impulsen verbunden sind.

Wenn nun das Gehirn mit elektrischer Energie funktioniert – oder, was ebenso wahrscheinlich ist – mit einer andere Energieform, die wie Elektrizität wirkt, und in der Lage ist, den Mechanismus des EEG zu bewegen, allein durch Impulse der Hirnzellen, dann haben wir einen triftigen Grund zu der Annahme, dass sich die geistige Aktivität auf die gleiche Weise ausbreiten kann wie Radiowellen. Es wäre faktisch eine Strahlungsenergie, vergleichbar mit anderen, die für uns wahrnehmbar sind, wie Licht und Ton, und wieder anderen, die wir nicht wahrnehmen können, wie etwa kosmische Strahlung. Dies würde sofort so unterschiedliche Phänomene wie Hypnotismus, Telepathie und verschiedene Formen außersinnlicher Wahrnehmung erklären. Aber die Möglichkeiten, die sich daraus eröffnen, werden noch breiter, wenn wir die Hypothese auf die organische Evolution

anwenden, und noch deutlicher, wenn wir sie mit dem buddhistischen Konzept des Verlangens als tatsächlicher Kraft verbinden, die vom Geist erzeugt wird und auf und durch die physische Substanz des Universums wirken kann.¹¹

Die Verhaltenspsychologie stellt fest, dass das Verlangen, das sich als „Wille zum Leben“ manifestiert, der grundlegende Trieb aller Lebensformen ist, die erfassbare mentale Reaktionen haben. Das Verlangen kann unbewusst sein und sich in instinktiven Verhaltensmustern offenbaren, oder es kann dem Verstand vollständig präsent sein. Wenn es unter der Oberfläche des Bewusstseins liegt, fungiert es als Freud'sches „Es“ und als „Libido“ in der Lehre Jungs, das ist die Energie, die in allen Instinkten enthalten ist. Man kann es auch den ursprünglichen Lebensdrang nennen; wie auch immer der Name sein mag, in Wirklichkeit ist es die Kraft des Verlangens – genau jener *taṇhā*, den der Buddha als Hauptursache der Wiedergeburt bezeichnete.

Jeder Willensakt wird von einer Art Wunsch ausgelöst; folglich ist das Denken selbst untrennbar mit dem Wunsch verbunden, in einem Geist, der noch von Nichtwissen beherrscht wird. Und es ist der Gedankenimpuls, der im

¹¹Vor über fünfzig Jahren schrieb der verstorbene U Shwe Zan Aung: „Zu erkennen, dass Gedanken eine Strahlung sind, ist etwas Großartiges. Wer kann sagen, ob das nicht eines Tages jemanden dazu veranlassen wird, ein Instrument zu entwickeln, das eine heute noch unbekannte Substanz nutzt, um die Wellen und die Dauer unserer Gedanken zu messen?“ (*Compendium of Philosophy*, S.284.)

letzten Moment des Bewusstseins nach außen strahlt und einen anderen psycho-physischen Organismus hervorbringt, und so die Folge von Ursache und Wirkung in einem neuen Lebenskontinuum erneuert. Während des gesamten kreativen Prozesses ist der Drang, der diese fortwährende Erneuerung der Energie aufrechterhält, der Wunsch, ein bewusstes Leben zu erleben, das „hier und da“ nach Befriedigung sucht.

In den ersten Stadien der Evolution wirken die individualisierten, aber unpersönlichen Ströme des Verlangens, die in der Vergangenheit erzeugt wurden, auf die physische Substanz des Universums ein und aus der anorganischen Materie entstehen die ersten einzelligen Protozoen. Von dort aus baut sich die Lebensenergie auf und erarbeitet nach den bekannten Versuchs- und Irrtumsmethoden immer komplexere und spezialisiertere Formen und überträgt dabei den Impuls des Verlangens durch die Ströme der „Wiedergeburt“ und die Gesetze der Genetik durch parallele und komplementäre Prozesse. Wo immer die notwendigen chemischen Bestandteile des Lebens zusammen mit den geeigneten Bedingungen existieren, manifestiert sich das Leben in irgendeiner Form; und das Prinzip gilt, wie der Buddhismus immer gelehrt hat, für all die unzähligen Welten, die gleichzeitig im Universum existieren.

Aus dem Material verschiedener Quellen können wir also ein Bild erstellen, das teleologisch zufriedenstellend ist und den bekannten Tatsachen voll entspricht.

Zusammenfassend: Unter der Herrschaft des Verlangens-Triebes wurden die rudimentären Lebensformen zu den komplexen Strukturen der höheren Tiere und des Menschen. Um das unbewusste Verlangen nach Sinneserfahrung zu befriedigen, wurden mehr und bessere Sinnesorgane benötigt, und so erzeugte der Lebensdrang diese in den biologischen Entwicklungsprozessen. Das Leben ist nicht die Arbeit eines bewussten Schöpfers, der sein Objekt vollständig im Blick hat; es ist das Ergebnis einer blinden, tastenden Kraft, die durch Wiedergeburt von einem Lebewesen auf ein anderes übertragen wird. Daher die vielen „Fehler“, die im Laufe der Evolution verschwanden – Tiere, die durch Überspezialisierung oder eine andere Ursache für ihre Umwelt ungeeignet waren und folglich ausstarben.

Die Wissenschaft hat bisher noch keine gültige Theorie, um den zweckbestimmenden Faktor in der Evolution zu erklären, und auch keine für das Fortbestehen instinktiver Verhaltensmuster bei Vögeln und Tieren, die recht komplizierte Operationen wie Nestbau und saisonale Wanderungen ausführen, ohne dass sie dafür etwas lernen müssten. Sie kann auch nicht die viel umstrittene Frage entscheiden, ob Charaktere genetisch übertragen werden. Viele Genetiker fühlen sich dazu gezwungen, diese gegen den

Nachweis der Beobachtung allein mit der Begründung zu bestreiten, es könne kein biologischer Mechanismus gefunden werden, der den Anforderungen einer solchen Übertragung entspricht. Auch hier rettet die buddhistische Doktrin wieder die Situation, denn sie zeigt, wie sowohl instinktives Verhalten als auch erworbene Charaktere übertragen werden können, indem immer wieder derselbe Identitätsstrom – das heißt Wiedergeburt – innerhalb derselben Spezies entsteht, derselben ethnischen oder kulturellen Gruppe und sogar derselben Familie. Denn welche Tendenzen auch immer in einem Leben, ob vom Tier oder vom Menschen, erworben und kultiviert werden, sie werden sich in den folgenden Leben zeigen, bis ein frischer Impuls von *kamma* den Lebensstrom in einen neuen Kanal lenkt.

Der Buddhismus lehrt, dass der Unterschied zwischen menschlichem und tierischem Leben nicht prinzipiell ist, sondern eine Frage der Qualität. Der Mensch ist keine besondere, spezielle Schöpfung, er stellt lediglich den höchsten Gipfel dar, den das organische Leben auf diesem Planeten erreicht hat. Der Mensch allein hat die Macht der sittlichen Entscheidung, während die Tiere nur passiv unter den Ergebnissen vergangener Aktivitäten leiden, die von Gier, Hass und Verblendung beherrscht wurden. Mit anderen Worten, sie sind die Produkte des früheren schlechten *kamma*. Ihre individuellen Lebensströme bleiben auf einem

niedrigen Niveau, bis die mentalen Tendenzen, die sie hervorgebracht haben, ihren vorbestimmten Lauf genommen haben. Wenn die Ergebnisse des schlechten *kamma* erschöpft sind, verbleibt ein restliches gutes *kamma* aus einem früheren menschlichen Leben, von dem alle Wesen ein latentes Potenzial haben: *Katattā-kamma* kommt ins Spiel und der Lebensstrom entsteht wieder auf einer höheren Ebene. Dieser Prozess kann nur verstanden werden, wenn man die Vorstellung von einer individuellen Selbstentität verwirft, einer Seele oder was auch immer, und stattdessen die Strömung des „Werdens“ in den Blick nimmt, welche aus buddhistischer Sicht das Wiedergeburtkontinuum ausmacht. Indem die buddhistische Lehre von Wiedergeburt und *kamma* auf diese Weise die Kluft überbrückt, die zwischen der menschlichen und der tierischen Welt zu existieren scheint, gibt sie dem Leben jene organische Einheit, die das wissenschaftliche Denken fordert. Gleichzeitig zeigt sie, dass das Universum trotz seiner scheinbaren Zwecklosigkeit in Wirklichkeit eine Manifestation von Moral und spirituellen Gesetzen ist.

In der buddhistischen Psychologie werden sechsunddreißig Ströme des Verlangens beschrieben. Achtzehn davon sind intern (*ajjhatta*), abhängig von subjektiven Be-

griffen, und achtzehn extern (*bāhira*), und stehen mit Subjekt-Objekt-Beziehungen in Verbindung.¹² Aber jede Art, jeder Grad trägt zur Summe des Greifens bei, das die Lebewesen ans Rad der Wiedergeburt fesselt. Dies gilt insbesondere für die niederen Formen des Verlangens, die mit den unliebsamen geistigen Begleitern verbunden sind: Gier, Hass und Verblendung. Und so finden wir im Aṅguttara Nikāya (III, 33):

„Wo immer Wesen entstehen, reifen dort ihre Taten; und wo auch immer ihre Taten reifen, ernten sie die Früchte dieser Taten, sei es in diesem Leben oder im nächsten Leben oder in einem zukünftigen Leben.“

Und im Saṃyutta Nikāya folgt die feierliche Bestätigung:

„Es wird eine Zeit kommen, in der der mächtige Ozean austrocknet, verschwindet und nicht mehr sein wird. Es wird eine Zeit kommen, in der die gewaltige Erde von Feuer verzehrt wird, umkommt und nicht mehr sein wird. Doch das Leiden der Wesen, die durch Nichtwissen gefesselt und von Verlangens gefangen gehalten werden, wird im Kreislauf der Wiedergeburten kein Ende finden.“

¹²Eine vollständige Darstellung der sechsunddreißig Ströme ist im *Khuḍḍakavatthu Vibhaṅga* zu finden.

Dukkha Nirodha Ariya Sacca

Die Edle Wahrheit vom Beenden des Leidens

Der Buddha erreichte sein Erwachen in drei Schritten:

In der ersten Nachtwache erkannte er seine früheren Existenzzustände. Die Erinnerung daran entstand als Frucht intensiver geistiger Vertiefung (*jhāna*).

In der zweiten Wache erlangte er Kenntnis der Art und Weise, in der Wesen in Übereinstimmung mit ihren Taten von einem Zustand der Existenz in einen anderen übergehen. Jetzt hatte er die Wahrheiten des Leidens und die moralische Kausalität erkannt, wie sie durch *kamma* wirkt.

Am Ende der letzten Wache errang er Kenntnis von den Ursachen, die der Existenz zugrunde liegen, den Prozess der abhängigen Entstehung. Er verstand sowohl den Ursprung des konditionierten Daseins mit seiner Wurzel in Verlangen und Nichtwissen als auch die Mittel, mit denen der Prozess beendet werden konnte.

Und in dieser letzten Wache der Nacht, aus Mitleid mit den Lebewesen erlangte er bei Sonnenaufgang das Erwachen. Er konzentrierte seinen Geist auf das abhängige Entstehen und meditierte darüber sowohl in der Reihenfolge des Entstehens als auch in der Reihenfolge des Vergehens.

Und dann sprach er diese Worte des Triumphs, wie unzählige Myriaden von Buddhas in der Vergangenheit auch:

Vergeblich bin ich durch viele Geburten gewandert und habe den Erbauer dieses Hauses gesucht. Schmerzhaft ist in der Tat wiederholte Geburt. Nun, oh Baumeister des Hauses, bist du erkannt! Nie wieder wirst du bauen. Alle deine Dachsparren sind zerschmettert, der Firstbalken ist zerbrochen. Mein Geist hat das Unbedingte erreicht; das Verlangen ist gelöscht.

(Dhammapada Kommentar und Dhammapada Verse 153-154)

Das Haus ist der Körper, der Baumeister das Verlangen, die Leidenschaften sind die Dachsparren und der Firstbalken das Nichtwissen.

„Denn durch das völlige Verblassen und Erlöschen des Verlangens (*taṇhā*) erlischt das Anhaften an der Existenz (*upādāna*); durch das Erlöschen des Anhaftens wird der Prozess des Werdens (*bhava*) zum Erlöschen gebracht; durch das Erlöschen des Werdens

erlischt die Wiedergeburt (*jāti*) und durch das Erlöschen der Wiedergeburt werden Verfall und Tod, Trauer, Wehklagen, Leiden, Sorgen und Verzweiflung ausgelöscht. So kommt das Aufhören dieser ganzen Leidensmasse zustande.“

„Und damit kommen das Erlöschen und die Überwindung der körperlichen Form, des Gefühls, der Wahrnehmung, der mentalen Gestaltungen und des Bewusstseins; das ist das Beenden des Leidens, das Ende der Krankheit, das Überwinden von Verfall und Tod.“

(Saṃyutta Nikāya, 12)

Das Beenden des Leidens ist *nibbāna*, in Sanskrit *nirvāṇa*, ein Wort, das aus dem negativen Präfix *nir* und der Wurzel *vā* gebildet wird, die die ursprüngliche Bedeutung „blasen“ hat. In seinem buddhistischen Sinn bedeutet *nibbāna* die Einstellung des Werdensprozesses, wie wenn ein Feuer durch Brennstoffmangel erlischt oder weil es nicht weiter angefacht wird. Das Feuer ist das dreifache Feuer der Gier, des Hasses und der Verblendung; wenn es aufhört zu brennen, weil der Brennstoff ausgeht, enden die lebensbejahenden Impulse und es gibt keine Wiedergeburt mehr. Was dann der Arahat während seines restlichen Lebens erlebt, ist *saupādisesa-nibbāna* - den Zustand von *nibbāna*, in dem die mentalen und physischen Gruppen noch existieren, aber

nicht mehr an ihnen angehaftet wird. Es ist absolute Ruhe, Ruhe und Erfüllung:

„Keine Angst ist für den da, der seine Reise beendet hat und von jeglichem Kummer befreit ist, der in jeder Hinsicht befreit ist und alle Anhaftung zerstört hat. Es gibt keine Wanderungen mehr (im *samsāra*) für einen solchen Menschen, der wie die Erde keine Abneigung hat, einen festen Charakter hat wie ein Pfosten und so rein ist wie ein tiefes Becken ohne Schlamm ... Ruhig ist sein Geist, ruhig seine Rede und ruhig seine Handlungen. Er ist völlig befreit und hat Frieden.“

(Dhammapada, Arahattā-vagga)

Wenn der Arahant das Ende seines Lebens erreicht, die endgültige Einstellung seines Lebensprozesses (*samuccheda-maraṇa*), erreicht er *anupādisesa-nibbāna*; das absolut unbedingte *nibbāna*, in dem keine der Faktoren individualisierter Persönlichkeit bestehen bleiben. Es ist nicht die Vernichtung eines Wesens, denn im wahrsten Sinne hat es nie ein Wesen gegeben; es gab nur einen Prozess. *Nibbāna* ist das Beenden des Prozesses, das Auslöschen der Anhaftungsgruppen, die früher zu einem Lebenskontinuum voller Phänomene geführt haben. Es ist der einzige Zustand, in dem das Leiden keinen Fuß fassen kann.

Im Dhammacakkappavattana-Sutta erklärt der Buddha:

„Dies, Bhikkhus, ist die Edle Wahrheit vom Beenden des Leidens: die vollständige Einstellung, das Aufgeben, das Verlassen des Verlangens, die vollständige Befreiung von diesem Verlangen und die vollständige Trennung von ihm.“¹³

In der Grundaussage zu *nibbāna* aus der ersten Rede des Buddha wird der psychologische Zustand in ethisch bedeutungsvollen Begriffen dargestellt. Sie beziehen sich auf eine Einstellung zur Welt und zu den Inhalten der Sinneswahrnehmung. Aber was ist mit dem *nibbāna dhātu* – das heißt sozusagen, *nibbāna* in seiner eigenen Natur?

In diesem, seinem letztendlichen Aspekt, wird es als *asāṅkhata-dhātu*, das Unbedingte, definiert, weil es keiner Veränderung oder Konditionalität unterliegt; es ist einheitlich in dem Sinne, dass es nicht zusammengesetzt ist wie alle anderen Phänomene. Eine präzise positive Definition ist jedoch nicht möglich.

Alle Bezüge, die wir im Denken und in der Kommunikation verwenden, basieren auf Dingen und Ideen, die zum Bereich der Konditionalität gehören, so dass wir keine Möglichkeit haben, eine Idee zu formulieren, die weder im Vergleich noch im Gegensatz zu einer anderen Idee steht.

¹³Soma Theras Übersetzung “*The Buddha’s First Discourse*”
Bodhi Leaves Nr. 1

Der gesamte Inhalt unserer Erfahrung ist ein Beziehungskomplex. Gedanken schwanken ständig zwischen Gegensätzen – hell und dunkel, Hitze und Kälte, gut und schlecht. All dies sind relative Werte, die Gegensätze oder unterschiedliche Grade des Kontrastes darstellen, von denen keiner eine wirkliche Bedeutung hat, abgesehen von diesem Zusammenhang. Da nichts in der Welt der Sinneserfahrung irgendeinen Charakter hat, außer in Bezug auf etwas anderes, bleibt als einzige Möglichkeit, die sinnliche Welt als eine Sphäre der bloßen relativen Realität zu betrachten. Sie ist sicherlich real auf einer bestimmten Ebene des Bewusstseins, nämlich auf der, auf der das Bewusstsein normalerweise arbeitet (obwohl zu beachten ist, dass die Details nicht für zwei Individuen gleich sind). Aber auf anderen möglichen Bewusstseinssebenen muss sie notwendigerweise ziemlich unwirklich sein, vielleicht sogar nicht existent.

Der Physiker sieht das Universum in Bezug auf elektrische Kräfte, der Mathematiker reduziert es auf mathematische Formeln; und während beide mit der Welt zu tun haben, wie sie dem gewöhnlichen Menschen wirklich erscheint, ist ihr Bild davon auf der Ebene ihrer Arbeit etwas ganz anderes. Sie müssen gleichzeitig in einer Welt der Sinne leben und sie genauso betrachten, wie ihre Sinnesfähigkeiten es berichten, und in einer anderen Welt des Intellekts, in der sie wissen, das Bild ihrer Sinne ist nicht wahr.

Die Informationen, die wir erhalten, haben eine Art Gültigkeit, aber im Endeffekt ist das daraus gebildete Bild das Produkt eines Zaubertricks der Sinne. Die „festen“ Objekte, die wir sehen und fühlen, bestehen eher aus Raum als aus Materie. Diese Tatsache zeigt sich zum Beispiel durch die Struktur des kleinsten bekannten Atoms, des Wasserstoffs. Im Wasserstoffatom ist der Abstand der elektronischen Umlaufbahn vom Kern relativ zu seiner Größe doppelt so groß wie der Abstand der Erde von der Sonne mit ca. 150 Millionen Kilometern. Im Vergleich enthält „feste“ Materie mehr freien Platz als unser Sonnensystem. Was wir durch die Sinne erkennen, ist daher nicht das „Ding, wie es ist“, sondern ein relativer Aspekt davon – relativ zu unserer eigenen besonderen Art des Bewusstseins. Zu sagen, die physische Welt, wie sie uns erscheint, sei unwirklich oder falsch, weil sie als ein Fakt in unserem Bewusstsein existiert, und gleichzeitig zu sagen, sie sei real als äußere und objektive Realität, ist noch weiter von der Wahrheit entfernt.

Daraus folgt, dass jedes Nachdenken über *nibbāna* ohne Konzepte erfolgen müsste, wenn dies möglich wäre. Die Tatsache, dass dies nicht möglich ist, hat zu einem unglücklichen Missverständnis geführt. Weil er sich konsequent weigerte, irgendeine positive Definition von *nibbāna* zu geben, und sich ebenso weigerte, sich damit auseinanderzusetzen, ob die Welt ewig oder nicht ewig sei und ob der Arahant im *nibbāna* weiter existiert oder nicht, hat man

den Buddha einen Agnostiker genannt. Seine Antwort auf solche Fragen war, sie wären falsch gestellt. Sie beruhen nämlich auf falschen Vorstellungen hinsichtlich der Realität oder Nichtrealität der behandelten Objekte und der verwendeten Referenzbedingungen. Jede positive oder negative Antwort wäre gleichermaßen irreführend. Wenn dieses Leben im wahren Sinne „Sein“ wäre, wäre *nibbāna* „Nicht-Sein“ – Vernichtung. Das ist aber nicht der Fall. Auf der anderen Seite, wenn dieses Leben völlig unwirklich wäre, würde es sich um ein „Nicht-Sein“ handeln. In diesem Fall wäre *nibbāna* absolutes „Sein“. Wenn überhaupt, kommt dies der Wahrheit etwas näher, aber es ist nicht ganz richtig. Das Leben ist kein „Nicht-Sein“, denn die Erfahrung des Leidens ist real; und *nibbāna* kann nicht als „Sein“ bezeichnet werden, weil es sich nicht durch Merkmale auszeichnet, die wir mit „Sein“ verbinden, wie dem Bewusstsein der individuellen Identität. Es ist frei von einem Selbst. Die anderen Fragen sind für ähnliche Einwände anfällig. Sie sind unzulässig, weil sie sich auf Zustände und Prädikate beziehen, die keine wirkliche Gültigkeit besitzen. Der Buddha weigerte sich, sie zu beantworten, nicht, weil er es nicht wusste, sondern weil er nichts verfälschen wollte. Ein wichtiger Punkt wird jedoch mit Sicherheit festgehalten: Das System lässt keinen Platz für einen Schöpfergott. Der Buddha verurteilte ausdrücklich die Idee einer übergeordneten Macht, weil sie zu Fatalismus und Untätigkeit führt.

„Unbestimmte“ (*avyākata*) Fragen oder solche, sich auf die „unsagbare“ (*anakkhāta*) Natur von *nibbāna* beziehen, werden durch die Anerkennung zweier Arten von Wahrheit in ihre richtige Perspektive gebracht – das heißt durch konventionelle oder relative Wahrheit (*sammuti-sacca*) und absolute Wahrheit (*paramattha-sacca*).

Konventionelle Wahrheit umfasst den Bereich der Relativität, ihre Gültigkeit ist bedingt von akzeptierten Beziehungsweisen und auch weitgehend von den Gesetzen der Semantik. Als der Buddha sagte: „Das Selbst ist der Herr des Selbst“ (*attāhi attano nātho*, DhP 160), benutzte er das Wort „Selbst“ (*attā*) in seiner unverzichtbaren semantischen Rolle, als ein Wort, ohne das keine als Phänomen gedachte Persönlichkeit ausgedrückt werden kann. In ähnlicher Weise sind wir gezwungen zu sagen: „Es regnet“, obwohl es schwierig sein kann, zu definieren, ob mit „es“ eine Wolke, der Himmel oder die Summe der meteorologischen Bedingungen gemeint ist.

Die Persönlichkeit setzt sich aus ständig wechselnden Gruppen, einem Strom von Übergängen zusammen, sie hat keine Existenz als Noumenon. Aus der ultimativen Sicht (*paramattha-sacca*) handelt es sich deskriptiv um einen Strom von Ereignissen im Raum-Zeit-Kontinuum; jenseits des Bereiches der Beschreibung existiert sie jedoch in keiner Weise. Es ist eine rein konventionelle Realität. Man muss diesen Punkt wiederholen, denn darauf beruht nicht nur die

buddhistische Sicht des Lebens, sondern auch das Konzept des letztendlichen Ziels.

Daraus folgt, dass eine Frage in Ausdrücken der konventionellen Realität nicht mit denselben Ausdrücken beantwortet werden kann und dabei gleichzeitig absolute Wahrheit enthält. Im äußersten Sinne kann *paramattha-sacca* überhaupt nicht ausgedrückt werden; selbst die analytischen Beschreibungen von Phänomenen sind nur Annäherungen, die durch die Beseitigung der gröberen Missverständnisse der relativen Wahrheit erreicht werden. Es ist diese Art von „beschreibendem“ *paramattha-sacca*, die sich im Abhidhamma, dem buddhistischen ethisch-psychologischen System findet. Dort werden Geisteszustände behandelt, die nicht mit einem Konzept einer beständigen Entität verbunden sind und so die Trends der heutigen dynamischen Psychologie vorweggenommen. Hier finden wir Gedanken ohne „Denker“ und ohne „Akteure“, wobei Denken und Handeln nur Aspekte des Lebensflusses des Bewusstseins sind, genau wie in der Philosophie von Henri Bergson.

Nibbāna kann nicht beschrieben werden; es kann nur realisiert werden. Und in seiner Realisierung werden die damit und mit der Natur des Seins verbundenen Probleme im Allgemeinen nicht so sehr beantwortet, sondern festgestellt, dass sie in Wirklichkeit überhaupt nicht existieren. Sie sind unwirkliche Konstruktionen, geboren aus dem falschen

Glauben, die ultimative Wahrheit könne durch konzeptuelles Denken, das an das Reich und die Begriffe der Sinnesdaten gebunden ist, verstanden werden. Aus diesem Grund ist es den tapferen Versuchen der Philosophen, so tief und komplex sie auch sein mögen, nie gelungen, eine abschließende und völlig befriedigende Sicht auf die Wirklichkeit zu geben.

Trotz der im Wesentlichen nicht kommunizierbaren Natur des *nibbāna*-Erlebnisses werden in den Pāli-Texten jedoch eine Vielzahl von beschreibenden Wörtern verwendet – Wörter, die leicht verständliche Wertbedeutungen haben und die das Ideal der Befreiung vom *samsāra* vermitteln in einer Sprache, die nicht philosophisch ist, aber das Poetische des Strebens ausdrückt. *Nibbāna* ist nicht nur das Unsterbliche, sondern auch das andere Ufer (*para*), das Alterslose (*ajara*), das Glück (*siva*), das Andauernde (*dhava*) und so weiter. Aber schließlich und immer ist es *anakkhāta*, das Unsagbare und *asaṅkhata*, das Unbedingte. Auf der Suche nach der Ursache der Ursache finden wir nur Wirkung. Das letztendliche *nibbāna* ist der Punkt, an dem Ursache und Wirkung identisch werden, und an dem sie sich gegenseitig aufheben, Raum, Zeit und alle Kategorien des Denkens vernichten.

"Oh Bhikkhus, von allem, sei es zusammengesetzt oder nicht, ist Befreiung das Beste – nämlich die Vertreibung von Stolz, das Verlassen des Durstes, die

Entwurzelung der Anhaftung, das Abschneiden der Runde von Geburt und Tod, das Ausrotten des Verlangens, die Befreiung, das Ende der weltlichen Sehnsucht.“

(A. II, 34.)

Es gibt keinen Mangel an positiver Bestätigung der Realität von *nibbāna*. Sie findet sich überall dort, wo der Buddha das zeitlose und unveränderliche *asaṅkhata-dhātu* der Welt der Geburt, des Verfalls und des Todes gegenüberstellt, wie in diesen Worten aus der Udāna:

Oh Bhikkhus, es gibt ein Ungeborenes, Ungemachtes, Ungeschaffenes, Ungeformtes.

Wenn es einen solchen Zustand des Ungeborenen, Ungemachten, Ungeschaffenen, Ungeformten nicht gäbe, wäre kein Entkommen möglich von dem, was geboren ist, gemacht, entstanden, gebildet ist.

Aber da, oh Bhikkhus, es in der Tat diesen Zustand des Ungeborenen, des Ungemachten, Ungeborenen und Ungeformten gibt, gibt es wirklich eine Flucht aus dem Geborenen, Geschaffenen, Entstandenen und Geformten.

Solche Versicherungen bringen die Realität der dritten der Vier Edlen Wahrheiten –die Beendigung des Leidens als positives Ziel – am lebhaftesten vor den Geist.

Dukkha Nirodha Gāmini Paṭipadā Ariya Sacca

Die Edle Wahrheit vom Weg zum Beenden des Leidens

„Und was, oh Bhikkhus, ist die Edle Wahrheit vom Weg, der zum Beenden des Leidens führt? Es ist der Edle Achtfache Pfad, nämlich rechte Ansicht, rechte Absicht, rechte Rede, rechte Handlung, rechter Lebensunterhalt, rechte Anstrengung, rechte Achtsamkeit und rechte Sammlung.“

Die vierte Edle Wahrheit umreißt die praktischen Mittel, durch die *nibbāna* verwirklicht werden kann. Bevor er sie verkündete beseitigte der Buddha bestimmte Missverständnisse, die zu seiner Zeit aktuell waren und sich als ernsthafte Hindernisse der Suche nach der Wahrheit erwiesen hatten. Seine erste Rede nach seinem Erwachen hielt er vor den fünf Nachfolgern, die ihn verlassen hatten, nachdem er den Weg der Selbstqual aufgegeben hatte. In dieser Rede, erklärte er, zwei extreme Wege seien zu vermeiden:

Einerseits der Weg des Genießens der Sinnenwelt „gering, niedrig, vulgär, unrein und nutzlos“ und zum

anderen die Praxis der extremen körperlichen Askese, „schmerzhaft, unrein, vergeblich und nutzlos“ .

Im Gegensatz dazu steht

„Der mittlere Weg, den der Erwachte entdeckt hat: Der Weg, der es ermöglicht zu wissen und zu sehen, der zum Frieden, zur Einsicht, zum vollen Wissen, zu *nibbāna* führt. Frei von Schmerz und Pein ist dieser Weg, frei von Wehklagen und Qualen; es ist der perfekte Weg.“

(Saṃyutta, 56).

Vom Standpunkt der modernen Psychologie aus geht die Verurteilung extremer asketischer Praktiken durch den Buddha tiefer, als es die von ihm verwendeten Worte ausdrücken. In einigen heute noch praktizierten Formen der Yogi-Askese findet man ein Element pathologischen Selbsthasses, vielleicht auch eine masochistische Lust am Erleben von Schmerz. Was auch immer das Motiv sein mag, diese Praktiken führen zu einer übermäßigen Beschäftigung mit dem Körper, die den Geist nicht befreit, sondern ihn nur noch mehr an seine physische Basis fesselt. Um diese Manifestationen der umgekehrten Sinnlichkeit finden sich häufig zerstörerische Vorstellungen, wie die einer Seele oder einem Geist, die sich vom Körper unterscheidet und gegen ihn ankämpft. Oder der Glaube, das Fleisch sei der Feind des Geistes und daher ein passendes Objekt des Hasses, für das der

Geist ständig neue Folterungen erfinden muss, um es unterwerfen zu können. Ähnliches gilt auch für die Flagellanten, die Büsser, die Asketen und die Märtyrer der frühen christlichen Askese. Der Körper war der allgegenwärtige Feind; aber ein Feind ist jemand Wichtiges, besonders wenn man ihm nicht entkommen kann. Durch diese Betrachtung nahm der Körper ein selbständiges und böses Leben an. Sehr oft schlug er zurück, mit unangenehmen psychologischen Folgen.

Aber der Buddhismus scheut Gewalt, sowohl gegenüber sich selbst als auch gegenüber anderen. Der Körper muss sicherlich unter Kontrolle gebracht werden, aber nicht so. Er ist nicht selbst der Sitz der Leidenschaften, sondern nur ihr Werkzeug. Im Geist muss die Burg des Verlangens gestürmt werden, nicht in diesem armen Ochsen, dem Körper, der nur seinem Fahrer gehorcht. Der Edle Achtfache Pfad ist daher eine Lebensweise, die mit dem Geist beginnt und mit dem transzendenten Geist endet.

Seine erste Anforderung ist rechte Ansicht, was ein intellektuelles Verständnis der Natur der Existenz bedeutet. „Was ist nun rechte Ansicht? Es ist wahrlich das Verstehen des Leidens, der Ursache des Leidens, des Beendens des Leidens und des Weges zu seinem Beenden.“ (Dīgha Nikāya 22). An anderer Stelle wird erklärt, dass sie auch das Verständnis des Gesetzes der moralischen Kausalität umfasst, die Wurzeln verdienstvollen und unheilsamen Handelns. Im

Samyutta Nikāya heißt es auch: „Wenn man versteht, dass Körper, Gefühl, Wahrnehmung, die mentalen Gestaltungen und das Bewusstsein alle unbeständig sind (und daher Leiden unterliegen und ohne Selbst sind), dann hat man auch rechte Ansicht.“

„Was ist nun rechte Absicht? Es ist wahrlich eine Absicht, die frei von Sinnesbegierde ist, frei von Aversion, frei von Grausamkeit.“ Es gibt zwei Arten: Rechte Absicht, die sich mit den Dingen dieser Welt befasst, die sich in guten Handlungen äußert, die gute weltliche Ergebnisse bringen; und rechte Absicht, die sich auf den höheren Weg der Reinigung richtet, der *nibbāna* als Frucht hat.

„Und was ist nun rechte Rede? Es ist wahrlich, Lügen zu vermeiden, sich an die Wahrheit zu halten und Harmonie statt Zwietracht zu fördern. Es bedeutet, sich von der harten Rede zu enthalten, eine sanfte, höfliche Rede zu pflegen und leeres, unverantwortliches und törichtes Gerede zu vermeiden. Es bedeutet stattdessen immer vernünftig über wertvolle Themen wie den Dhamma des Erwachten zu sprechen.“

„Und was ist nun rechte Handlung? Es ist wahrlich das Vermeiden des Nehmens von Leben, das Vermeiden von Diebstahl und Veruntreuung, das Vermeiden des Geschlechtsverkehrs mit Frauen unter dem Schutz von Vater, Mutter, Bruder, Schwester oder Verwandten, Frauen unter

der Obhut des Königs, mit verheirateten Frauen und Frauen, die bereits versprochen sind.“ Das Vermeiden von Töten, Diebstahl und Geschlechtsverkehr mit den verbotenen Klassen von Frauen wird als weltliche rechte Handlung bezeichnet. Es führt zu guten weltlichen Ergebnissen (in diesem oder einem anderen Leben). Aber die Abkehr von diesen Dingen, die vollständige Ablehnung der Dinge mit einem reinen Geist, der auf den Pfad der Befreiung abzielt – das wird als transzendente rechte Handlung bezeichnet und hat seine Folgen in dem Pfad und der Frucht der Reinigung.

„Und was ist nun der rechte Lebensunterhalt? Es ist wahrlich, falschen Lebenserwerb abzulehnen rechtschaffen seinen Lebensunterhalt zu bestreiten.“ Falscher Lebensunterhalt bedeutet hier, durch Schlachten oder auf andere Weise, die dem Wohlergehen der Lebewesen abträglich ist, seinen Lebensunterhalt zu verdienen.

„Und was ist nun rechte Anstrengung? Wahrlich, es sind die vier großen Anstrengungen (*sammappadhāna*): das Bemühen, zu vermeiden; das Bemühen, zu überwinden; das Bemühen, zu entwickeln; und das Bemühen, aufrechtzuerhalten.“

Das erste ist das Bemühen, das Entstehen böser, unheilvoller Zustände zu vermeiden, die noch nicht entstanden sind, das heißt, das Aufkommen von An-

haftung zu vermeiden, die beim Eindringen von Sinnesobjekten in das Bewusstsein entsteht und zu Gier und Leid führt.

Das zweite ist das Bestreben, böse und unheilsame Zustände zu überwinden, die bereits durch solche Ursachen entstanden sind.

Das dritte ist das Bestreben, gute und heilsame Geisteszustände zu entwickeln, die dem Erwachen förderlich sind.

Der vierte ist der Versuch, diese Zustände aufrechtzuerhalten, wenn sie durch Beharrlichkeit, Energie und Anstrengung entstanden sind.

„Und was ist nun rechte Achtsamkeit? Es ist wahrlich die Betrachtung des Körpers, der Gefühle, des Geistes und der Geistobjekte. Da weilt der Nachfolger in Kontemplation des Körpers, des Gefühls, des Geistes und der Geistobjekte, eifrig, klar, bewusst und aufmerksam, und setzt weltliche Gier und Trauer beiseite.“ Dies bezieht sich auf die vier Grundlagen der Achtsamkeit, „den direkten Weg zur Erlangung der Reinheit, zur Überwindung von Trauer und Wehklagen, zum Ende von Schmerz und Sorgen, zum Betreten des richtigen Weges und zur Verwirklichung von *nibbāna*.“ (Mahā Satipatthāna Sutta).

„Und was ist nun rechte Sammlung? Es ist wahrlich die Vertiefung des Geistes, die Fixierung des Geistes auf ein einziges Objekt; das ist rechte Sammlung.“ Die Objekte der

Sammlung sind die vier Grundlagen der Achtsamkeit, und ihre Voraussetzungen sind die vier großen Anstrengungen. „Das Üben, Entwickeln und Kultivieren dieser Dinge ist die Entwicklung der Sammlung.“

Jeder der acht Abschnitte des Pfades hat eine sehr genaue Bedeutung, eine Bedeutung, die sich logisch auf das philosophische und psychologische System des Buddhismus insgesamt bezieht. Daher ist rechte Ansicht etwas Spezifischeres als einfach „gute Gedanken zu haben“. Sie steht für ein intelligentes Erfassen der Realitäten des Lebens in Umrissen, wenn nicht sogar im Detail. Am anderen Ende des Pfades kommen wir zur rechten Sammlung, die den transzendenten Bewusstseinszustand bezeichnet, in dem die Wahrheiten, die früher nur unvollkommen vom Intellekt wahrgenommen wurden, zum Objekt der unmittelbaren intuitiven Erfahrung werden. Nur wenn dies erreicht wird, wird auch rechte Ansicht selbst perfektioniert. Die acht Abschnitte des Pfades sind nicht seriell oder fortschreitend zu verstehen, sondern sie sind zusammen zu kultivieren, denn die Perfektion des Pfades kann nur durch die gleichzeitige Entwicklung seiner Glieder erreicht werden. Ebenso wie bei den Verknüpfungen, die die Formel der abhängigen Entstehung enthalten, stehen die Elemente des Achtfachen Pfades nicht in einem ausschließlich zeitlichen Ursache-Wirkungs-Verhältnis zueinander; sie sind auch sich gegenseitig unterstützende Faktoren. Die rechte Sammlung entwickelt und

hebt das Wissen, das als rechte Ansicht begann, auf eine höhere Ebene, und so wird das Ende bereits am Anfang angedeutet.

Üblicherweise wird der Weg dreifach unterteilt in *sīla* (Moral), *samādhi* (Sammlung) und *paññā* (Weisheit).

Rechte Sprache, Handlung und rechter Lebensunterhalt gehören zu *sīla*.

Rechte Anstrengung, Achtsamkeit und Sammlung zu *samādhi* und

rechte Ansicht und Absicht zu *paññā*.

Eine detaillierte Diskussion der buddhistischen Ethik ist in dieser Arbeit nicht möglich; es genügt zu bemerken, dass die Moral im Buddhismus direkt dem zentralen Konzept seines philosophischen Systems, der letztendlichen Nichtrealität des Selbst, entspringt. Die „schlechte“ oder unheilsame Tat ist eine selbstzentrierte und selbstsüchtige Tat, die von Gier, Hass und Verblendung beherrscht wird. Das „Gute“ und heilsame ist das, das selbstlos ist und von Wohlwollen und Einsicht inspiriert ist.

Die buddhistische Ethik ist kein willkürlicher Verhaltenskodex, der lose an ein theologisches System von zweifelhaftem Wert gebunden ist und den Erfordernissen von Zeit und Umständen unterliegt. Sie ist in universellen und unveränderlichen Prinzipien verwurzelt, die nicht zur sich

verändernden Welt der Ereignisse gehören, sondern zur inneren Welt psychologischer Motive, die eine Konstante der menschlichen Natur ist.

Wo hören Verlangen und Anhaftung auf? Die Antwort des Buddha war, dass sie dort zu einem Ende kommen, wo sie entstehen – im Kontakt zwischen den Sinnesorganen und ihren jeweiligen Objekten; den Dingen, die im Geist gesehen, gehört, gerochen, geschmeckt, berührt werden oder dort entstanden sind. Wenn Sinneseindrücke als bloße Erfahrung betrachtet werden, als leere Phänomene, die keinen Bezug zu einem erlebenden „Selbst“ haben; als etwas, das keine unterscheidende Reaktionen weckt, wird das Verlangen nach ihnen an der Quelle abgeschnitten. Es findet ein Ablöseprozess statt. Bei der „Kontemplation des Körpers“ wird also die Aufmerksamkeit nur auf den Körper gerichtet. Er wird als eine unpersönliche Verbindung von physischen Elementen betrachtet, die in sich selbst unattraktiv sind, wie beispielsweise ein Haar im Essen. Die Analyse seiner Bestandteile und das aufmerksame Erkennen ihrer abstoßenden Aspekte schwächt die Anhaftung an den Körper und beseitigt sie früher oder später, je nach Grad der Sammlung. Statt den Körper als minderwertiges und feindseliges „Selbst“ zu betrachten, wird er als genau das verstanden, was er ist: Materie im momentanen Prozess des Verfalls und des Untergangs, das Produkt physikalischer Gesetze und des vergangen *kamma*.

Unterschiedliche Themen der Meditation oder besser der geistigen Kultivierung (*bhāvanā*) sind für unterschiedliche Temperamente geeignet, aber sie haben alle ein gemeinsames Ziel, das Ziel der Leerheit von Phänomenen zu erkennen, die wesentliche Leerheit des Beobachters und des Objektes der Beobachtung, was nur durch intensive geistige Vertiefung erreicht werden kann. Nur dann wird diese Leerheit (*suññatā*) vollständig verstanden, wenn die *jhāna* oder Vertiefungszustände selbst transzendierte wurden:

„Er sollte das *jhāna*-Bewusstsein nicht mehr beachten, sollte jetzt wiederholt seine Aufmerksamkeit auf folgendes wenden: ‚Da ist nichts‘ oder ‚Leere, Leere‘ oder ‚Abgeschiedenheit, Abgeschiedenheit‘, seine Aufmerksamkeit darauf richten, es kontemplieren und es besiegen mit anfänglichen Gedanken und andauernden Gedanken.“ Und „der Bhikkhu, der sich der Definition der vier großen Elementen widmet, taucht in die Leerheit ein und beseitigt die Wahrnehmung der Lebewesen. Da er keine falschen Vorstellungen über (verschiedene Arten von Wesen) hat, weil er die Wahrnehmung solcher Wesen abgeschafft hat, besiegt er Angst und Furcht, Freude und Abneigung; Er wird nicht durch angenehme Dinge erheitert oder durch unangenehme Dinge niedergedrückt;

und wenn er großes Verständnis hat, erreicht er entweder das Unsterbliche oder sichert sich eine glückliche Wiedergeburt.“

(Vism. XI. 117.)

Zwischen dem Zustand der Täuschung, der Knechtschaft und des Leidens und dem der völligen Befreiung liegen mehrere Zustände von Pfad und Frucht, gekennzeichnet durch die fortschreitende Beseitigung von zehn Fesseln.

Diese Fesseln sind:

1. Persönlichkeitsglaube,
2. Zweifel,
3. Glaube an Riten und Regeln,
4. Sinnesbegierde,
5. Aversion,
6. Verlangen nach Existenz in der Welt der reinen Form,
7. Verlangen nach formlosem Dasein,
8. Dünkel,
9. Unruhe,
10. Nichtwissen.

Wer die ersten drei Fesseln zerstört hat, wird Strom-Eingetretener genannt. Er ist in den Strom der Befreiung eingetreten.

treten und sein Schicksal steht fest. Er kann auf keiner niedrigeren Ebene als im Menschentum wiedergeboren werden und wenn er nicht sogar früher die volle Befreiung erreicht, wird er dies innerhalb von höchstens sieben Leben erreichen.

Wenn die nächsten beiden Fesseln zusätzlich geschwächt werden, wird er zum Einmal-Wiederkehrer, der in der sinnlichen Sphäre nicht mehr als eine Wiedergeburt erleiden muss.

Mit der vollständigen Zerstörung aller ersten fünf Fesseln, den gröberen Fesseln, wird er zu einem Nicht-Wiederkehrer, der nicht mehr in den Sinnesbereichen wiedergeboren wird.¹⁴

Mit dem Lösen aller zehn Fesseln erreicht er den Zustand des Arahat. Dann hat er alle Pfade und Früchte des heiligen Lebens erreicht, und für ihn ist die schmerzhafteste Wiedergeburt beendet.

Diese vier Stufen des Edlen Menschen (*ariya pug-gala*) sind manchmal durch Intervalle voneinander getrennt, manchmal folgen sie unmittelbar aufeinander, aber bei jedem Schritt folgt die „Frucht“ oder Errungenschaft unmittelbar nach der Verwirklichung des Pfades in der Reihe der

¹⁴Die Sinnesphären (*kāma-loka*) sind die Existenzbereiche, die auch die menschliche Welt umfassen

Gedankenmomente. Wenn der Gedankenmoment der Einsicht aufleuchtet, weiß der Meditierende zweifelsfrei, welche Art von Erreichung er hat und was nötigenfalls noch zu tun ist.

Wenn der Arahant durch die totale Tilgung von Gier, Hass und Verblendung (*lobha-kkhaya*, *dosa-kkhaya* und *moha-kkhaya*) *nibbāna* erlangt, bedeutet das, er hat *sāvaka-bodhi* (das Erwachen des Nachfolgers) erreicht. Das heißt, er kennt die Ursachen des Daseins und wie er ihnen entgegenwirkt, und er erlebt eine Erweiterung seiner Fähigkeiten. Diese beruht auf dem Zusammenbruch seiner Täuschung über ein Selbst, die normalerweise den Geist hemmt und ihn im Bereich persönlicher Sinneserfahrung isoliert. Das Erwachen eines Höchsten Buddha ist aber von höherer Ordnung und unbeschreiblicher Reichweite. Über das Wissen der Arahatschaft hinaus erwirbt er *sabbaññutā*, das vollkommene Verständnis aller Dinge. Dies gewinnt er als Ergebnis seiner in einem früheren Leben gebildeten und durch die Kultivierung transzendenter Tugend verwirklichten Entschlossenheit, ein vollständig Erwachter zu werden, ein Weltlehrer für das Wohlergehen aller Wesen. Ohne dieses vollständige Wissen könnte er das Rad des Dhamma nicht in Bewegung setzen. Aber aufgrund der Natur der Dinge ist der größte Teil seines Wissens nicht an andere kommunizierbar. Es gibt auch keine Notwendigkeit dafür. In Bezug auf Naturphänomene verwendete der Buddha die

Sprache und die Ideen seiner Zuhörer, denen alle andere bizarr und unglaublich vorgekommen wäre. Man spricht nicht von der allgemeinen Relativitätstheorie zu jemand, der kaum Euklid verstehen kann. Als er gefragt wurde, ob er seinen Nachfolgern alles, was er wusste, beigebracht hatte, antwortete der Buddha mit einem Vergleich. Er nahm eine Prise Staub auf seinen Nagel und fragte, was größer wäre – die Prise Staub, die er hielt, oder der Rest des Staubs auf dem Boden. Die offensichtliche Antwort wurde gegeben, woraufhin er sagte: „Genauso ist das Wissen des Tathāgata viel größer als das, was er gelehrt hat.“

Man versuchte daraus abzuleiten, der Buddha habe eine esoterische Lehre gelehrt, die er einer ausgewählten Gruppe von Schülern vorbehalten habe. Die eigentliche Bedeutung wird jedoch durch das Folgende klar: „Trotzdem hat der Tathāgata alles Notwendige für die vollständige Befreiung gelehrt.“ Und auch: „Der Tathāgata hat den Dhamma gelehrt, ohne zwischen geheimer Lehre und Lehre für die Allgemeinheit zu unterscheiden. Der Tathāgata hat nichts in der geschlossenen Faust zurückgehalten.“ Die Dinge, die der Buddha wusste, aber nicht lehrte, waren solche, die nicht zur Befreiung führten und die Aufgabe, andere über den Ozean von *samsāra* zu führen, nicht beeinflussten.

Er hat metaphysische Spekulationen nicht ermutigt, da er wusste, dass sie nutzlos sind. Er hat keine Theorien

vertreten. „Der Tathāgata theoretisiert nicht“ ist ein Satz, der häufig in den Texten vorkommt. Nachdem er die Wahrheit von Angesicht zu Angesicht gesehen hatte, hatte er Ansichten verworfen, die auf bloßem Denken und unvollständigem Wissen beruhen. Die Vernunft ist ein guter Leitfaden – soweit sie geht, gibt es nichts Besseres – und sicherlich sollte nichts, was der Vernunft widerspricht, als wahr akzeptiert werden. Aber es gibt einen Punkt, hinter dem uns die Vernunft nicht mehr helfen kann. Denn dort, wo die Reise zum letztendlichen Ziel beginnt übernimmt der *adhi-citta* oder höhere Geist und vollendet sie. Bis zu diesem Zeitpunkt bleiben die Schlussfolgerungen des unterscheidenden konzeptuellen Geistes bis zu einem gewissen Grad ein Hindernis.

Wissen kann jedoch in den Dienst der Weisheit gestellt werden und heute sind wir vielleicht besser in der Lage, die Wahrheiten zu verstehen, die der Buddha gelehrt hat, als unsere Vorfahren es waren, in den Tagen vor der Analyse der physischen Welt durch die Wissenschaft. Die wissenschaftliche Methode, die mentale Disziplin das Denken mit bekannten Fakten in Beziehung zu setzen, hat ihren Wert. Der Buddha hat sie als erster angewandt auf der Suche nach der absoluten Wahrheit. Ausgehend von der beobachteten Tatsache des Leidens suchte er dessen Ursachen und Gegenmittel durch Analyse der Existenzfaktoren. Das Ergebnis waren die Vier Edlen Wahrheiten, die den Dhamma

zusammenfassen. Und so wie die Wissenschaft ihre Entdeckungen zur empirischen Verifizierung anbietet, so präsentierte der Buddha seine Lehre nicht als Theorie, als religiöses Dogma oder als Traum eines Visionärs, sondern als nachweisbare Wahrheit, die jeder für sich selbst überprüfen kann. Als er das Tor zum Todlosen öffnete, reichte er den Schlüssel nicht einem einzelnen oder einer Gruppe von Menschen. Er ließ es offen für alle und jeder kann aus eigener Kraft eintreten.

Zweifellos ist der Dhamma „tiefgründig, subtil, nur durch die Weisen erkennbar“, aber in der Sprache des Buddha bedeutet Weisheit nicht akademisches Lernen. Es bedeutet die Fähigkeit, Dinge klar zu sehen. Ein Kind ist dabei oft klüger als ein Philosoph. Es war eine Meditationserfahrung seiner Kindheit, die dem Buddha den ersten Blick auf den Weg eröffnete, den er einzuschlagen hatte. Alter, Erfahrung, Gelehrsamkeit – diese Dinge können von Weisheit begleitet sein oder auch nicht. Die Unschuld der Kindheit kann ein einfaches, tierisches Nichtwissen sein oder sie kann von Einsichten begleitet sein, die aus früheren Leben stammen. Aber der Mensch, der voll über seine Fähigkeiten verfügt, hat in jedem Alter die Mittel, mit denen er die wahre Natur des Lebens herausfinden und den Weg zum *nibbāna* beschreiten kann, egal ob er gelehrt ist oder ein Analphabet. Für ihn steht das Tor zum Todlosen noch offen.

Dhamma-Dana Projekt der BGM

www.dhamma-dana.de

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

Diese Veröffentlichungen sind nicht profitorientiert, sondern sollen sich selbst tragen. So finanziert der Gewinn eines Buches die Herstellung des nächsten.

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

IBAN: DE 33700100800296188807

BIC: PBNKDEFF

Empfänger: BGM

Verwendungszweck: Dhamma-Dana-Projekt

Notwendigkeit des Studiums

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

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

Notwendigkeit von Dana (erwartungsloses Geben)

Das Dhamma des Buddha ist ein Geschenk für uns und die Gesellschaft, in der wir uns bewegen. In einer Welt beherrscht von Geld und militärischer Macht ringen wir darum, einen Lebenssinn zu finden. Dieses Geschenk des Dhamma ist so viel mehr als Worte, Belehrungen und Meditationsanleitungen. Dhamma kann nur ein Geschenk sein, denn es kann nur gegeben, nie genommen, werden. Es ist seine Natur, geteilt und recycelt zu werden, und in einem Zyklus der Großherzigkeit zu zirkulieren, statt in einem Kreislauf des Begehrens.

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

„Würden die Wesen den Lohn für das Verteilen von Gaben kennen so wie ich, so würden sie nichts genießen, ohne etwas gegeben zu haben, und es würde der Makel des Geizes nicht ihr Herz umspinnen halten. Selbst den letzten Bissen, den letzten Brocken, würden sie nicht genießen, ohne davon auszuteilen, falls sie einen Empfänger dafür hätten. Da nun aber die Wesen den Lohn für das Austeilen von Gaben nicht so kennen wie ich, deshalb genießen sie auch, ohne etwas gegeben zu haben, und der Makel des Geizes hält ihr Herz umspinnen.“ (Itiv 26)

Bücherbestellungen

dhamma-dana@buddhismus-muenchen.de

Kontakt zur BGM

BGM, Postfach 31 02 21, 80102 München

bgm@buddhismus-muenchen.de

www.buddhismus-muenchen.de

