

**Einige Kommentare zu Buddha und dem Frühbuddhismus
auf der Basis ausgewählter Suttan des Pali-Kanons -
vorgetragen in der ‘Buddhistischen Meditation Ulm‘**

**V-0.90, © Munish B. Schiek, Ulm, 2019-2020,
letzte Aktualisierung 03.04.2020.**

1. [Vedische Periode, sozio-kultureller Kontext.](#)
31.10.2019.
2. [Buddha bei Alara Kalama und Uddaka Ramaputta.](#)
04.11.2019.
3. [Buddhas ‘Erwachen‘.](#)
M.85 An Prinz Bodhi.
08.11.2019.
4. [Herzens-Befreiung \(ceto-vimutti\) und Erkenntnis-Befreiung \(pañña-vimutti\).](#)
Udāna VIII.1-3, SN.47_18.
15.11.2019.
5. [Mara als ständiger Begleiter.](#)
SN.04_10.
22.11.2019.
6. [Das Erste Drehen des Rades im Hirschkamp Isipatana.](#)
'Amātaṃ adhiṅgaṃ' (Das Todlose ist gefunden),
'Ehipassiko' (Komm und sieh [selbst]).
MV.01_01_01-06.
29.11.2019.
7. [Quellen, Kālāma-Sutta.](#)
A.III.66 Die Rede an die Kālāmer.
05.12.2019.
8. [Tieropfer, Mettā-Sutta.](#)
SN.I.8 (143-152) - Mettā-Sutta.
13.12.2019.

9. [Krankheit, Buddha und ein kranker Mönch](#),
MV.VIII.26 (Gilānavatthukathā).
20.12.2019.
10. [Buddhistische Rituale, Chan-Linie, TNH's Neubeginn](#).
28.12.2019.
11. [Vipassana und Satipatthana zu Beginn und Ende von Buddhas Leben](#).
S.47.18. Brahma, DN 16_2, 25-26 Erlöschung.
03.01.2020.
12. [Vipassana-Praxis lebenslang](#).
S.47.4. Sālā - 4. Sāla Sutta.
11.01.2020.
13. [Anuruddha über Vipassana](#), S.52.9. Ambapālivana Sutta,
keine Autorisierung, M.105 Sunakkata-Sutta,
Huang-bo in Biyan-lu #11: "es gibt keine Meister".
16.01.2020.
14. [Bambusakrobaten](#).
S.47.19. Sedakam - 9. Sedaka Sutta.
24.01.2020.
15. [Wunder und Esoterik](#):
M.123, Wunderbar und erstaunlich - Acchariya-abbhuta Sutta,
D.16.2.25 - keine geschlossene Lehrerfaust, d.h. keine Esoterik.
31.01.2020.
16. [Reine Wahrnehmung ohne „ICH, MICH, MEIN, MIR“](#),
Udāna I.10. Bāhiyo.
07.02.2020.
17. [Einsame Wanderungen](#).
Udāna IV.5, M 140.
14.02.2020.
18. [Kein Lärm](#).
Ud.III.3. Yasojo, M.67 (VII,7) Cātumā Sutta.
21.02.2020.
19. [Kein Streit](#),
M.128, M.31, A.III.85, D.16.6.3.
28.02.2020.

20. [Buddha als Satiriker](#),
D2+D27, D11.
06.03.2020.

21. [Die Diskussion im Sālawald von Gosīṅga](#),
M.32.
13.03.2020.

22. [Leben im Hier und Jetzt](#),
Eine glücksverheißende Nacht, Bhaddekaratta Sutta,
M.131, (M.132, M.133, M.134),
20.03.2020.

23. [Kisāgotami stibt ihr Kind](#),
Therīgāthā 213-223 (Lieder der Nonnen),
27.03.2020.

24. [Das Gleichnis von den Blinden und dem Elefanten](#),
Udāna VI.4,
03.04.2020.

1. Vedische Periode, sozio-kultureller Kontext.

Liebe Freundinnen und Freunde,

in den vergangenen Jahren hatte ich hier den großen Chan-/Zen-Klassiker Cóngróng lù (從容錄, jap. Shōyōroku) von Chan-Meister Hóngzhì Zhēngjué (宏智正覺, 1091–1157) besprochen, siehe:

https://en.wikipedia.org/wiki/Hongzhi_Zhengjue

https://en.wikipedia.org/wiki/Book_of_Equanimity

<http://www.klang-stille.de/Roloff+CONG-RONG-LU+Aufzeichnungen+aus+der+Klaue+der+Gelassenheit.htm> .

Danach hatten wir uns mit den folgenden beiden wichtigen chinesisch-daoistischen Schriften beschäftigt:

- Dàodéjīng (道德經 / 道德经) von Lǎozǐ (老子, 6. Jh. v.u.Z.)
- Zhuāngzǐ (莊子, ca. 365-290 v.u.Z.)

All diese bedeutenden Werke gehören zu unserem Weltkulturerbe und können uns Heutige immer noch inspirieren und 'erleuchten'. Wer immer mag, kann sich ja in unserem Email-Archiv die Beiträge unter dem 'Betreff'

- Hongzhi: Cong-Rong-Lu,
- Dao De Jing,
- Zhuangzi,

heraussuchen und nachlesen.

Heute möchte ich nun eine neue Reihe zum Frühbuddhismus beginnen.
Wen immer dies interessiert :-)

Zunächst einmal ist es aus meiner Sicht hilfreich den soziokulturellen Kontext zu beleuchten, in welchem Buddha gelebt und gewirkt hat.

Gautama Buddha selbst hat aus Sicht der heutigen Forschung von 563 - 483 v.u.Z. in Nordost-Indien gelebt. Wichtig für das Verständnis seiner Kultur ist jedoch die vorangegangene Kulturepoche, die sog. vedische Periode (1500 – 500 v.u.Z.). Diese vedische Periode begann mit der Einwanderung von Indo-Persern aus Persien nach Nord-West-Indien - im Zusammenhang mit dem Kollaps der Bronze-zeitlichen Indus-Tal Kultur (3300 - 1300 v.u.Z.). Hier sind die Details meines Wissens noch weitgehend ungeklärt.

Diese Indo-Perser brachten natürlich ihre Kultur mit. Diese war patriarchal und patrilinear und nach Kasten gegliedert. Zunächst bestand das Kasten-System nur aus einer einfachen Apartheits-Politik, nämlich den 'varṇa' (Farbe):
hell die Indo-Perser versus *dunkel* die indische Urbevölkerung.

Später differenzierte sich das System weiter aus in:

hell: Brahmanen (Priester), Kshatras (Krieger) und Vis (Volk),

dunkel: die 'Kastenlosen' = 'Unberührbaren'.

Einer Kaste gehörte man per Geburt an, ein Kastenwechsel war damals, wie auch im heutigen Hinduismus, nicht möglich.

Für die Religion waren die Brahmanen zuständig, die ihre heiligen Texte, die Veden, mündlich innerhalb ihrer Familien, bzw. ihrer Kaste, weitergaben.

Diese vedische Periode war zu Buddhas Zeit in einem großen Umbruch begriffen. Durch große Fortschritte in der Lebensmittel-Erzeugung (Ackerbau) entstanden Lebensmittel-Überschüsse, Bevölkerungswachstum, Stadtbildungen und durch unzureichende Hygiene-Maßnahmen in den Städten auch immer wieder große Seuchen. So änderte sich die eher optimistische Lebenssicht der frühen indoarischen Viehzüchter zu einer pessimistischeren Sicht der Stadtbewohner auf das menschliche Dasein, das die Menschen mit so vielen Leiden konfrontiert. Auch die Entstehung des 'Wiedergeburt-Mythos' fällt in diese spätvedische Zeit, in der auch die religiösen Texte der Upanishaden/Vedantas entstanden. Kern dieser Upanishaden ist die Beziehung zwischen 'Brahman' (der letztendlichen göttlichen Realität) und 'Atman' (der unveränderlichen und unsterblichen 'Seele', dem 'Selbst') - und den verschiedenen Wegen zur Erkenntnis von Atman = Brahman und der Auflösung von Atman beim Tod in Brahman - und damit dem Entkommen aus dem endlosen 'Rad der Wiedergeburten'. Einige von uns kennen ja die Bhagavad Gita, ein Meisterwerk dieser upanishadischen Literatur.

(Sehr lesenswert: „Sarvapalli Radhakrishnan - Die Bhagavadgita“:

<https://www.zvab.com/buch-suchen/textsuche/radhakrishnan-bhagavadgita/>).

In dieser Zeit des Umbruchs entstanden nun in Indien verschiedene Reformbewegungen, die alle gemein hatten, daß sie die Herrschaft der Brahmanen und die Autorität der Veden und des Vedanta in Frage stellten. Getragen wurde diese Reformbewegung von wandernden Yogis, den Samanas.

Nachdem Buddha seine Fürstenfamilie in Nordostindien (heute im südlichen Nepal) verlassen hatte schloß er sich zwei großen Samana-Lehrern an, zunächst Alara Kalama und später Uddaka Ramaputta, bei denen er die üblichen Konzentrations-Meditationen (samatha-Praxis) erlernte.

So weit für heute :-)

in metta - muni

2. Buddha bei Alara Kalama und Uddaka Ramaputta.

- > ...
- > Getragen wurde diese Reformbewegung von wandernden Yogis, den Samanas.
- >
- > Nachdem Buddha seine Fürstenfamilie in Nordostindien (heute im südlichen
- > Nepal) verlassen hatte schloß er sich zwei großen Samana-Lehrern an, zunächst
- > Alara Kalama und später Uddaka Ramaputta, bei denen er die üblichen Kon-
- > zentrations-Meditationen (samatha-Praxis) erlernte.
- > ...

Liebe Freundinnen und Freunde,

die folgenden Informationen zu Alara Kalama und Uddaka Ramaputta entnehme ich dem sehr empfehlenswerten Buch des großen deutschen Buddhisten Hans Wolfgang Schumann: „Siebzig Schlüsselbegriffe des Pâli-Buddhismus“.

Alara Kalama war Buddhas erster Meditationslehrer und Buddha erlernte von ihm die Samatha-Vertiefungsstufen (jhanas) bis zur 7. Stufe:

1. frei von unheilsamen Geisteszuständen, aber mit Gedanken,
2. frei von Gedanken, erfüllt von Inspiration, Glücksgefühl, Achtsamkeit, und Frieden,
3. frei von Gedanken und Inspiration, erfüllt von Glücksgefühl, Achtsamkeit, Gleichmut und Frieden,
4. frei von Gedanken, Inspiration, Glücksgefühl, erfüllt von Gleichmut und Frieden,
5. verweilen im Gebiet der Raumunendlichkeit,
6. verweilen im Gebiet der Bewußtseinsunendlichkeit,
7. verweilen im Gebiet der 'Nichtsheit'.

Nachdem Buddha all diese Stufen gemeistert hatte, erkannte er, daß diese Tief-trance-Zustände ihn letztlich nicht freier gemacht und ihn seinem Ziel einer vollständigen 'Befreiung' ('Erwachen') nicht näher gebracht hatten. So verließ er Alara Kalama wieder, lehrte aber die Jhanas 1-4 später auch seine Mönche und Nonnen.

Bei seinem zweiten Samana-Lehrer Uddaka Ramaputta lernte Buddha einige der damaligen Geheimlehren der Upanisaden kennen, insb. wohl die Chandogya-Upanisad und die Brhad-Aranyaka-Upanisad. Diese Upanisaden lehren:

1. Wiedergeburt,
2. Karma,
3. Gier und Haß als Ursache der Wiedergeburt,

4. Unwandelbarkeit und Unsterblichkeit der Seele (anatta).

Punkt 4 überzeugte Buddha nicht - aufgrund seiner Erfahrungen bei der introspektiven Untersuchung seines eigenen Geistes vertrat er die Sichtweise, daß da kein unwandelbarer anatta-Kern im Geist vorhanden ist, sondern daß alles dem Wandel unterliegt.

So verließ Buddha zusammen mit einige Asketen-Gefährten seinen Lehrer Udaka Ramaputta und begann seine eigenständige Suche nach dem Erwachen.

So weit für heute :-)
in metta - muni

3. Buddhas 'Erwachen'.

> ...

> So verließ Buddha zusammen mit einige Asketen-Gefährten seinen Lehrer Uddaka Ramaputta und begann seine eigenständige Suche nach dem Erwachen.

> ...

Liebe Freundinnen und Freunde,

die folgenden Informationen zur 'Befreiung' ('Erwachen') des Buddha entnehme ich dem sehr empfehlenswerten Buch des großen deutschen Buddhologen Hans Wolfgang Schumann:

„Der historische Buddha - Leben und Lehre des Gotama“,
sowie den Pali-Lehrreden des Buddha, in denen dieser selbst von seinem Weg zur 'Befreiung' berichtet.

Als Gotama, der spätere 'Buddha' (der 'Erwachte') seinen Lehrer Uddaka verließ schlossen sich ihm 5 Asketen an, die von Gotamas Engagement und Zielstrebigkeit sehr beeindruckt waren. Die sechs Freunde versprachen sich, daß jener von Ihnen, der zuerst die endgültige 'Befreiung' verwirklichen könnte die anderen Asketen ihrer Gruppe darüber informieren würde.

Da Gotamas Versuch mit der yogischen Versenkungspraxis bei Alara Kalama und mit dem Weg der Upanishaden bei Uddaka Ramaputta nicht zum ersehnten Resultat geführt hatten, beschlossen die 6 Samanas es mit dem Weg der verschärften Askese zu versuchen. Dieser Weg war damals in Indien in den Kreisen der Samanas sehr populär und bestand neben anderen Übungen vornehmlich aus extremem Fasten. Hintergrund war der seinerzeitige Gedanke, daß man auf diese Weise sein (vorgeburtliches) Karma reinigen könne - und selbst wenn dieser extreme Weg einen zu Tode bringen würde, so käme es doch zu keiner Wiedergeburt mehr.

Diese Theorie wurde insbesondere von Buddhas Zeitgenosse Mahavir und seiner Bewegung (und späteren Religion) des Jainismus vertreten:

<https://de.wikipedia.org/wiki/Jainismus>

Nun, Gotamas Körper verfiel unter dieser extremen Ascese mehr und mehr und eines Tages, als er sich in dem nahegelegenen Fluss Nerañjarâ säubern wollte ertrank er beinahe vor Kraftlosigkeit. Da wurde ihm klar, daß dieser extreme Weg wohl zu seinem Tod, aber nicht zu der von ihm gesuchten 'Befreiung' führen würde.

Zum zweiten Mal in seinem Leben rettete ihn eine junge Frau!

Das erste Mal war es ja seine Tante gewesen, die ihn nach dem Tod seiner Mutter an Kindbettfieber gesäugt und aufgezogen hatte. Und nun erbarmte sich eine junge Viehhirtin an dem halbtoten Gotama und brachte ihm regelmäßig Milch-

reis, bis er wieder zu Kräften kam. Gotamas Asketengefährten verließen ihn, da er sich in ihren Augen vom Asketenweg abgewandt und erneut dem Weltleben zugewandt hatte.

So blieb Gotama alleine am Ufer des Nerañjarâ und überdachte sein bisheriges Leben und Scheitern. Bei dieser Reflektion erinnerte er sich an ein Ereignis seiner Kindheit. Sein Vater, der Fürst Sudhodana führte im Frühjahr das zeremonielle erste Pflügen eines Feldes durch und der junge Gotama saß dabei im Schatten eines Baumes und entspannte sich:

„Ich überlegte: 'Ich erinnere mich an eine Begebenheit, als mein Vater, der Sakyer, beschäftigt war, während ich im kühlen Schatten eines Rosenapfelbaums saß; ganz abgeschieden von Sinnesvergnügen, abgeschieden von unheilsamen Geisteszuständen, trat ich in die erste Vertiefung ein, die von anfänglicher und anhaltender Hinwendung des Geistes begleitet ist, und verweilte darin, mit Verzückung und Glückseligkeit, die aus der Abgeschiedenheit entstanden sind. Könnte das der Pfad zur Erleuchtung sein?' Dann, auf diese Erinnerung folgend, kam das Bewußtsein: 'Das ist der Pfad zur Erleuchtung.'“

M.85 An Prinz Bodhi (Bodhirājakumāra Sutta)

<http://www.palikanon.com/majjhima/zumwinkel/m085z.html>

Gotama folgte diesem Weg der Entspannung und achtsamen Erforschung seines Geistes und entwickelte dabei seine Methode des Vipassana:

<https://www.mb-schiekel.de/Meditation.pdf>

Bei einer Nachtmeditation wurde sein Geist zunächst überschwemmt von heftigsten Gefühlen des Selbstzweifels und aller möglichen Ängste - aber er blieb sitzen, atmete bewußt ein & aus und ein & aus, und schaute sich alle seine inneren Dämonen an, in ihrem Kommen und Gehen. In der Sprache seiner Zeit nannte er dies später die Angriffe von 'Mara', dem Dämon des Bösen und des Todes.

Gegen Morgen, gerade als der Morgenstern sichtbar wurde, entstand in seinem Geist ein tiefer, 'überweltlicher' Friede - und er wußte, seine Suche hatte ihr Ziel, 'nirvana', die 'Befreiung', erreicht.

Interessant ist hier nun für uns, daß viele Mystiker weltweit von ähnlichen schwierigen Geisteszuständen vor ihrem letztendlichen Durchbruch berichten. Als Beispiel aus dem Kreis der christlichen Mystiker sei etwa der bekannte spanische Mystiker Johannes vom Kreuz genannt, der diesen Zustand vor dem von ihm 'Erfahrung Gottes' genannten Erleben die 'dunkle Nacht der Seele' nannte.

Diese Parallelität des Erlebens in verschiedenen spirituellen Kulturen spricht aus heutiger Sicht für eine gemeinsame neurologische Genese all dieser 'Transzendenz'-Erfahrungen.

So weit für heute :-)
in metta - muni

4. Herzens-Befreiung (ceto-vimutti) und Erkenntnis-Befreiung (pañña-vimutti).

> ...

> Bei einer Nachtmeditation wurde sein Geist zunächst überschwemmt von
> heftigsten Gefühlen des Selbstzweifels und aller möglichen Ängste - aber er
> blieb sitzen, atmete bewußt ein & aus und ein & aus, und schaute sich alle
> seine inneren Dämonen an, in ihrem Kommen und Gehen. In der Sprache sei
> ner Zeit nannte er dies später die Angriffe von 'Mara', dem Dämon des Bösen
> und des Todes.
> Gegen Morgen, gerade als der Morgenstern sichtbar wurde, entstand in seinem
> Geist ein tiefer, 'überweltlicher' Friede - und er wußte, seine Suche hatte ihr
> Ziel, 'nirvana', die 'Befreiung' (vimutti), erreicht.

> ...

Liebe Freundinnen und Freunde,

welcherart war nun Buddhas 'Erwachen' (budh)?

Später erklärte Buddha, daß die 'Befreiung' (vimutti) eine zweifache Befreiung sei:

- die Herzens-Befreiung (ceto-vimutti) und
- die Erkenntnis-Befreiung (pañña-vimutti).

Das Pali-Wort pañña für Erkenntnis/Einsicht/Weisheit lautet auf Sanskrit prajna und ist uns ja aus unserem regelmäßig rezitierten Herz-Sutra, dem Prajna-Paramita-Hridaya-Sutra, bekannt.

a. die Herzensbefreiung:

der Weg hierzu führt häufig über die tiefen Versenkungszustände (jhana) der Samatha-Meditation. Buddha beschreibt seine Erfahrung dieser 'Transzendenz' in Udāna VIII.1-3 folgendermaßen:

http://www.palikanon.com/khuddaka/ud_schmidt/udana.htm#ud_viii

„Es gibt ein Reich, wo die vier Elemente,
Aus denen sich die Welt aufbaut, nicht sind.
Es ist nicht das der Raununendlichkeit,
Nicht das, wo Wahrnehmung unendlich ist,
Nicht das des Nichts und nicht das Grenzgebiet,
Wo Wahrnehmung nicht ist und doch nicht fehlt.
Es ist nicht diese Welt und keine andre.
Dort gibt es keine Sonne, keinen Mond.
Das nenn' ich, Bhikkhus, Kommen nicht noch Gehen

Noch Stehenbleiben, auch nicht Untergehen
Und Neuerscheinen; es ist ohne Stütze,
Auch ohne Wandlung, ohne Gegenstände,
Und alles Leiden findet dort sein Ende.

Schwer ist die Nicht-Ich-Lehre zu verstehen;
Die Wahrheit wird ja niemals gern gesehen.
Nur wer sie kennt, der wird vom Drang befreit
Und er durchschaut der Dinge Nichtigkeit.“

Buddha nennt dies 'Herzens-Befreiung', weil sich in dieser 'Nichtdualen' Erfahrung unsere engen Ich-Grenzen auflösen und eine große Liebe zu allen Wesen entsteht.

b. die Erkenntnis-Befreiung:

der Weg hierzu führt über die Vipassana-Meditation, also über die meditative Anwendung der Satipatthana-Sutten. Vipassana heißt Erkenntnis / Einsicht / Klarblick. Einsicht in was?

Buddha spricht von Einsicht in die 3 Daseinsmerkmale:

- Leidhaftigkeit (dukkha), teilweise verursacht durch unser vergängliches Dasein in einer sich unablässig wandelnden Welt, aber häufiger und zu- meist auch heftiger verursacht durch unsere vielen vergeblichen Versuche diese Welt zu kontrollieren,
- Veränderlichkeit/Vergänglichkeit (anicca) aller Lebensvorgänge,
- das Nichtvorhandensein eines unveränderlichen, inhärenten, göttlichen Seelenkerns (anatta). Dieser unveränderliche und göttliche Seelenkern in allen Wesen hieß in der brahmanischen Weltsicht 'atta' (atman) und das Ziel der hinduistischen Praktizierenden war die Vereinigung von Atman mit Brahman (Gott/göttliche Energie), eine Vereinigung sowohl beim Sterben, als auch vorweggenommen in der Meditation.
Buddha bestritt nun die Existenz eines solchen unveränderlichen, göttlichen Seelenkerns, da er bei den tiefgründigen Erforschungen seines eigenen Geistes immer wieder nur diesen fluktuierenden, sich unablässig wandelnden Geist beobachtet hatte.
Das Wort 'anatta' (kein unveränderlicher Seelenkern) wird im Deutschen manchmal als 'Nicht-Ich' oder 'Selbst-Losigkeit' übersetzt, was für AnfängerInnen häufig zu zusätzlicher Verwirrung führt, denn natürlich gibt es ein fortwährend von unserem Geist konstruiertes und aktualisiertes 'Ich'/'Selbst' :-)

Diese 3 Daseinsmerkmale gilt es jetzt aber via Vipassana-Praxis existentiell zu erfahren, und nicht nur zu glauben oder zu diskutieren.

Nachdem Buddha 'Erwachen' und 'Befreiung' unter dem Bodhi-Baum erfahren hatte verblieb er noch 7 Wochen in der Umgebung des Bodhi-Baums um seine Einsichten weiter meditativ zu vertiefen. Hierbei wurde ihm die Bedeutung des Vipassana für den Erkenntnis-Weg immer klarer, wie wir aus dem folgenden Sutta entnehmen können. Die Einfügungen [...] stammen von mir.

„Zu einer Zeit weilte der Erhabene zu Uruvela, am Ufer des Flusses Nerañjara, unter der Geißhüterfeige, kurz nach der Erwachung. Als der Erhabene abgeschieden und zurückgezogen dort weilte, stieg ihm im Gemüte folgende Erwägung auf:

'Der gerade Weg ist dies zur Läuterung der Wesen, zur Überwindung von Kummer und Jammer, zur Beendigung von Schmerz und Trübsinn, zur Gewinnung des Hinführenden, zur Verwirklichung des Nirvāna, nämlich die 4 Pfeiler der Achtsamkeit. Welche vier?

Beim Körper [kaya] wache der Mönch über den Körper [kaya],
bei den Gefühlen [vedana, Empfindungen] über die Gefühle [vedana, Empfindungen],

beim Bewusstsein [citta, Geistesreaktionen] über das Bewusstsein [citta, Geistesreaktionen],

bei den Geistesformationen [dhammā, Geistesobjekten] über die Geistesformationen [dhammā, Geistesobjekte],

unermüdlich, klar bewußt, achtsam, nach Verwindung weltlichen Begehrens und Trübsinns.

Das ist der gerade Weg'.“

Siehe:

http://www.palikanon.com/samyutta/sam47.html#s47_18

In diesem Sutta tritt auch eine Gottheit auf, Brahmā Sahampat, der im Weiteren den Buddha ermutigt, sich mit seiner tiefen Einsicht nicht zurückzuziehen, sondern den Weg des Lehrens einzuschlagen - auch wenn dieser Weg beschwerlich und immer wieder verdrießlich sei, denn es gäbe ja einige wenige Menschen mit 'wenig Staub auf den Augen', und diese könnten mit Buddhas Hilfe Befreiung finden. Wir Heutigen interpretieren dieses Auftreten einer Gottheit als eine innere Stimme im Geist des Buddha.

Letztlich entschloß sich der Buddha nach 7 Wochen der inneren Klärung seine Einsichten mit der Welt zu teilen. Zunächst wollte er seine alten Lehrer Alara Kalama und Uddaka Ramaputta besuchen, weil er sich sicher war, daß diese beiden ihn verstehen würden. Unterwegs erfuhr er aber, daß beide Lehrer schon verstorben waren. So machte er sich auf den Weg nach Benares, das heutige Varanasi, das in Nordost-Indien am Ganges liegt. Dort wollte er seine 5 Asketen-

freunde treffen, die sich zuvor von ihm getrennt hatten, weil er den strengen Askeseweg verlassen hatte.

Neurologischer Nachsatz zur Herzens-Befreiung (ceto-vimutti):

Wir finden in allen Religionen sog. Einheits-Erfahrungen, in den abendländischen Traditionen auch als 'unio mystica' bezeichnet. Phänomenologisch zeichnen sich diese Einheits-Erfahrungen dadurch aus, daß das Gehirn, und hier speziell ein Orientierungsfeld im linken hinteren Scheitellappen, keine sensorischen Daten aus den Sinnesorganenmehr zu einem konsistenten 3-dimensionalen Körperbild verarbeitet. Damit geht das Bewußtsein eines räumlich begrenzten Selbst verloren und es entsteht das Gefühl eines Einsseins mit einem unbegrenzten Raum und manchmal im Zusammenhang mit einer gesteigerten Neurotransmitter-Produktion auch ein Gefühl großer Glückseligkeit.

Im Buddhismus begegnen wir immer wieder der Beschreibung solcher Einheits-Erfahrungen, z.B. wie oben aus Udāna VIII.1-3 zitiert :

„Es gibt ein Reich, wo die vier Elemente,
Aus denen sich die Welt aufbaut, nicht sind.

...

Es ist nicht diese Welt und keine andre.
Dort gibt es keine Sonne, keinen Mond.

...“

Und im Herzsutra (Prajñā pāramitā Hṛdaya Sūtra) heißt es entsprechend:

„...“

Daher gibt es in der Leerheit weder Form, noch Empfindung, noch
Wahrnehmung, noch geistige Formkraft, noch Bewußtsein;
kein Auge, kein Ohr, keine Nase, keine Zunge, keinen Körper,
keinen Geist,
kein ... kein ...

...

Gate Gate Paragate, Parasamgate, Bodhi Svaha“

So weit für heute :-)
in metta - muni

5. Mara als ständiger Begleiter.

- > ...
- > Bei einer Nachtmeditation wurde sein Geist zunächst überschwemmt von
- > heftigsten Gefühlen des Selbstzweifels und aller möglichen Ängste - aber er
- > blieb sitzen, atmete bewußt ein & aus und ein & aus, und schaute sich alle
- > seine inneren Dämonen an, in ihrem Kommen und Gehen. In der Sprache
- > seiner Zeit nannte er dies später die Angriffe von 'Mara', dem Dämon des
- > Bösen und des Todes.
- > Gegen Morgen, gerade als der Morgenstern sichtbar wurde, entstand in seinem
- > Geist ein tiefer, 'überweltlicher' Friede - und er wußte, seine Suche hatte ihr
- > Ziel, 'nirvana', die 'Befreiung' (vimutti), erreicht.
- > ...

Liebe Freundinnen und Freunde,

wir hatten in den letzten beiden Emails gelesen, wie Buddha sein Ziel, das Erwachen (vimutti), erreicht hatte durch eine Kombination aus anfänglichem Vipassana (achtsame Beobachtung) und anschließendem Samatha (tiefe Versenkung). Vipassana war sein Mittel der Wahl bei den Angriffen Maras (der Personifikation des Bösen).

Nun war Buddha erwacht und das 'Böse' ein für alle mal überwunden!

So lesen viele Buddhisten, insb. in Asien, diese Geschichte von Buddhas 'Erwachen'. Und so wurde im Laufe der Zeit die Gestalt von Buddha immer übermenschlicher, die Buddhastatuen immer größer, immer goldener und die Sockel der Statuen immer höher :-)

Aber war das 'Böse' mit dem 'Erwachen' tatsächlich ein für alle Mal überwunden? In der 'Samyutta Nikaya' des Pali-Kanons, der 'Gruppierten Sammlung' gibt es ein ganzes Kapitel (38 Seiten lang) mit dem Namen 'Mara-Samyutta', in welchem davon berichtet wird, wie Buddha lebenslang immer wieder von Mara besucht wird:

http://www.palikanon.com/samyutta/sam04_10.html

Mara versucht wieder und wieder den Buddha zu erschrecken, zu verwirren, zu verführen - aber immer erkennt Buddha dank seiner andauernden Praxis der Achtsamkeit, daß ihm hier Mara einen neuen Besuch abstattet und er sagte: 'Mara, ich erkenne dich'.

Und jede dieser Suttas schließt mit der Bemerkung Maras:

'Es kennt mich der Erhabene, es kennt mich der Führer auf dem Heilspfad', und er verschwand auf der Stelle, leidvoll und betrübt.

Vielleicht erinnert uns dieses Auftreten von Mara an das Märchen von Rumpelstilzchen. Auch dieser Dämon verlor ja seine unbewußte und destruktive Macht, als er klar erkannt und benannt wurde.

Und Mara, Satan, Rumpelstilzchen et al. begegnen uns wieder im modernen psychologischen Konzept des 'Schattens' von C.G. Jung. Unseren Schatten zu erkennen und weise zu berücksichtigen schützt uns und andere Lebewesen vor Leiden.

[https://de.wikipedia.org/wiki/Schatten_\(Archetyp\)](https://de.wikipedia.org/wiki/Schatten_(Archetyp))

Die von Buddha lebenslang geübte Achtsamkeits-Praxis war Vipassana, d.h. 'sati-patthana', die 4 'Verankerungen der Achtsamkeit', d.h. Achtsamkeit auf Körper (kaya), Empfindungen (vedana), Geistesreaktionen (citta), Geistesinhalte (dhammâ).

Siehe dazu das wichtige Buch von Thich Nhat Hanh: „Umarme Deine Wut“.

Und siehe das wichtige Buch von Stephen Batchelor: „Mit dem Bösen leben“.

Fazit: die Überwindung Maras ist kein einmaliger und statischer Vorgang, kein 'von jetzt an für immer befreit', es ist stattdessen ein dynamischer Vorgang der fortwährenden Übungs-Praxis des 'immer gerade jetzt achtsam und frei' - auch nach einem etwaigen 'Erwachen'!

In diesem Verständnis bedeuten 'frei' und 'frei von Leiden' auch nicht, daß wir nun immer glücklich sind oder sein müßten, sondern daß wir versuchen auch dem 'Schweren' und 'Schmerzlichen' in unserem Leben mit Achtsamkeit und Liebe zu begegnen! Erich Fried sagt uns dazu: 'Es ist was es ist, sagt die Liebe.'

Soviel für heute :-)

Im geplanten nächsten Abschnitt werden wir Buddha in den Hirschpark bei Benares begleiten, wo er seine 5 Asketenfreunde trifft.

in metta - muni

6. Das Erste Drehen des Rades im Hirschpark Isipatana,
'Amatam adhigatam' (Das Todlose ist gefunden),
'Ehipassiko' (Komm und sieh [selbst]).

> ...

> Im geplanten nächsten Abschnitt werden wir Buddha in den Hirschpark bei

> Benares begleiten, wo er seine 5 Asketenfreunde trifft.

> ...

Liebe Freundinnen und Freunde,

nach seinem Erwachen verbrachte der Buddha noch 7 Wochen am Ufer des Flusses Nerañjara in der Nähe des Bodhibaums und klärte für sich seinen weiteren Weg. Schließlich machte er sich auf den Weg in Richtung Benares am Ganges, wo er seine fünf Asketenfreunde vermutete.

Auf diesem Weg berichten die Schriften von einer bemerkenswerten Begegnung des Buddha mit einem nackten Jain-Mönch.

In M.26

<http://www.palikanon.com/majjhima/zumwinkel/m026z.html>

lesen wir darüber:

„Zwischen Gayā und dem Ort der Erleuchtung sah mich der Ājīvaka Upaka auf der Straße und sagte: 'Freund, deine Sinne sind klar, die Farbe deiner Haut ist rein und strahlend. Unter wem bist du in die Hauslosigkeit gezogen, Freund? Wer ist dein Lehrer? Zu wessen Dhamma bekenntst du dich?' Ich erwiderte dem Ājīvaka Upaka in Versform:

'Ich habe alles transzendiert, ich bin allwissend,
Bei allen Dingen unbesudelt, all-entsagend,
Befreit durch's Ende des Begehrens. Hab' all dieses
In mir erkannt, wen sollte ich als Lehrer nennen?'

...“

Jener Ajivaka war ein nackter Bettelmönch der streng asketischen Sekte von Buddhas Zeitgenosse Makkhali Gosala, der einen absoluten Determinismus und Fatalismus lehrte, ein Konzept, das Buddha auf das Entschiedenste ablehnte:

<https://de.wikipedia.org/wiki/Ajivika> .

Auch wenn die Antwort des Buddha im Laufe der Überlieferung vielleicht immer glorioser ausgeschmückt wurde, so wird doch bereits in dieser Begegnung deutlich, daß Buddha der Überzeugung war, mit seinem Verständnis von Karma als einer Psychodynamik und der inneren Befreiung durch das von ihm entdeckte Vipassana völliges Neuland in der indischen Kultur betreten zu haben.

Kein Brahman (kein Gott), kein Atman (kein unveränderlicher Seelenkern), kein Theodizee-Problem:

<https://de.wikipedia.org/wiki/Theodizee> ,

stattdessen Ethik & Meditation & Weisheit, die zur Erkenntnis der fließenden Natur aller Erscheinungen, zum Überwinden der selbstverursachten Leiden und der Erfahrung von 'Nirvana', einer 'letztendlichen unbeschreibbaren Wirklichkeitsdimension' führen.

Und dies inmitten einer Kultur, die geprägt war von striktem Kastendenken, extrem kostspieligen Opferritualen durch die Brahmanen und zahlreichen nackten wandernden Samanas, die sich mit ihren vielfältigen asketischen Praktiken 'reinigen' wollten.

Im Hirschpark Isipatana bei Benares traf Buddha dann seine fünf früheren Asketengefährten: Kondañña, Bhadiya, Vappa, Mahânâma und Assaji.

Diese verhielten sich Buddha gegenüber zunächst ablehnend, weil dieser ja den gemeinsamen Weg der strikten Askese verlassen hatte.

Buddha begrüßte sie mit den Worten:

'Amatam adhigatam' (Das Todlose ist gefunden),

und

'Ehipassiko' (Komm und sieh [selbst]).

Dieser zweite Satz wurde zentral für den buddhistischen Weg:

Nicht irgendetwas glauben, sondern alles für sich selbst prüfen und seine eigenen Erfahrungen auf den Weg sammeln.

So hörten diese fünf Asketen dann letztlich dem Buddha doch zu und wurden so seine ersten Mönche.

Die ersten Predigten des Buddha in diesem Hirschpark Isipatana heißen in der Tradition das 'Erste Drehen des Dharmarades', und sie behandelten die folgenden Themen - siehe:

http://www.palikanon.com/vinaya/mahavagga/mv01_01_01-06.htm#Dhammacakkappavattana

- das Buddha-Dhamma (die Lehre des Buddha) als der 'Mittlere Weg' zwischen den Extremen des Wohllebens und der Askese,
- die vier Edlen Wahrheiten vom Leiden, den Ursachen des Leidens, der Überwindung des Leidens, dem Weg zur Überwindung des Leidens,
- der Weg zur Überwindung des Leidens konkretisiert als der Edle Achtfache Pfad:
 - Rechte Erkenntnis,
 - Rechte Motivation / Rechtes Denken,
 - Rechte Rede,
 - Rechtes Handeln,
 - Rechter Lebensunterhalt,

- Rechtes Bemühen,
 - Rechte Achtsamkeit,
 - Rechte Meditation.
- Dieser 8-fache Pfad ist nicht linear zu verstehen und zu üben, sondern als die 8 Speichen eines Rades (in Bewegung).
- anatta (anatman), das Nichtvorhandensein eines unveränderlichen Seelenkerns.

Kurzum, wie es im Vers #1 des Dhammapada so schön heißt:

„Alle Dinge entstehen im Geist,
sind unseres mächtigen Geistes Schöpfung.“

Das Gesetz des Karma wird hier verstanden als ein psychisches Naturgesetz von Ursache & Wirkung, das keinerlei Eingreifen imaginierter höherer Mächte erforderlich macht.

Gelegentlich wird das Karma-Gesetz fehlinterpretiert, entweder im einen Extrem: „Du bist an allem selbst schuld“ (New Age Variante), oder im anderen Extrem des Fatalismus: „Gottes Wille“ (Hindu-Interpretation).

Als ich vor 20 Jahren eine Tumorerkrankung und Behandlung durchlebt habe, erhielt ich allerlei (unerbetene) Kommentare meiner spirituellen Freunde auf dem tibetischen Weg: „Karma, selber schuld!“ Dieses 'blaming' empfand ich damals als wenig hilfreich und außerdem als überhaupt nicht den Lehren des Buddha entsprechend. Also habe ich seinerzeit ein wenig recherchiert und ein kleines Essay zu diesem Thema geschrieben:

<https://www.mb-schiekel.de/karma.pdf>

Wegen ihres nichttheistischen Verständnisses bezeichnen die Buddhisten ihren Weg eigentlich nicht als eine Religion und eigentlich auch nicht als 'Buddhismus', sondern als **Buddha-Sāsana**, als die von Buddha gegebene 'Philosophie und Praxis'. Und diese Sāsana begann vor etwa 2500 Jahren im jenem Hirschpark von Isipatana bei Benares.

in metta - muni

7. Quellen, Kālāma-Sutta.

- > ...
- > Buddha begrüßte sie mit den Worten:
- > 'Amatam adhigatam' (Das Todlose ist gefunden),
- > und
- > 'Ehipassiko' (Komm und sieh [selbst]).
- > Dieser zweite Satz wurde zentral für den buddhistischen Weg:
- > Nicht irgendetwas glauben, sondern alles für sich selbst prüfen und seine
- > eigenen Erfahrungen auf den Weg sammeln.
- > ...

Liebe Freundinnen und Freunde,

da das **Buddha-Sāsana** nicht auf Glauben beruht, sondern auf sorgfältiger logischer und empirischer Prüfung, so stellt sich für uns zunächst einmal die Frage nach den Quellen und deren Glaubwürdigkeit.

Unsere primäre Quelle über Buddha und den Frühbuddhismus ist zunächst einmal der sog. Pali-Kanon, einer Sammlung der Lehrreden des Buddha in der mittelindischen Sprache 'Pali'. Dank einer Initiative von Wolfgang Greger finden sich diese Texte in deutscher Übersetzung inzwischen fast alle im Internet:

<http://www.palikanon.com/>

Eine aus meiner Sicht lesenswerte Auswahl mit Kurz-Kommentaren und Links habe ich auf meiner Homepage zur Verfügung gestellt:

<https://www.mb-schiekel.de/Pali-Sutten.htm>

In den ersten ca. 200 Jahren nach Buddhas Tod wurden seine Lehrreden mündlich tradiert, aber die damaligen Inder hatten eine große Erfahrung und Zuverlässigkeit im Memorieren 'heiliger' Texte, denn auch die hinduistische Literatur der Veden und des Vedanta wurden seinerzeit ausschließlich mündlich tradiert. Die buddhistischen Mönchs-Gemeinschaften teilten sich die Aufgabe des Auswendiglernens der Lehrreden des Buddha gleichmäßig untereinander auf und organisierten von Zeit zu Zeit ein größeres Konzil, auf welchem der ganze memorierte Pali-Kanon rezitiert und gebilligt wurde.

Diese Pali-Sutten sind es aus meiner Sicht wirklich wert studiert und reflektiert zu werden, zumindest in einer Auswahl.

Die nächste Primärquelle, die uns zur Verfügung steht, ist das „Milindapañha - Die Fragen des Königs Milinda“.

Im Jahr 326 v.u.Z. hatte Alexander der Große Westindien (Teile des heutigen Pakistan) erobert und dort, wie überall in seinem Weltreich, seine Generäle als

Statthalter eingesetzt. Einer dieser griechischen Statthalter war König Menandros, auf Pali 'Milinda' (2. Jh, v.u.Z.). Dieser Menandros fand die buddhistische Philosophie so interessant, daß er nach einem bedeutenden buddhistischen Meister suchte, dem er seine diesbezüglichen Fragen stellen könnte. Er fand diesen Meister in dem buddhistischen Mönche Nagasena. Das Milindapañha handelt auf knapp 400 S. von diesem großen geistesgeschichtlichen Dialog. Im Übrigen verdanken wir auch die Existenz von Buddha-Darstellungen in Form von Skulpturen und Statuen den griechischen kulturellen Einflüssen auf die griechisch-indische Gandhara-Kultur:

<https://de.wikipedia.org/wiki/Gandhara>

Der heutige Theravada-Buddhismus bezieht sich aber sehr stark auf die Kommentar-Literatur zu den Pali-Sutten und hierbei insb. auch auf das kanonische Werk Visuddhi-Magga (Der Weg zur Reinheit). Dieses große Kommentarwerk stammt von Buddhaghosa und wurde ca. um 400 u.Z. zusammengestellt, also etwa 1000 Jahre nach Buddhas Tod. Buddhaghosas Kommentaren mangelt es an Verständnis für die transzendente Erfahrung (ceto-vimutti) und er reduziert die Befreiung (vimutti) auf die Befreiung von Gier + Haß + Unwissenheit (pañña-vimutti). Im Zuge von Buddhaghosas Interpretation wurde dann im Theravada auch die Versenkung vernachlässigt, so daß wir heute in vielen asiatischen Theravada-Klöstern nur relativ selten meditierende Mönche finden. :-)

Wenn wir daran interessiert sind die Geisteswelt von Buddha tiefer zu verstehen, dann müssen wir uns den Forschungen unserer westlichen Buddhologen zuwenden.

Einige der zahlreichen empfehlenswerten Bücher des deutschen Buddhologen Hans Wolfgang Schumann

https://de.wikipedia.org/wiki/Hans_Wolfgang_Schumann

hatte ich ja bereits früher erwähnt, z.B.:

- Der historische Buddha, 1982, München,
- Mahayana-Buddhismus - Das Große Fahrzeug über den Ozean des Leidens, 1995, München,
- Siebzig Schlüsselbegriffe des Pali-Buddhismus, 2006, Heidelberg-Leimen.

Wirklich spannend sind aber insb. die Forschungsergebnisse des Oxford-Professors Richard F. Gombrich

https://de.wikipedia.org/wiki/Richard_Gombrich ,

die er u.a. in zwei populärwissenschaftlichen Büchern sehr verständlich dargestellt hat:

- How Buddhism Began - The Conditioned Genesis of the Early Teachings, 1996, London,
- What the Buddha Thought, 2009, London.

Heutige westliche buddhistische Lehrerinnen und Lehrer stehen vor der Frage, welche Anteile der buddhistischen Tradition sie auf welche Weise weitergeben sollen.

Das tibetische Vajrayana und das japanische Zen lösen das Problem, indem sie den Frühbuddhismus weitgehend ignorieren, weil sie ihre jeweiligen Wege als himmelhoch überlegen ansehen. Na dann :-)

Man kann sich nun dem Buddha und der frühen Gemeinschaft seiner Schüler und Schülerinnen nicht nur buddhologisch, sondern auch literarisch nähern, unter Verzicht auf buddhologische Präzision und vielleicht auch unter Einbeziehung legendären Materials. Dieser Ansatz ist möglicherweise zugänglicher für das breite Publikum - aber eben nicht immer kulturhistorisch korrekt - anyway :-)

Diesen Weg versucht der Ehrw. Thich Nhat Hanh in einem sehr lesenswerten und schönen Buch zu gehen:

„Wie Siddharta zum Buddha wurde (alter Titel: Alter Pfad Weiße Wolken)“, Theseus Verlag, 1991, Zürich.

Hier stellt er seine Sicht auf Buddha zusammen mit einer Erklärung seiner Lieblings-Sutten vor. Thay läßt dabei die sog. 'Wundergeschichten' aus dem Pali-kanon fort, benutzt aber stattdessen zahlreiche sehr viel später entstandene volkstümliche Buddha-Legenden aus dem Buddhacarita, dem Lalitavistara (2./3. Jh. u.Z.). So stellt dieses Buch sehr schön das Buddhabild von Thay dar - aber nicht so sehr die etwas komplexere historische Wirklichkeit.

Anders, aber auf eine gewisse Weise doch ähnlich, geht Stephen Batchelor in seinem aktuellsten Buch vor:

„Jenseits des Buddhismus - Eine säkulare Vision des Dharma“, 2017, Berlin.

Batchelor reflektiert hier sehr schön einige ihn inspirierende Geschichten aus dem Frühbuddhismus, insbesondere Geschichten von Laien-Praktizierenden, erklärt jedoch die uns heute eher irritierenden Geschichten als historisch spätere Ergänzungen und gelangt so ebenfalls zu einem Buddhabild nach Wunsch - auf dem er dann seine 'säkulare Vision des Dharma' aufbaut. Siehe auch meine Rezension:

<https://www.mb-schiekel.de/Batchelor-rez1.htm>

Solche Rekonstruktionsbemühungen sind uns ja auch aus dem Christentum bekannt, wo immer wieder Christen aus Unzufriedenheit mit der christlichen Orthodoxie nach dem 'wahren Jesus' des Frühchristentums gesucht und diesen dann auch ihren Wunschvorstellungen entsprechend gefunden haben - natürlich ohne Verständnis und Berücksichtigung des altjüdischen Kontextes des Rabbi Josua.

Ich plädiere deswegen für einen Mittelweg:

1. es gibt für uns heute in unserer westlichen Kultur keinerlei Notwendigkeit Buddha über Maßen zu idealisieren, wie das in Asien geschehen ist. Deswegen können wir im Licht der buddhologischen Forschungsergebnisse Buddha als einen Menschen seiner Zeit und Kultur verstehen und auch seine menschlichen Begrenzungen im Lichte unserer psychologischen Einsichten reflektieren.
2. gleichzeitig können wir aber jene zahlreichen Elemente von Praxisanleitungen und tiefer Weisheit des Buddha sorgfältig prüfen und, wenn als heilsam erkannt, versuchen in unserem Leben zu verwirklichen. Dieser Weg des Erforschens von buddhistischer Theorie und Praxis ist sehr viel anstrengender als irgendein Glaubensweg - aber aus meiner Sicht doch überaus lohnend :-)

In diesem Zusammenhang möchte ich Euch das für viele von uns so zentrale Kālāma-Sutta vorstellen:

A.III.66 Die Rede an die Kālāmer

http://www.palikanon.com/angutt/a03_062-066.html#a_iii66

Die Menschen der Kleinstadt Kālāma drücken dem durchwandernden Buddha gegenüber ihre Zweifel an den vielen sich widersprechenden religiösen Dogmen der diversen religiösen Lehrer aus und fragen:

"Wem soll man denn glauben?"

Und gibt es wirklich eine Wiedergeburt?"

Buddhas Antwort ist, 2000 Jahre vor Kant, ein wunderbares Plädoyer der Aufklärung!

< ...

„Es kommen da, o Herr, einige Asketen und Brahmanen nach Kesaputta; die lassen bloß ihren eigenen Glauben leuchten und glänzen, den Glauben anderer aber beschimpfen, schmähen, verachten und verwerfen sie. Wieder andere Asketen und Brahmanen kommen nach Kesaputta, und auch diese lassen bloß ihren eigenen Glauben leuchten und glänzen, und den Glauben anderer beschimpfen, schmähen, verachten und verwerfen sie. Da sind wir denn, o Herr, im Unklaren, sind im Zweifel, wer wohl von diesen Asketen und Brahmanen Wahres, und wer Falsches lehrt.“

„Recht habt ihr, Kālāmer, daß ihr da im Unklaren seid und Zweifel hegt. In einer Sache, bei der man wirklich im Unklaren sein kann, ist euch Zweifel aufgestiegen. Aus diesem Grunde eben, Kālāmer, haben wir es gesagt:

Geht, Kālāmer, nicht nach Hörensagen, nicht nach Überlieferungen, nicht nach Tagesmeinungen, nicht nach der Autorität heiliger Schriften, nicht nach bloßen Vernunftgründen und logischen Schlüssen, nicht nach erdachten Theorien und bevorzugten Meinungen, nicht nach dem Eindruck persönlicher Vorzüge, nicht

nach der Autorität eines Meisters! Wenn ihr aber, Kālāmer, selber erkennt: 'Diese Dinge sind unheilsam, sind verwerflich, werden von Verständigen getadelt, und, wenn ausgeführt und unternommen, führen sie zu Unheil und Leiden', dann, o Kālāmer, möget ihr sie aufgeben.

Geht, Kālāmer, nicht nach Hörensagen, nicht nach Überlieferungen, nicht nach Tagesmeinungen, nicht nach der Autorität heiliger Schriften, nicht nach bloßen Vernunftgründen und logischen Schlüssen, nicht nach erdachten Theorien und bevorzugten Meinungen, nicht nach dem Eindruck persönlicher Vorzüge, nicht nach der Autorität eines Meisters! Wenn ihr aber, Kālāmer, selber erkennt: 'Diese Dinge sind heilsam, sind untadelig, werden von den Verständigen gepriesen, und, wenn ausgeführt und unternommen, führen sie zu Segen und Wohl', dann, o Kālāmer, möget ihr sie euch zu eigen machen.

...

Gibt es eine andere Welt und gibt es eine Frucht, ein Ergebnis guter und schlechter Taten, so ist es möglich, daß ich beim Zerfall des Körpers, nach dem Tode, auf glücklicher Daseinsfährte erscheine, in himmlischer Welt - dieses ersten Trostes ist er gewiß. Gibt es aber keine andere Welt und keine Frucht, kein Ergebnis guter oder schlechter Taten, so lebe ich eben hier in dieser Welt ein leidloses, glückliches Leben, frei von Haß und Übelwollen' - dieses zweiten Trostes ist er gewiß.“

...>

Genug für heute :-)
in metta - muni

8. Tieropfer, Mettā-Sutta.

- > ...
- > In diesem Zusammenhang möchte ich Euch das für viele von uns so zentrale
- > Kālāma-Sutta vorstellen:
- > A.III.66 Die Rede an die Kālāmer
- > http://www.palikanon.com/angutt/a03_062-066.html#a_iii66
- > Die Menschen der Kleinstadt Kālāma drücken dem durchwandernden Buddha
- > gegenüber ihre Zweifel an den vielen sich widersprechenden religiösen
- > Dogmen der diversen religiösen Lehrer aus und fragen:
- > „Wem soll man denn glauben?
- > Und gibt es wirklich eine Wiedergeburt?“
- > Buddhas Antwort ist, 2000 Jahre vor Kant, ein wunderbares Plädoyer der
- > Aufklärung!
- > ...

Liebe Freundinnen und Freunde,

wir haben im Kālāma-Sutta gesehen, daß Buddhas Weg keine Glaubensreligion ist, sondern sehr deutlich die selbstständige Erforschung unseres Geistes und der Welt betont. Auch versteht sich Buddha nicht als Guru, sondern nur als ein Wegweiser! Es liegt aus seiner Sicht ausschließlich an uns, was wir aus seinen Praxisempfehlungen und philosophischen Einsichten machen. Dadurch steht der Frühbuddhismus in einem direkten Gegensatz zu allen theistischen Wegen der Welterklärung, insb. zum seinerzeitigen und heutigen brahmanischen Hinduismus.

In der Folge haben die indischen Brahmanen Buddha auf vielerlei Weisen beschimpft und bekämpft, insbesondere natürlich auch, weil er ihr Geschäftsmodell der **Tieropfer** massiv in Frage gestellt hat. Diese Tieropfer waren fürchterliche und sinnlose Grausamkeiten, und kosteten die Gesellschaft auch sehr viel Geld - einerseits für die vielen, vielen Opfertiere (durchaus einmal 1000 Büffel bei einer von einem Fürsten in Auftrag gegebenen Opferung) und andererseits für die teuren Brahmanen, die als Einzige diese Tieropfer durchführen durften.

<https://de.wikipedia.org/wiki/Tieropfer>

Auch heute geht das große Schlachten im Hinduismus unaufhaltsam weiter, siehe etwa das Gadhimai-Opferfest in Nepal:

SZ-Artikel: 'Das große Schlachten', Do. 05.12.2019, S.10.

<https://www.sueddeutsche.de/panorama/nepal-gadhimai-tierschutz-1.4709432>

Aber natürlich ist unsere Massentierhaltung und das große industrielle Schlachten bei uns ethisch auch unverantwortlich - zumindest aus buddhistischer Sicht!

Siehe die schöne und wichtige Broschüre meiner Berliner Dharma-Freundin An-nabelle Zinser zur Tierethik:

<http://www.quelle-des-mitgefuehls.de/?Tierethik>

Vor einigen Jahren wurden ja die GRÜNEN für den Vorschlag eines freiwilligen Veggie-day pro Woche bei einer Bundestagswahl vom Wähler heftig abgestraft. Umso mehr freue ich mich, daß jetzt auch die EKD zur drastischen Reduktion unseres Fleischverbrauchs aufgerufen hat:

<https://www.evangelisch.de/inhalte/160719/26-09-2019/tierwohl-ekd-fordert-einsatz-fuer-nutztiere>

Nach Buddhas Tod hat dann der Hinduismus versucht den Buddhismus durch einen Übernahmeversuch zu neutralisieren: der Hindu-Gott Vishnu erscheint in dieser Welt immer wieder als menschliche Wiedergeburt, Avatara genannt. Und als seine wichtigsten Inkarnationen gelten Rama, Krishna und Buddha. Dadurch wird der Buddhismus dann als ein integraler Teil des Hinduismus interpretiert.

Als Folge seiner grundlegenden Güte gegenüber allen Lebewesen erklärte der Buddha die Berufsausübung in einem der 'grausamen Handwerke', z.B. als Schlächter, Wildsteller, Jäger, Räuber, Henker, Kerkermeister, etc., als mit dem 'Rechten Lebenserwerb' seines 8-fachen Pfades für unvereinbar - und kritisierte immer wieder den Kult der Tieropfer. Siehe z.B.:

<http://www.palikanon.com/majjhima/zumwinkel/m051z.html> und

<http://www.palikanon.com/digha1/dn01.html>

8. „Das Töten von Wesen aufgegeben habend, hält sich der Asket Gotama vom Töten fern, den Stock hat er weggelegt, Waffen hat er weggelegt, einfühlsam und teilnehmend verweilt er allen Lebewesen gegenüber Heil wünschend und mitfühlend.' So, ihr Mönche, loben die gewöhnlichen Menschen den Vollendeten.“

Sehr schön zeigt sich der ethische Ansatz des Buddha, der alle 'fühlenden' Lebewesen in seine liebende und fürsorgliche Güte mit einbezieht im berühmten Mettā-Sutta.

Sutta-Nipāta I.8 (143-152) - Mettā-Sutta

http://www.palikanon.com/khuddaka/sn/sn_i08_152.html

143 Dies soll erwirken, wer des Heiles kundig

Und wer die Friedens-Stätte zu verstehen wünscht:

Stark soll er sein und aufrecht, aufrecht voll und ganz

Zugänglich sei er, sanft und ohne Hochmut.

144 Genügsam sei er und sei leicht befriedigt,

Nicht viel geschäftig und bedürfnislos.

Die Sinne still, und klar sei der Verstand,
Nicht dreist, nicht gierig, geht er unter Menschen.

145 Auch nicht im Kleinsten soll er sich vergehen,
Wofür ihn andere, Verständige, tadeln möchten.
Sie mögen glücklich und voll Frieden sein,
Die Wesen alle! Glück erfüll' ihr Herz!

146 Was es an Lebewesen hier auch gibt,
Die schwachen und die starken, restlos alle;
Mit langgestrecktem Wuchs und groß an Körper,
Die mittelgroß und klein, die zart sind oder grob.

147 Die sichtbar sind und auch die unsichtbaren,
Die ferne weilen und die nahe sind,
Entstandene und die zum Dasein drängen, -
Die Wesen alle: Glück erfüll' ihr Herz!

148 Keiner soll den anderen hintergehen;
Weshalb auch immer, keinen möge man verachten
Aus Ärger und aus feindlicher Gesinnung
Soll Übles man einander nimmer wünschen!

149 Wie eine Mutter ihren eigenen Sohn,
Ihr einzig Kind mit ihrem Leben schützt,
So möge man zu allen Lebewesen
Entfalten ohne Schranken seinen Geist!

150 Voll Güte zu der ganzen Welt
Entfalte ohne Schranken man den Geist:
Nach oben hin, nach unten, quer inmitten,
Von Herzens-Enge, Haß und Feindschaft frei!

151 Ob stehend, gehend, sitzend oder liegend,
Wie immer man von Schlawheit frei,
Auf diese Achtsamkeit soll man sich gründen.
Als göttlich Weilen gilt dies schon hienieden.

152 In falscher Ansicht nicht befangen,
Ein Tugendhafter, dem Erkenntnis eignet,
Die Gier nach Lüsten hat er überwunden
Und geht nicht ein mehr in den Mutterschoß.

in metta - muni

9. Krankheit, Buddha und ein kranker Mönch,
MV.VIII.26 (Gilānavatthukathā).

- > ...
- > Sutta-Nipāta I.8 (143-152) - Mettā-Sutta
- > http://www.palikanon.com/khuddaka/sn/sn_i08_152.html
- > ...
- > 150 Voll Güte zu der ganzen Welt
- > Entfalte ohne Schranken man den Geist:
- > Nach oben hin, nach unten, quer inmitten,
- > Von Herzens-Enge, Haß und Feindschaft frei!
- >
- > 151 Ob stehend, gehend, sitzend oder liegend,
- > Wie immer man von Schlaffheit frei,
- > Auf diese Achtsamkeit soll man sich gründen.
- > Als göttlich Weilen gilt dies schon hienieden.
- > ...

Liebe Freundinnen und Freunde,

das oben zitierte Mettā-Sutta über die 'Liebende Güte' gegenüber allen Lebewesen ist zentral für den Buddhismus. Buddha empfahl seinen Schülern und Schülerinnen die Metta-Paxis insbesondere auch als Gegenmittel gegen Angst, Aversion und Haß. Aber diese liebende Güte vermag auch die hartnäckigen Schleier der Unwissenheit und des 'Nichtwissen-Wollens' zu durchdringen.

Leider wurden 'Liebende Güte' (metta) und 'Mitgefühl' (karuna) in der 2500-jährigen buddhistischen Geschichte nicht immer in seiner Tiefe wirklich verstanden und dann auch entsprechend angewandt. Zu tief war und ist im kollektiven indisch-hinduistischen Gedächtnis die antike Karma-Theorie verankert: „die jetzige Krankheit unseres Mitmenschen ist sicherlich eine Folge der schlechten Handlungen in seinem jetzigen Leben oder seinen vergangenen Leben. Gegen ein solches Karma kann man nichts anderes tun, als es zu ertragen und damit abzubezahlen.“

Buddha hat immer gegen dieses primitiv-archaische Weltbild angepredigt, aber letztlich hat sich dieses naive Konzept bei der breiten Bevölkerung in Asien doch immer wieder durchgesetzt.

Siehe hierzu auch mein Essay

"Ein Weg durch Leben und Tod, Kleine buddhistische Reflektion über Krankheit, Karma und die Überwindung des Leidens":

<http://www.mb-schiekel.de/karma.htm>

oder zum besseren Ausdruck

<https://www.mb-schiekel.de/karma.pdf> .

Dieses Ausgrenzen und gesellschaftliche Ausstoßen von Hilfsbedürftigen findet sich jetzt aber nicht nur im indischen Hinduismus und weiten Teilen der heutigen asiatischen buddhistischen Welt, sondern etwa auch bei den protestantischen Calvinisten, und damit insbesondere in den USA. In diesem Fall wird nicht der 'Karma-Gedanke' bemüht, sondern der 'Wille Gottes' - Armut und Krankheit seien eine Strafe Gottes, die der Mensch nicht mit Wohltätigkeit vereiteln darf.

Letztlich liegt dieser interkulturellen Hilfsverweigerung wohl ein uraltes Evolutionsprinzip zugrunde: schwache und kranke Menschen könnten (sehr) ansteckend sein und die Gesellschaft schützt sich durch Isolation der Kranken.

Buddha lehrt nun im Gegensatz zu seiner Gesellschaft eine Liebe zu allen fühlenden Wesen, die zur Einsicht in die tiefe Verbundenheit alles Lebendigen (anatta = Nicht-Ich) führt.

Hier ein schönes Beispiel von Buddhas Verständnis von Metta aus dem Buch Mahāvagga des Vinayapitaka (Sammlung der Regeln der Mönche und Nonnen): MV.VIII.26 (Gilānavatthukathā):

http://www.palikanon.com/vinaya/mahavagga/mv08_16-32.htm

Einmal findet der Buddha zusammen mit Ānanda einen seiner Mönche, der schwer an Ruhr erkrankt ist und von niemandem gepflegt wird. Buddha und Ānanda waschen und versorgen den Mönch und legen ihn auf ein Bett. Anschließend ruft Buddha die Mönche dieses Klosters zusammen und bittet sie, daß sie sich künftig gegenseitig bei Krankheit unterstützen mögen.

„Nicht habt ihr, Mönche, Mutter und Vater, die euch pflegen würden. Wenn ihr, ihr Mönche, euch nicht gegenseitig pflegt, wer sonst sollte euch pflegen? So, wie man mich pflegen würde, so soll man Kranke pflegen.“

Thich Nhat Hanh hat diesen Ansatz des Buddha im Vietnam-Krieg neu belebt: er hat den InterSein-Orden als eine Aktualisierung des Bodhisattva-Weges gegründet, siehe

<https://www.mb-schiekel.de/bodhi.htm>

und mit seiner 'Schule der Jugend für Soziale Dienste' während vieler Kriegsjahre in Vietnam vielen Kriegsoptionen so gut geholfen, wie das möglich war. Siehe auch das schöne Buch: Thich Nhat Hanh: „Liebe handelt“.

https://www.buecher.de/shop/buecher/liebe-handelt/thich-nhat-hanh/products_products/detail/prod_id/07752030/

Aber auch andere große buddhistische Meister, wie der Dalai Lama, Buddhadasa, Mahaghosana u.a. betonen seit vielen Jahren die Notwendigkeit eines „Engagierten Buddhismus“.

Und der bedeutenden US-Philosoph und Zen-Lehrer Prof. David Loy , siehe:

<https://www.mb-schiekel.de/loybib.htm>

<http://www.davidloy.org/index.html>

nimmt mit seiner 'ecodharma'-Bewegung das Thema der drohenden Klima-
überhitzung in den Mittelpunkt seiner Dharma-Aktivitäten.

Jetzt wünsche ich uns allen gesunde, harmonische und glückliche
Weihnachts- und Neujahrs-Tage. Machts gut!

in metta - muni

10. Buddhistische Rituale, Chan-Linie, TNH's Neubeginn.

- > ...
- > MV.VIII.26 (Gilānavatthukathā):
- > http://www.palikanon.com/vinaya/mahavagga/mv08_16-32.htm
- > Einmal findet der Buddha zusammen mit Ānanda einen seiner Mönche, der
- > schwer an Ruhr erkrankt ist und von niemandem gepflegt wird. Buddha und
- > Ānanda waschen und versorgen den Mönch und legen ihn auf ein Bett. An
- > schließend ruft Buddha die Mönche dieses Klosters zusammen und bittet sie,
- > daß sie sich künftig gegenseitig bei Krankheit unterstützen mögen.
- > ... „So, wie man mich pflegen würde, so soll man Kranke pflegen.“
- > ...

Liebe Freundinnen und Freunde,

in den vergangenen Beiträgen hatten wir gesehen, wie Buddha 'liebende Güte' (metta), unabhängig von jeglichem Familien-, Clan- und Kasten-Denken, ja sogar unabhängig von einer antropomorphen Begrenzung, in das Zentrum seiner Lehren gestellt hat. Der zweite Punkt in diesem Zentrum war die uns (hoffentlich) inzwischen etwas vertraute Praxis der 'Rechten Achtsamkeit' (samma sati), die Grundlage der Vipassana-Übung und für Buddha die Grundlage der Befreiung (vimutti).

Bevor ich aber demnächst in dieser kleinen Email-Reihe auf sati & vipassana genauer eingehen möchte, sollen heute einige Worte zu Ritualen folgen. Das Feiern von Weihnachten und Neujahr sind ja für uns Heutige gesellschaftliche Rituale, und die vielfältigen christlichen Rituale sind uns allen bekannt und einige von uns richten ihr Leben auch mehr oder weniger nach diesen Ritualen aus. Kurzum, Rituale sind wirkungsmächtige Erfindungen des menschlichen Geistes mit der klaren Aufgabe, die divergierenden Entwicklungen der einzelnen Stammesmitglieder immer wieder in der Gemeinschaft zu synchronisieren. Daher folgen jetzt also einige Erläuterungen zu buddhistischen Ritualen, und zwar zum 'Neubeginn' und zu den 'Verbeugungen vor großen Menschen der Traditionslinie'.

Rituale 1 - bei Buddha und im Frühbuddhismus

Als Buddha zu lehren begann, gab es außer den Tragen der Fleckenrobe, dem täglichen Bettelgang um Nahrung, einer intensiven Meditationspraxis und einigen grundlegenden Ethikregeln keine weiteren Normen. An Vollmond und Neumond saßen die Mönche eine ganze Nacht hindurch schweigend in der Meditation.

Eine solche Nachtmeditation, mit Unterstützung von Grünem Tee :-), kann übrigens auch für uns, Gesundheit vorausgesetzt und insbesondere in einer Gruppe durchgeführt, eine tiefe und wichtige Erfahrung sein!

Buddhas Zeitgenossen aber hatten kein Verständnis für das schweigende Verweilen seiner Sangha und verglichen dies mit den ausdauernden Diskussionen konkurrierenden Samana-Gruppen, die in Vollmondnächten über Brahman, Atman, Karma, etc. disputierten und stritten. Die buddhistischen Mönche wurden als stumme Felsblöcke verspottet. Buddha reagierte darauf, indem er am Vorabend von Vollmond und Neumond ein Bekenntnis- und Reinigungs-Ritual einführte, an dem die Mönche ihre großen oder kleinen Unachtsamkeiten und Verfehlungen beichteten und sich voreinander entschuldigten. An den Vollmond- und Neumond-Nächten folgte die Rezitation der Mönchs-/Nonnen-Regeln, an welche sich dann die stille Meditation anschloß.

Rituale 2 - im chin. Chan

Später im chin. Chan wurde dann noch ein weiteres Ritual eingeführt, das bis heute täglich in den jap. Zen-Schulen rezitiert wird, die Anrufung der Übertragungslinie.

Der Hintergrund ist, daß in China viele einflußreiche Familien ihren Stammbaum mehr oder weniger frei erfunden bis in die Ära des mythologischen 'Gelben Kaisers' (黃帝, Huáng Dì) zurückverfolgt haben.

<https://de.wikipedia.org/wiki/Huangdi>

Kurz gesagt: Machtanspruch durch Familien-Pseudohistorie.

Diesem Muster des Machtanspruchs sind dann die chin. Chanschulen mit ihrem frei erfundene 'Stammbaum' gefolgt, der solcherart die Chan-Schule zur 'einzig legitimierten' buddhistischen Schule erklären sollte - ein Verfahren, das im damaligen China durchaus funktioniert hat.

Auf diese Weise wurde Buddhas Schüler Mahakassapa zum 1. Patriarchen des Chan gekürt, Buddhas Schüler Ananda zum 2. Patriarchen, dann folgten 25 erfundene indische Chan-Patriarchen, und schließlich kam mit Nr. 28 Bodhidharma, welcher der Legende nach das Chan von Indien nach China gebracht hatte.

Historische Fakten waren bei dieser Geschichte natürlich nur hinderlich, so etwa die klare Aussage des Buddha, daß er keinen seiner Schüler zu seinem Nachfolger ernennen wolle, sondern daß das Dharma und die demokratisch organisierte Sangha seine legitimierten Nachfolger seien.

Oder die Tatsache, daß der vietnamesische Mönch Kāng Sēnghuì (康僧会, vietn. Khương Tăng Hội, ?-280) den Versenkungsbuddhismus (Chan) bereits um 248 nach China gebracht hatte:

https://en.wikipedia.org/wiki/Kang_Senghui

Im chin. Chan folgten dann bzgl. der Chan-Überlieferungslinie weitere Turbulenzen:

die ersten 5 offiziellen Chan-Patriarchen: Bodhidharma, Huike, Sengcan, Daoxin, Hongren dürfen heute als relativ gesichert gelten, aber der berühmte sog. 6. Patriarch des Chan mit Namen Huineng ist, wie wir heute wissen, eine Erfindung. Tatsächlich gab es einen chin. Mönch mit dem Namen Huineng, der auch tatsächlich ein Schüler des 5. Patriarchen Hongren war, aber dieser Huineng wurde erst posthum von einem äußerst machtbewußten Schüler Huinengs namens Shenhui zum 6. Patriarchen gekürt - wobei er sich selbst natürlich zum 7. Chan-Patriarchen erklärte :-)

Für seine chin. Zeitgenossen war dagegen ein anderer berühmter und einflußreicher Schüler Hongrens namens Shenzhi der wahre 6. Patriarch. Daher führte Shenhui dann die Bezeichnungen 'Nordschule des Chan' für Shenzhi und seine Schule und 'Südschule des Chan' für sich selbst und seine Schüler ein. Diese Bezeichnungen haben bis heute überlebt.

Rituale 3 - der 'Neubeginn von Thich Nhat Hanh

Aus all den oben genannten Gründen hat unser verehrter Thich Nhat Hanh von dem Ritual der Rezitation der Chan-Überlieferungslinie Abstand genommen und eine neue Zeremonie komponiert:

den **Neubeginn**.

Diese Zeremonie beginnt mit dem klassischen Reue- und Bekenntnisteil, es folgt ein Teil mit Verbeugungen vor Buddha und einigen seiner berühmten Schüler und Schülerinnen, sowie Verbeugungen vor einigen wichtigen transzendenten Bodhisattvas (Archetypen in der Sprache C.G. Jungs), sowie anschließend die Zufluchtsname zu **Buddha, Dharma und Sangha** und die Erneuerung unserer Gelübde.

Im Abschnitt der Verbeugungen vor unseren Dharmavorfahren führt THN auf:

- die 6 prähistorischen Buddhas:
 - Vipashyin,
 - Shikin,
 - Vishvabhu,
 - Krakuchanda,
 - Kanakamuni,
 - Kashyapa.

Diese legendären Gestalten hat Buddha bei verschiedenen Gelegenheiten in seinen Lehrreden erwähnt. Dabei kopierte er einerseits ein beliebtes Muster seines zeitgenössischen spirituellen Konkurrenten Mahavir, dem Gründer der Jain-Religion, der immerhin 24 (erfunde) Vorläufer-Tirthankaras benannt hatte:

<https://de.wikipedia.org/wiki/Jainismus> .

Andererseits wollte Buddha aber darauf hinweisen, daß das 'Erwachen' (bodhi) kein einmaliges historisches Ereignis ist, sondern daß es schon vor ihm erwachte Menschen gegeben hatte und auch nach ihm erwachte Menschen geben wird.

- es folgt der Buddha (shakyamuni);
- es folgen die transzendenten Bodhisattvas:
 - Manjushri (Weisheit des Verstehens),
 - Samatabhadra (Weisheit der Wesensgleichheit und Güte),
 - Avalokiteshvara (Chenrezig, tib., Guanyin, chin.) (Mitgefühl),
 - Kshitigarbha (mit dem Großen Gelöbnis allen Wesen in allen HölLEN zu helfen);
- es folgen einige bedeutende Schüler und Schülerinnen des Buddha:
 - Kashyapa (jener Mahakashyapa des Chan), war ein recht harter und kompromißloser Asket, welcher nach Buddhas Tod die Sangha leiten wollte und dem tatsächlich ein Teil der Sangha folgte, wogegen der andere Teil der Sangha sich dem liebevollen und sanften Ananda anschloß;
 - Punna war der erste Buddha-Mönch der als Missionar zu einem recht gewalttätigen Volksstamm ging, um dort die Buddha-Lehre zu predigen und zur Gewaltlosigkeit aufzurufen;
 - Upali hatte sich auf die Überlieferung des Vinaya, der Mönchs- und Nonnen-Regeln spezialisiert;
 - Ananda, ein besonders freundlicher Mönch, der jahrzehntlang dem Buddha als persönlicher Begleiter und Helfer gedient hatte, und dem wir wegen seines phänomenalen Gedächtnisses die Überlieferung des Großteils der Lehrreden des Buddha verdanken;
 - Mahapajapati, war jene Tante des Buddha, die diesen nach dem Tod seiner Mutter an Kindbettfieber gesäugt und wie eine Mutter großgezogen hatte - und die viele Jahre später mit Anandas Hilfe dem Buddha die Erlaubnis zur Begründung eines Nonnenordens abgerungen und dann jahrelang diesem Nonnenorden vorstand;
- Maiteya, dem 'Buddha der Zukunft';
- und schließlich verbeugen wir uns vor der Ahnenreihe aller früheren Lehrer und Lehrerinnen, die furchtlos und voll Mitgefühl den Weg offenbarten.

Wer etwas mehr über die Lebensgeschichten einiger der direkten Schüler und Schülerinnen des Buddha lernen möchte, dem sei folgendes kleine Büchlein empfohlen, das online verfügbar ist:

Kurt Schmidt, „Buddha und seine Jünger“, Verlag Christiani, Konstanz, 1955,
<http://www.palikanon.com/buddhbib/07budjng/budjng00.htm>

Sehr spannend und sehr lesenswert!!

Diese Neubeginn-Zeremonie ist eine sehr schöne und auch bei uns beliebte Zeremonie, weil sie uns eindringlich darauf hinweist, daß wir an jedem Tag unseren Kummer, Schmerz und unsere Fehler hinter uns lassen und neu beginnen können.

Eine liebe Dharmafreundin von mir, Schwester Jina aus Plum Village, hat vor Jahren einmal zur Überwindung innerer Hindernisse ein Jahr lang täglich diese Neubeginn-Zeremonie durchgeführt!

Dies ist heute ein längerer Text geworden, aber es sind ja auch Weihnachtsferien. Vielen Dank an alle, die bis hierher durchgehalten haben :-)

in metta - muni

11. Vipassana und Satipatthana zu Beginn und Ende von Buddhas Leben.

> ...

> wir hatten in den früheren Emails dieser Reihe gelesen, wie Buddha sein Ziel, > das Erwachen (vimutti), erreicht hatte durch eine Kombination aus anfäng- > lichem Vipassana (achtsame Beobachtung) und anschließendem Samatha (tiefe > Versenkung). Vipassana war sein Mittel der Wahl bei den Angriffen Maras (der > Personifikation des Bösen).

> ...

> Die von Buddha lebenslang geübte Achtsamkeits-Praxis war Vipassana, d.h. > 'satipatthana', die 4 'Verankerungen der Achtsamkeit', d.h. Achtsamkeit auf > Körper (kaya), Empfindungen (vedana), Geistesreaktionen (citta), Geistes > inhalte (dhammâ).

> Siehe dazu das wichtige Buch von Thich Nhat Hanh:

> 'Umarme Deine Wut'.

> ...

Liebe Freundinnen und Freunde,

wir hatten gesehen, daß Buddhas Befreiungsweg 2-facher Art war:

- a. die Herzensbefreiung (ceto-vimutti):
der Weg hierzu führt häufig über die tiefen Versenkungszustände (jhana) der Samatha-Meditation.
- b. die Erkenntnis-Befreiung (pañña-vimutti):
der Weg hierzu führt über die Vipassana-Meditation, also über die meditative Anwendung der Satipatthana-Sutten.

Vipassana heißt Erkenntnis/Einsicht/Klarblick. Einsicht in was?

Buddha sprach von Einsicht in die 3 Daseinsmerkmale:

- Leidhaftigkeit (dukkha), teilweise verursacht durch unser vergängliches Dasein in einer sich unablässig wandelnden Welt, aber häufiger und zumeist auch heftiger verursacht durch unsere vielen vergeblichen Versuche diese Welt zu kontrollieren,
- Veränderlichkeit/Vergänglichkeit (anicca) aller Lebensvorgänge,
- das Nichtvorhandensein eines unveränderlichen, inhärenten, göttlichen Seelenkerns (Nicht-Selbst, anatta).

Heute soll es um die Bedeutung von Vipassana aus der Sicht von Buddha gehen. Buddha sprach häufig von 'samma-sati', von 'Rechter Achtsamkeit', also einer ethisch gegründeten und auf das Ziel der Befreiung (vimutti, nibbana) hin ausgerichteten Achtsamkeit. Diese 'Rechte Achtsamkeit' ist also durchaus verschieden von der Achtsamkeit eines Börsenhändlers oder eines Kriminellen.

Während samatha über die Versenkungsstufen (jhana) zur 'transzendenten/immanenten' 'Schauung' führt, verbleibt Vipassana vollständig im Diesseitigen, nutzt aber die 'Einsicht' in die Daseinsmerkmale des Diesseitigen zur Bewältigung des Diesseitigen.

Insofern ist die heute moderne Methode des MBSR eine logische säkulare Entwicklung von satipatthana, wenngleich ihr natürlich das buddhistische Heilsziel mangelt.

So sind also Vipassana und satipatthana ganz auf das Durchdringen der 3 Daseinsmerkmale, Leidhaftigkeit (dukkha), Veränderlichkeit (anicca) und Nicht-Selbst (anatta) ausgerichtet. Diese Daseinsmerkmale werden nun möglichst präzise beobachtet auf den Wahrnehmungsfeldern (4 Pfeiler der Achtsamkeit):

- Körper (kaya),
- Empfindungen (angenehm, neutral, unangenehm; vedana),
- Geistesreaktionen (citta),
- Geistesobjekten (dhammâ).

Für wie bedeutsam Buddha diese Übung angesehen hat, zeigt sich auch daran, daß er sie sowohl kurz nach seinem Erwachen, wie auch kurz vor seinem Tod betont hat.

1. kurz nach Buddhas 'Erwachen':

http://www.palikanon.com/samyutta/sam47.html#s47_18

„Der gerade Weg ist dies zur Läuterung der Wesen, zur Überwindung von Kummer und Jammer, zur Beendigung von Schmerz und Trübsinn, zur Gewinnung des Hinführenden, zur Verwirklichung des Nirvāna, nämlich die 4 Pfeiler der Achtsamkeit. Welche vier?

Beim Körper wache der Mönch über den Körper,
bei den Empfindungen über die Empfindungen,
bei den Geistesreaktionen über die Geistesreaktionen,
bei den Geistesobjekten über die Geistesobjekte,
unermüdlich, klar bewußt, achtsam, nach Verwindung weltlichen Begehrens und Trübsinns. Das ist der gerade Weg.“

2. Und kurz vor seinem Tod, als er nach der Nachfolge gefragt wurde, antwortete er mit den berühmten Worten (dn16_2, 25-26):

http://www.palikanon.com/digha1/dn16_1-3.html

25. „Was denkst du, Ānanda, erwartet die Mönchsgemeinde von mir?

Verkündet wurde von mir, Ānanda, die Lehre (dhamma), vollkommen, ohne etwas auszulassen, mit Bezug auf die Lehre (dhamma) hat der Tathāgata kein

Geheimnis. Wenn irgendjemandem einfallen würde: Ich müsste mich um die Mönchsgemeinde kümmern oder die Mönchsgemeinde ist auf mich angewiesen, der würde für die Mönchsgemeinde irgend etwas festlegen. Dem Tathāgata, Ānanda, fällt so etwas nicht ein: Ich müsste mich um die Mönchsgemeinde kümmern oder die Mönchsgemeinde ist auf mich angewiesen.

Was denkst du, Ānanda, wird er Tathāgata bezüglich der Mönchsgemeinde irgendetwas festlegen? Ich bin jetzt, Ānanda, gebrechlich, alt, betagt, am Lebensende, ausgelebt, ich bin achtzig Jahre alt. Genauso, Ānanda, wie ein alter Wagen mit Stricken noch zusammengehalten wird, so scheint mir der Körper des Tathāgata. Zu einer Zeit, Ānanda, wenn der Tathāgata ohne Wahrnehmung aller Objekte ist, jegliches Gefühl ausgetilgt hat, tritt er in die objektlose Gemütssammlung ein und verweilt darin, dann ist der Körper des Tathāgata zur Ruhe gekommen.

26. Daher, Ānanda, seid euch selbst die Insel, seid euch selbst die Zuflucht, habt keine andere Zuflucht, die Lehre sei euch Insel, die Lehre sei euch Zuflucht, habt keine andere Zuflucht. Wie, Ānanda, sind die Mönche sich selbst die Insel, sich selbst die Zuflucht, haben keine andere Zuflucht, haben die Lehre zur Insel, die Lehre zur Zuflucht, haben keine andere Zuflucht? Da, Ānanda, weilt der Mönch beim Körper, in Betrachtung des Körpers, eifrig, klarbewusst, achtsam, nach der Entfernung von Begierde und Aneigung hinsichtlich der Welt. Da, Ānanda, weilt der Mönch bei den Empfindungen, in Betrachtung der Empfindungen, eifrig, klarbewusst, achtsam, nach der Entfernung von Begierde und Abneigung hinsichtlich der Welt. Da, Ānanda, weilt der Mönch bei den Geistesreaktionen, in Betrachtung der Geistesreaktionen, eifrig, klarbewusst, achtsam, nach der Entfernung von Begierde und Abneigung hinsichtlich der Welt. Da, Ānanda, weilt der Mönch bei den Geistesobjekten, in Betrachtung der Geistesobjekte, eifrig, klarbewusst, achtsam, nach der Entfernung von Begierde und Abneigung hinsichtlich der Welt. So, Ānanda, sind die Mönche sich selbst die Insel, sich selbst die Zuflucht, haben keine andere Zuflucht, haben die Lehre zur Insel, die Lehre zur Zuflucht, haben keine andere Zuflucht.“

in metta - muni

12. Vipassana-Praxis lebenslang, S.47.4. Sālā - 4. Sāla Sutta.

- > ...
- > So sind also Vipassana und satipatthana ganz auf das Durchdringen der 3
- > Daseinsmerkmale, Leidhaftigkeit (dukkha), Veränderlichkeit (anicca) und
- > Nicht-Selbst (anatta) ausgerichtet.
- > Diese Daseinsmerkmale werden nun möglichst präzise beobachtet auf den
- > Wahrnehmungsfeldern (4 Pfeiler der Achtsamkeit):
- >
- > - Körper (kaya),
- > - Empfindungen (angenehm, neutral, unangenehm; vedana),
- > - Geistesreaktionen (citta),
- > - Geistesobjekten (dhammā).
- > ...

Liebe Freundinnen und Freunde,

Diese Vipassana-Praxis kann nun je nach Situation und den Fähigkeiten der verschiedenen Praktizierenden unterschiedlich geübt werden:

- Anfängerinnen und Anfängern empfiehlt man in Retreats sich pro Tag nur einem Wahrnehmungsfeld zuzuwenden, aber dieses konzentriert zu beobachten.
- Fortgeschrittene beobachten das Fluktuieren aller 4 Wahrnehmungsfelder von Moment zu Moment zu Moment.

Für uns Laien empfiehlt sich der direkte Zugang zu Vipassana nach einer anfänglichen leichten Geistesberuhigung durch Samatha-Praxis (z.B. Atembeobachtung). Dieser Zugang heißt 'suddha vipassana yanika' (reine Vipassana-Praxis).

In längeren und sehr ruhigen Retreat-Situationen wird gerne vor der eigentlichen Vipassana-Übung die sog. 'angrenzende Sammlung' durch vertieftes Samatha angestrebt (upacara samadhi, ein ruhiger und heiterer Geisteszustand). Dieser Zugang heißt 'samatha yanika'.

Dieser samatha yanika Ansatz entwickelte sich dann weiter zur Grundlage eines 'nichtdalen Vipassana', bei welchem die anstrengende sekundlich präzise Vipassana-Beobachtung deutlich reduziert wird zugunsten einer Balance zwischen Ruhe & Beobachtung. Im Chan heißt dieser Weg dann 'mochao-chan' (Chan des heiter-gelassenen Widerspiegels), in Tibet spricht man von Mahamudra (chagchen) und von Mahaati (dzogchen).

Nun könnte man vielleicht auf den Gedanken kommen, wenn wir mittels Vipassana-Praxis die Weisheits-Befreiung (pañña-vimutti) erreicht haben, dann seien wir 'fertig' :-). Dem ist nicht so!

Siehe das folgende schöne Sutta von Buddha:

http://www.palikanon.com/samyutta/sam47.html#s47_4

S.47.4. Sālā - 4. Sāla Sutta

<Das hab ich gehört. Zu einer Zeit weilte der Erhabene im Lande Kosalo im Brahmanendorf Sālā. Dort nun wandte sich der Erhabene also an die Mönche:

„Die da, ihr Mönche, neue Mönche sind, noch nicht lange hinausgezogen, erst kürzlich zu dieser Lehre und Ordnung gekommen, die sollen angeregt, bestärkt und gefestigt werden, die vier Pfeiler der Achtsamkeit zu entfalten. Welche vier?

Kommt, ihr Brüder!

Wacht beim Körper über den Körper,
bei den Empfindungen über die Empfindungen,
bei den Geistesreaktionen über die Geistesreaktionen,
bei den Geistesobjekten über die Geistesobjekte,

unermüdlich klar bewußt, einig geworden, geklärten Bewusstseins, geeinigt, einheitlichen Bewusstseins, um den Körper, die Empfindungen, die Geistesreaktionen, die Geistesobjekte wirklichkeitsgemäß zu erkennen. Auch jene Mönche, ihr Mönche, die Übende sind, die das Ziel noch nicht erreicht haben, die im Streben nach dem unübertrefflichen Yoga-Frieden verweilen, auch die wachen beim Körper über den Körper, bei den Empfindungen über die Empfindungen, bei den Geistesreaktionen über die Geistesreaktionen, bei den Geistesobjekten über die Geistesobjekte, unermüdlich, klar bewußt, einig geworden, geklärten Bewusstseins, geeinigt, einheitlichen Bewusstseins, um den Körper, die Empfindungen, die Geistesreaktionen, die Geistesobjekte völlig zu durchschauen.

Selbst jene Mönche, ihr Mönche, die Heilige sind, Triebversiegte, die vollendet, ihr Werk gewirkt, die Last abgelegt, das höchste Heil erreicht, die Daseinsfesseln versiegt haben, in vollkommener höchster Weisheit erlöst sind, auch die wachen beim Körper über den Körper, bei den Empfindungen über die Empfindungen, bei den Geistesreaktionen über die Geistesreaktionen, bei den Geistesobjekten über die Geistesobjekte, unermüdlich, klar bewußt, einig geworden, geklärten Bewusstseins, geeinigt, einheitlichen Bewusstseins, nicht mehr gefesselt durch den Körper, die Empfindungen, die Geistesreaktionen, die Geistesobjekte.

Die da, ihr Mönche, neue Mönche sind, noch nicht lange hinausgezogen, erst kürzlich zu dieser Lehre und Ordnung gekommen, die sollen angehalten, gewöhnt und bestärkt werden, die vier Pfeiler der Achtsamkeit zu entfalten.“>

in metta - muni

13. Anuruddha über Vipassana, S.52.9. Ambapālivana Sutta,
keine Autorisierung, M.105 Sunakkata-Sutta,
Huang-bo in Biyan-lu #11: "es gibt keine Meister".

- > ...
- > Diese Vipassana-Praxis kann nun je nach Situation und den Fähigkeiten der
- > verschiedenen Praktizierenden unterschiedlich geübt werden.
- > - Anfängerinnen und Anfängern empfiehlt man in Retreats sich pro Tag nur
- > einem Wahrnehmungsfeld zuzuwenden, aber dieses konzentriert zu beob-
- > achten.
- > - Fortgeschrittene beobachten das Fluktuieren aller 4 Wahrnehmungsfelder von
- > Moment zu Moment zu Moment.
- >...

Liebe Freundinnen und Freunde,

die buddhistischen Mönche und Nonnen der Frühzeit suchten sich je nach Bega-
bung und Neigung eine spezielle Meditationsform als Hauptpraxis aus.
Heute möchte ich einen kleinen Text über den Mönch Anuruddha vorstellen,
dessen Hauptpraxis Vipassana war. Anuruddha war übrigens ein Cousin von
Buddha, ebenso wie die Mönche Bhaddiya, Ananda, Bhagu, Kimbila und Deva-
datta.

Das folgende Sutta über Anuruddha

S.52.9. Ambapālivana Sutta

http://www.palikanon.com/samyutta/sam52.html#s52_9

ist aus zweierlei Gründen interessant für uns. Der erste Grund ist die Beschrei-
bung der fortgeschrittenen Vipassana-Praxis von Anuruddha.

<Zu einer Zeit weilten der Ehrwürdige Anuruddho und der Ehrwürdige Sāriputto
zu Vessālī, im Haine der Ambapāli. Da begab sich der Ehrwürdige Sāriputto am
Abend nach Aufhebung der Zurückgezogenheit dorthin, wo der Ehrwürdige Anu-
ruddho weilte und setzte sich zur Seite nieder. Zur Seite sitzend, wandte sich der
Ehrwürdige Sāriputto an den Ehrwürdigen Anuruddho:

„Heiter sind, Bruder Anuruddho, deine Sinne, hell und rein die Farbe deines Ant-
litzes. In welchem Verweilen weilt wohl der Ehrwürdige Anuruddho jetzt häu-
fig?“

„In den vier Pfeilern der Achtsamkeit (satipatthāna) fest gegründet ist
mein Herz, o Bruder: so weile ich jetzt häufig. In welchen vier?“

Da wache ich, o Bruder, beim Körper über den Körper,
bei den Empfindungen über die Empfindungen,
bei den Geistesreaktionen über die Geistesreaktionen,
bei den Geistesobjekten über die Geistesobjekte,

unermüdlich, klar bewußt, achtsam,
nach Überwindung weltlichen Begehrens und Trübsinns.

In den vier Pfeilern der Achtsamkeit fest gegründet ist mein Herz: so weile ich jetzt häufig.

Wer da, o Bruder, als Mönch ein Heiliger ist, ein Triebversiegter, ein Endiger, der sein Werk gewirkt, die Last abgelegt, sein Ziel vollbracht, die Daseinsfesseln völlig versiegt hat, in vollkommenem Wissen erlöst ist, der hat sein Herz in den vier Pfeilern der Achtsamkeit fest gegründet und weilt häufig darin“.

„Ein Gewinn, wahrlich, ist es für uns, o Bruder, wohl getroffen haben wir es wahrlich, daß wir aus dem Munde des Ehrwürdigen Anuruddho dies gewaltige Wort gehört haben“.>

Und der zweite für uns interessante Grund ist der Schlußsatz von Anuruddha, in welchem dieser erklärt, das Ziel der 'Heiligkeit' erreicht zu haben. Kein Mönch und keine Nonne erhielten damals von Buddha eine 'Lehrübertragung' oder 'Bestätigung ihres Erwachens' (nibbana) oder 'Autorisierung als Zen-Meister' oder 'Dhammacarya'. Sondern die Schüler und Schülerinnen selbst erklärten, wie hier Anuruddha, vollkommen autonom ihr 'Erwachen'.

Gelegentlich wurde Buddha von Außenstehenden gefragt, wie es denn um das 'Erwachen' seiner Schüler und Schülerinnen stehe, die ebendieses von sich behaupteten. Siehe das schöne Sutta;

Majjhima Nikāya 105 Sunakkata-Sutta

<http://www.palikanon.com/majjhima/zumwinkel/m105z.html> .

<1. So habe ich gehört. Einmal hielt sich der Erhabene bei Vesālī, im Großen Wald, in der Spitzdach-Halle auf.

2. Bei jener Gelegenheit hatte eine Anzahl Bhikkhus in der Gegenwart des Erhabenen die letztendliche Erkenntnis verkündet, mit den Worten: „Wir haben unmittelbar erkannt: Geburt ist zu Ende gebracht, das heilige Leben ist gelebt, es ist getan, was getan werden mußte, darüber hinaus gibt es nichts mehr.“

3. Sunakkhatta, Sohn der Licchavī, hörte: ‘Eine Anzahl Bhikkhus hat anscheinend in der Gegenwart des Erhabenen die letztendliche Erkenntnis verkündet, mit den Worten: „Wir haben unmittelbar erkannt: Geburt ist zu Ende gebracht, das heilige Leben ist gelebt, es ist getan, was getan werden mußte, darüber hinaus gibt es nichts mehr.“‘ Da ging Sunakkhatta, Sohn der Licchavī, zum Erhabenen, und nachdem er ihm gehuldigt hatte, setzte er sich seitlich nieder und sagte zum Erhabenen:

„Ich habe gehört, ehrwürdiger Herr, daß eine Anzahl Bhikkhus in der Gegenwart des Erhabenen die letztendliche Erkenntnis verkündet hat. Haben sie dies berechtigterweise getan, oder gibt es einige Bhikkhus, die die letztendliche Erkenntnis verkünden, weil sie sich überschätzen?“

5. „Als jene Bhikkhus, Sunakkhatta, die letztendliche Erkenntnis in meiner Gegenwart verkündeten, gab es einige Bhikkhus, die die letztendliche Erkenntnis berechtigterweise verkündeten, und es gab einige, die die letztendliche Erkenntnis verkündeten, weil sie sich überschätzen. Wenn Bhikkhus die letztendliche Erkenntnis berechtigterweise verkünden, so ist ihre Erklärung wahr. Aber wenn Bhikkhus die letztendliche Erkenntnis verkünden, weil sie sich überschätzen, denkt der Tathāgata: 'Ich will sie das Dhamma lehren.' So verhält es sich in diesem Fall, Sunakkhatta, daß der Tathāgata denkt: 'Ich will sie das Dhamma lehren.' Aber einige fehlgeleitete Männer hier denken sich eine Frage aus, kommen zum Tathāgata und stellen sie. In jenem Fall, Sunakkhatta, überlegt es sich der Tathāgata anders, obwohl er dachte: 'Ich will sie das Dhamma lehren.'“>

Kurzum: Buddha konstatiert schlicht, daß die Behauptung des 'Erwachens' bei einigen seiner Schüler zutrifft, bei anderen nicht - und er bietet seine Hilfe an, wenn er die Empfindung hat, daß die Menschen offen für seine Hinweise sind. Das ist alles!

Eine Widerspiegelung dieses Verständnisses finden wir bei dem chin. Chan-Meister Huang-bo (Biyān-lu #11):

<Ehrwürden Huang-bo wandte sich an die Gemeinde [der Mönche] und sagte:

„Leute, wie Ihr es seid, [Ihr] seid alle ohne Ausnahme nur Trester-Schlürfer. Wenn [Ihr] bald hierhin, bald dorthin wandert, an welchem Ort habt [Ihr] dann Euer Heute? Wißt [Ihr] denn auch, daß es im großen Reich der Tang gar keine Chan-Lehrer [Meister] gibt?“

Da trat ein Mönch hervor und sagte: „Nur - wenn in allen Klöstern [sehr wohl] den Schülern geholfen und die Gemeinden [der Mönche] angeleitet werden, was ist denn dann?“

Huang-bo sagte: „[Ich] sage nicht, daß es kein Chan gibt; es ist nur so, daß es keine Lehrer [Meister] gibt.“>

Was ist daraus heute geworden - in Tibet, in Japan und im Westen?
Allüberall werden neue Meister, Meisterinnen, Dharmacaryas und dergleichen gekürt - really funny :-)

in metta - muni

14. Bambusakrobaten, S.47.19. Sedakam - 9. Sedaka Sutta.

- > ...
- > „Heiter sind, Bruder Anuruddho, deine Sinne, hell und rein die Farbe deines
- > Antlitzes. In welchem Verweilen weilt wohl der Ehrwürdige Anuruddho jetzt
- > häufig?“
- > „In den vier Pfeilern der Achtsamkeit (satipathāna) fest gegründet ist mein
- > Herz, o Bruder: so weile ich jetzt häufig. In welchen vier?
- >
- > Da wache ich, o Bruder, beim Körper über den Körper,
- > bei den Empfindungen über die Empfindungen,
- > bei den Geistesreaktionen über die Geistesreaktionen,
- > bei den Geistesobjekten über die Geistesobjekte,
- > unermüdlich, klar bewußt, achtsam,
- > nach Überwindung weltlichen Begehrens und Trübsinns.
- >
- > In den vier Pfeilern der Achtsamkeit fest gegründet ist mein
- > Herz: so weile ich jetzt häufig.
- > ...

Liebe Freundinnen und Freunde,

aus dem großen Kreis der Sutten zur satipatthana-Praxis (samma sati = rechte Achtsamkeit) im Palikanon, siehe

<http://www.palikanon.com/>

und die kommentierte Auswahl:

<https://www.mb-schiekel.de/Pali-Sutten.htm>

möchte ich heute das Sutra von den Bambusakrobaten vorstellen, das auch zu den Lieblingssutten des wunderbaren kambodschanischen buddhistischen Meisters Mahaghosananda gehört hatte:

https://de.wikipedia.org/wiki/Maha_Ghosananda

Siehe auch:

Mahaghosananda, Vorwort Jack Kornfield, „Wenn der Buddha lächelt, Frieden finden Schritt für Schritt“, Herder, Freiburg, 1997.

Jetzt aber zum Sutta, das sich im großen Kapitel Nr. 47, 'Pfeiler der Achtsamkeit' des Satipathāna-Samyutta

<http://www.palikanon.com/samyutta/sam47.html>

befindet:

S.47.19. Sedakam - 9. Sedaka Sutta

http://www.palikanon.com/samyutta/sam47.html#s47_19

<Zu einer Zeit weilte der Erhabene im Lande der Sumbher in einem Städtchen

der Sumbher namens Sedakam. Dort nun wandte sich der Erhabene an die Mönche:

„Einstmals, ihr Mönche, gab es einen Bambusakrobat. Der richtete den Bambus auf und sprach zu seiner Gehilfin Medakathalikā: 'Komm, liebe Medakathalikā, erklimme den Bambus und stelle dich auf meine Schultern'. 'Ja, Meister', erwiderte die Gehilfin Medakathalikā, erklimm den Bambus und stellte sich auf die Schultern des Meisters.

Da sprach, ihr Mönche, der Bambusakrobat zu seiner Gehilfin Medakathalikā: 'Du, liebe Methakathalikā, achte auf mich, und ich werde auf dich achten. Wenn so jeweils einer den anderen bewacht, einer auf den anderen achtet, dann werden wir unsere Kunst zeigen, etwas verdienen und wohlbehalten vom Bambus heruntersteigen.

Auf diese Worte erwiderte Medakathalikā, die Gehilfin, dem Meister: "So wird nichts daraus, Meister! Achte du auf dich selber, Meister, und ich werde auf mich achten. So werden wir, wenn jeder sich selber bewacht, jeder auf sich selber achtet, unsere Kunst zeigen, etwas verdienen und wohlbehalten vom Bambus heruntersteigen'.

Die rechte Vorgehensweise dabei, sprach der Erhabene, ist folgende: „Wie Medakathalikā, die Gehilfin, dem Meister gesagt hat:

'Ich werde auf mich achten', so sind die Pfeiler [Grundlagen] der Achtsamkeit (satipatthāna), ihr Mönche, zu pflegen.

'Auf den anderen werde ich achten', so sind die Pfeiler [Grundlagen] der Achtsamkeit zu pflegen.

Auf sich selber achtend, ihr Mönche, achtet man auf die anderen.

Auf die anderen achtend, achtet man auf sich selber.

Und wie, ihr Mönche, achtet man, auf sich selber achtend, auf den anderen?

Durch Pflege, durch Entfaltung, durch häufiges Tun.

So, ihr Mönche, achtet man, auf sich selber achtend, auf den anderen.

Und wie, ihr Mönche, achtet man, auf den anderen achtend, auf sich selber?

Durch Geduld (khanti),
durch Gewaltlosigkeit (avihiṃsā),
durch Liebe (mettacitta),
durch [An-]Teilnahme (anudaya).

So, ihr Mönche, achtet man, auf den anderen achtend, auf sich selber.

'Ich werde auf mich achten', so sind, ihr Mönche, die Pfeiler der Achtsamkeit zu pflegen.

'Ich werde auf die andern achten', so sind die Pfeiler der Achtsamkeit zu pflegen.

Auf sich selber achtend, achtet man auf die anderen, ihr Mönche,

auf die anderen achtend, achtet man auf sich selber".>

in metta - muni

15. Wunder und Esoterik:

M.123, Wunderbar und erstaunlich - Acchariya-abbhuta Sutta,

D.16.2.25 - keine geschlossene Lehrerfaust, d.h. keine Esoterik.

> ...

> Die rechte Vorgehensweise dabei, sprach der Erhabene, ist folgende: „Wie

> Medakathalikā, die Gehilfin, dem Meister gesagt hat: 'Ich werde auf mich

> achten', so sind die Pfeiler [Grundlagen] der Achtsamkeit (satipatthāna), ihr

> Mönche, zu pflegen. 'Auf den anderen werde ich achten', so sind die Pfeiler

> [Grundlagen] der Achtsamkeit zu pflegen.

> Auf sich selber achtend, ihr Mönche, achtet man auf die anderen.

> Auf die anderen achtend, achtet man auf sich selber.

>

> Und wie, ihr Mönche, achtet man, auf sich selber achtend, auf den anderen?

> Durch Pflege, durch Entfaltung, durch häufiges Tun.

> ...

> Und wie, ihr Mönche, achtet man, auf den anderen achtend, auf sich selber?

> Durch Geduld, Gewaltlosigkeit, Liebe, [An-]Teilnahme.“

> ...

Liebe Freundinnen und Freunde,

augenblicklich beschäftigen wir uns mit dem für Buddha so zentralen Punkt der 'Vier Grundlagen der Achtsamkeit' (satipatthana, sama-sati, Vipassana-Meditation), der zu einer der zwei Befreiungen führt, zur Erkenntnis-Befreiung (pañña-vimutti).

In der seinerzeitigen indischen Kultur waren aber zeitgleich eine sehr große Anzahl von magischen und esoterischen Vorstellungen und Konzepten anzutreffen, die zum größten Teil aus alten schamanistischen Zeiten und dem frühen Hinduismus stammten. Diese Vorstellungen erscheinen den meisten heutigen gebildeten westlichen Menschen, die in der 'Aufklärung' (Kant et al.) aufgewachsen sind, als äußerst obskur. Am ehesten können wir diese magischen Vorstellungen vielleicht anthropologisch als drogeninduzierte Wahrnehmungen und anschließende spekulative Interpretationen des Erlebten im Rahmen der schamanistischen Frühreligionen deuten.

Andererseits orientieren sich auch in unserer 'modernen' Gesellschaft immer noch viele Menschen an ähnlich obskuren esoterischen Ideen und sind außerordentlich anfällig für 'fake news'.

Ein Teil dieser alten indischen 'Wunder' wurden unter dem Namen 'iddhis/siddhis' (übernatürliche Kräfte) bekannt. Im Palikanon finden sich die folgenden 'niederen iddhis/siddhis':

- eigene Körpererscheinung vervielfachen und zurückverwandeln,
- ungehindert durch Mauern, Wälle und Berge hindurchgehen,
- in der Erde gleichwie im Wasser auf- und untertauchen,
- auf dem Wasser gehen können wie auf festem Grund,
- durch die Lüfte fliegen (und die Sonne berühren),
- in himmlische Daseinsbereiche wechseln und zurückkehren.

Dazu kommen dann noch die 'höheren iddhis/siddhis':

- das himmlische Ohr,
- das himmlische Auge,
- das Durchschauen des Geistes anderer Menschen,
- die Erinnerung an frühere Daseinsformen.

Solche und ähnliche Wunder wurden von einem Meister/Guru seinerzeit in Indien erwartet und in der damaligen religiösen Szene der Brahmanen und insb. der Samanen (Wandermönche) leidenschaftlich diskutiert. Buddha beteiligte sich an solchen Diskussionen nicht, sondern bezeichnete dies begrifflich-konzeptuelle Ausuferungen (papanca) als einerseits sinnlos und andererseits zugleich als unheilvoll, weil dies seiner Meinung nach nur zur Verfestigung der eigenen Konzepte und zum Streit mit anderen Menschen führe.

Stattdessen betonte Buddha seinen Weg von samatha & vipassana, der zum Herzens-Frieden (ceto-khema) führt und zur Weisheit (pañña) der Wahrnehmung der Dinge in ihrer Dynamik, ihrer wechselseitigen Bedingtheit und ihrem 'SoSein' (tathata).

Wir können diese Didaktik des Buddha sehr schön im folgenden Sutta beobachten.

M.123, Wunderbar und erstaunlich - Acchariya-abbhuta Sutta

<http://www.palikanon.com/majjhima/zumwinkel/m123z.html>

Ānanda erklärt, der Buddha sei wunderbar und erstaunlich. Buddha bittet um eine Erläuterung und Begründung dieses Ausspruches. Ānanda berichtet dann eine ganze Reihe von Wundern, die sich bei der Geburt des Buddha zugetragen haben sollen, z.B.:

20. "Ich hörte und erfuhr dies aus des Erhabenen eigenen Munde: 'Sobald der Bodhisatta geboren war, stand er fest mit den Füßen auf dem Boden; dann machte er sieben Schritte nach Norden, und während ein weißer Schirm über ihn gehalten wurde, musterte er jede Himmelsrichtung und äußerte die Worte des Herdenführers:

'Ich bin der Höchste in der Welt; ich bin der Beste in der Welt; ich bin der Erste in der Welt. Dies ist meine letzte Geburt; weiteres Wiederwerden gibt es für mich jetzt nicht mehr.'

Auch dies habe ich als eine wunderbare und erstaunliche Eigenschaft des Erhabenen im Gedächtnis behalten."

Buddha kommentiert diese Wundergeschichten nicht weiter, sondern antwortet darauf recht nüchtern:

"Nachdem das so ist, Ānanda, behalte auch dies als eine wunderbare und erstaunliche Eigenschaft des Tathāgata im Gedächtnis: Ānanda, da sind dem Tathāgata Empfindungen bekannt, wie sie erscheinen, wie sie gegenwärtig sind, wie sie verschwinden; Wahrnehmungen sind ihm bekannt, wie sie erscheinen, wie sie gegenwärtig sind, wie sie verschwinden; Gedanken sind ihm bekannt, wie sie erscheinen, wie sie gegenwärtig sind, wie sie verschwinden. Ānanda, behalte auch dies als eine wunderbare und erstaunliche Eigenschaft des Tathāgata im Gedächtnis."

Buddha widerspricht also nicht explizit diesen Wundergeschichten, sondern erklärt sie mit Verweise auf die Vier Grundlagen der Achtsamkeit (satipatthana) schlicht für irrelevant!

Und dies wäre wohl auch Buddhas Antwort auf unsere zahlreichen zeitgenössischen esoterischen Ideen und Konzepte. :-)

Nun könnte man auf den Gedanken kommen, daß Buddha vielleicht gewisse 'tiefe Lehren' nur geheim, d.h. esoterisch, an ausgewählte Schüler & Schülerinnen weitergegeben hat. Dies behauptet z.B. die tib. buddhistische Vajrayana-Tradition. Buddha selbst aber hat diesem Gedanken kurz vor seinem Tod explizit widersprochen (D.16.2.25):

"Was denkst du, Ānanda, erwartet die Mönchsgemeinde von mir?

Verkündet wurde von mir, Ānanda, die Lehre, vollkommen, ohne etwas auszulassen, mit Bezug auf die Lehre hat der Tathāgata kein Geheimnis." [10]

[10] wörtlich: keine Lehrer-Faust, d.h. nichts in der Hand zurückbehalten.

http://www.palikanon.com/digha1/dn16_1-3.html

Das wahre 'Wunder' des Buddha ist es, achtsam auf dieser Erde zu gehen und jene Menschen, die offen für ihn sind, Mitgefühl und Weisheit zu lehren. Hierauf bezieht sich implizit der Ehrw. Thich Nhat Hanh in seinem wunderbaren kleinen Büchlein: „Das Wunder der Achtsamkeit“, Theseus Verlag, Zürich, 1988.

Dies war übrigen (meines Wissens nach) das erste deutschsprachige Büchlein von Thich Nhat Hanh, das ich seinerzeit nach einem Retreat im Kamalashila-Institut (Karma-Kagyü-Schule des tib. Buddhismus) im dortigen Dharma-Shop

entdeckte, und das mich dann kurz darauf im Jahr 1990 direkt zu Thich Nhat Hanh führte :-)

in metta - muni

16. Reine Wahrnehmung ohne „ICH, MICH, MEIN, MIR“,
Udāna I.10. Bāhiyo.

- > ...
- > Ānanda berichtet dann eine ganze Reihe von Wundern, die sich bei der Geburt
- > des Buddha zugetragen haben sollen ...
- > ...
- > Buddha kommentiert diese Wundergeschichten nicht weiter, sondern antwortet
- > darauf recht nüchtern: "Nachdem das so ist, Ānanda, behalte auch dies als eine
- > wunderbare und erstaunliche Eigenschaft des Tathāgata im Gedächtnis:
- > Ānanda, da sind dem Tathāgata Empfindungen bekannt, wie sie erscheinen,
- > wie sie gegenwärtig sind, wie sie verschwinden; Wahrnehmungen sind ihm be
- > kannt, wie sie erscheinen, wie sie gegenwärtig sind, wie sie verschwinden; Ge
- > danken sind ihm bekannt, wie sie erscheinen, wie sie gegenwärtig sind, wie sie
- > verschwinden. Ānanda, behalte auch dies als eine wunderbare und erstaunliche
- > Eigenschaft des Tathāgata im Gedächtnis."
- > ...

Liebe Freundinnen und Freunde,

jetzt haben wir uns für eine längere Zeit mit dem für Buddha so zentralen Punkt der 'Vier Grundlagen der Achtsamkeit' (satipatthana, sama-sati, Vipassana-Meditation) beschäftigt, der zu einer der zwei Befreiungen führt, zur Erkenntnis-Befreiung (pañña-vimutti).

Die bisherigen Zitate fanden sich hauptsächlich in den vier großen Sammlungen von Pali-Texten, die uns überliefert sind:

- die Sammlung der Längeren Lehrreden - Dīgha Nikāya,
<http://www.palikanon.com/digha1/dn.html> ,
- die Sammlung der Mittleren Lehrreden - Majjhima Nikāya,
http://www.palikanon.com/majjhima/m_index_new.html ,
- die Sammlung der Gruppierten Lehrreden - Saṃyutta Nikāya,
<http://www.palikanon.com/samyutta/samyutta.html> ,
- die Sammlung der Angreiten Lehrreden - Aṅguttara Nikāya,
<http://www.palikanon.com/angutt/a.htm> .

Diese Sammlungen stimmen weitgehend mit den entsprechenden Sammlungen des chinesischen Kanons und den in Afghanistan & Pakistan gefundenen Bruchstücken eines Sanskrit-Kanons der Gandhara-Kultur überein. Zu den Gandhara-Ausgrabungen siehe auch:

<https://www.lionsroar.com/how-the-gandharan-manuscripts-change-buddhist-history/> .

Heute möchte ich nun ein eindrückliches Sutta aus der Sammlung Udāna vorstellen. Diese Sammlung ist von Sprache und Aufbau her sehr altertümlich, wurde also vermutlich nicht so oft nachbearbeitet wie die oben erwähnten großen Sammlungen. So kommen wir in dieser Sammlung vermutlich dem historischen Buddha und seinem Umfeld näher, als in den anderen Texten.

Das folgende sehr schöne Sutta wird auszugsweise immer wieder gerne von buddhistischen Meditationslehrern zitiert:

Udana I.10. Bahiyo

http://www.palikanon.com/khuddaka/udana/ud_1.htm

Ich möchte dieses längere Sutta nur in Teilen zitieren und kommentieren. Für den vollständigen Text verweise ich auf den angegebenen Link.

1. Das Sutta beginnt so, wie die meisten Suttan des Palikanons:

"So habe ich gehört" - "evaṃ me sutam" (pali).

Dies ist ein wichtiger Hinweis an uns, daß es sich hier nicht um geoffenbarte und heilige Wahrheiten handelt, sondern um Gedanken, die ausgesprochen und tradiert wurden, mit allen möglichen typisch menschlichen Mißverständnissen.

"So habe ich gehört" ist daher immer eine Aufforderung an uns, das Gehörte kritisch zu hinterfragen und zu prüfen, und zwar sowohl intellektuell als auch auf der Ebene der meditativen Praxis.

2. <Zu der Zeit hielt sich der Bāhiyer Dāruciṛiyo in Suppāraka am Gestade des Ozeans auf. Er war hochgeschätzt, anerkannt, stand in hohem Ansehen, genoß Achtung, wurde verehrt, man erwies ihm Aufmerksamkeit und er erhielt seinen Unterhalt an Kleidung, Almosenspeise, Lagerstatt und Arznei im Fall der Krankheit.>

Bei diesem Bāhiyer Dāruciṛiyo handelt es sich offensichtlich um einen Samana, einen Wandermönch. Dieser erfährt nun durch eine Gottheit, daß er gut daran täte, den Buddha aufzusuchen - und schuppsdiwupps ist dieser Dāruciṛiyo mithilfe eines Wunders (wir sind ja im alten Indien) schon in Sāvattḥī, wo der Buddha gerade auf seinem Almosengang unterwegs war.

3. <Da stürmte der Bāhiyer Dāruciṛiyo aus dem Jetahain nach Sāvattḥī und sah dort den Erhabenen auf dem Almosengang dahinwandeln, befriedend anzuschauen, mit gestillten Sinnen, mit gestilltem Geist, auf dem Gipfel der Beherrschtheit und Ruhe, gebändigt, behütet, ein gewaltiges Wesen, vom Frieden gelenkt. Als er ihn erblickt hatte, begab er sich zum Erhabenen, fiel ihm zu Füßen und sprach: "Möge mich der Erhabene die Wahrheit lehren, möge mir der Erhabene die Lehre zeigen, dass es mir lange zum Segen und zum Wohl gereiche!">

Auf diese Worte sprach der Erhabene zu dem Bāhiyer Dāruciyo: "Es ist jetzt nicht die rechte Gelegenheit Bāhiyer, ich bin gerade auf dem Almosengang zu den Häusern.">

Aber Dāruciyo läßt sich nicht auf später vertrösten, sondern bringt seine Bitte ein zweites und ein drittes Mal vor und argumentiert:

<"Es ist aber schwer zu erkennen, Herr, was im Leben des Erhabenen und in meinem Leben dazwischenkommen kann. Möge mich der Erhabene die Wahrheit lehren, möge mir der Erhabene die Lehre zeigen, dass es mir lange zum Segen und zum Wohl gereiche!">

Hierzu muß man wissen, daß man damals in Indien eine Bitte maximal drei Mal vortragen durfte, danach war das Ende einer Diskussion erreicht. Und mit jeder Bitte und jeder Ablehnung stiegen die Anforderungen an die Beteiligten, sich ihre Bitte, bzw. Ablehnung, noch einmal gründlich zu überdenken.

4. nach der dritten Bitte antwortet Buddha jetzt und stellt seine Lehre in Kurzform dar:

<"Was das angeht, Bāhiyer, kannst du dich so üben: 'Gesehenes gelte dir nur als Gesehenes, Gehörtes nur als Gehörtes, sinnlich Erfahrenes nur als sinnlich Erfahrenes, Erkanntes nur als Erkanntes.' So kannst du dich üben, Bāhiyer. Wenn dir Gesehenes nur als Gesehenes, Gehörtes nur als Gehörtes gelten wird sinnlich Erfahrenes nur als sinnlich Erfahrenes, Erkanntes nur als Erkanntes, dann, bist 'du' nicht 'dort' Bāhiyer, dann ist 'das' nicht 'deine' Sache, dann Bāhiyer, bist 'du' weder 'hier' noch 'jenseits' noch 'dazwischen': Das eben ist das Ende des Leidens."

Diese Stelle zitieren nun buddhistische Meditationslehrer gerne und wiederholt :-)

Wir betrachten das sinnlich Erfahren und das Gefühlte und das Gedachte einfach als das was es ist, als sinnlich Erfahrenes und als Gefühltes und als Gedachtes, gleich vorüberziehenden Wolken, und machen sie nicht zu einem "ICH, MICH, MIR, MEIN, ..."

"Das eben ist das Ende des Leidens", sagt Buddha.

5. "Schön, schön", sagen wir vielleicht jetzt - aber die Geschichte geht noch weiter und hat leider kein 'happy end' - so wie auch viele Geschichten aus unserem Leben :-)

(Nebenbei: dies spricht natürlich sehr für die Authentizität der Geschichte von Dāruciyo und dem Buddha.)

Während Buddha nun seinen Almosengang fortsetzte, wurde Dāruciyo kurz darauf von einer Kuh, die ein Kalb hatte, getötet. Buddha veranlaßte daraufhin eine feierliche Verbrennung und ein Grabmal (stupa), wie das sonst nur berühm-

ten Mönchen vorbehalten war, und er rezitierte bei dieser Gelegenheit das folgende Gedicht, das seine Transzendenz-Erfahrung ausdrückt:

"Wo Wasser Erde, Feuer, Luft
nicht irgend Boden lindern kann,
da geben keine Sterne Licht,
und eine Sonne leuchtet nicht,
und auch ein Mond gibt keinen Schein:
Es ist dort keine Dunkelheit.

Denn wenn ein Weiser aus sich selbst
im Schweigen sehend wurde, heil,
ist er von Form, Formlosigkeit,
von Wohl und Wehe ganz gelöst."

in metta - muni

17. Einsame Wanderungen, Udāna IV.5, M 140.

- > ...
- > 4. nach der dritten Bitte antwortet Buddha jetzt und stellt seine Lehre in
- > Kurzform dar:
- > "Was das angeht, Bāhiyer, kannst du dich so üben: 'Gesehenes gelte dir nur als
- > Gesehenes, Gehörtes nur als Gehörtes, sinnlich Erfahrenes nur als sinnlich
- > Erfahrenes, Erkanntes nur als Erkanntes.' So kannst du dich üben, Bāhiyer.
- > Wenn dir Gesehenes nur als Gesehenes, Gehörtes nur als Gehörtes gelten wird
- > sinnlich Erfahrenes nur als sinnlich Erfahrenes, Erkanntes nur als Erkanntes,
- > dann, bist 'du' nicht 'dort' Bāhiyer, dann ist 'das' nicht 'deine' Sache, dann
- > Bāhiyer, bist 'du' weder 'hier' noch 'jenseits' noch 'dazwischen': Das eben ist das
- > Ende des Leidens."
- > ...

Liebe Freundinnen und Freunde,

mit der Zeit schlossen sich dem Buddha mehr und mehr Mönche und Laien an, später auch Nonnen. Zu Buddhas Unterstützern gehörten auch die beiden mächtigen Könige Bimbisara von Magadha (mit der Hauptstadt Rājagaha) und Pasenadi von Kosala (mit der Hauptstadt Sāvatti und der Pilgerstadt Vārānasi [Benares]). Von beiden soll später noch berichtet werden.

Manchmal wurde Buddha der Trubel und Lärm um ihn herum einfach zuviel und er begab sich still und leise allein auf Wanderschaft, um dann irgendwo am Rande des Urwaldes und gleichzeitig wegen seines täglich notwendigen Almosengangs nicht allzuweit entfernt von einem Dorf allein zu meditieren. Dies waren für ihn zumeist sehr glückliche Tage, wie wir etwa im folgenden Sutta lesen können.

Udāna IV.5, Der Elefant

http://www.palikanon.com/khuddaka/udana/ud_4.htm

<... Da dachte der Erhabene: "Ich bin jetzt umdrängt von Mönchen, Nonnen, Anhängern, Anhängerinnen, Königen, königlichen Würdenträgern, Sektenführern und deren Anhängern. So umdrängt, lebe ich beschwerlich, nicht unbehelligt. Ich will lieber allein gehen und abgesondert leben."

Da machte sich der Erhabene in der Frühe auf, nahm Obergewand und Schale und ging nach Kosambi um Almosenspeise. Nach dem Almosengang, nachdem er das Mahl eingenommen hatte, räumte er seine Lagerstatt eigenhändig auf, nahm Obergewand und Schale und, ohne seinem Unterstützer etwas zu sagen und ohne den Mönchsorden zu verständigen, brach er allein, ohne Begleiter, auf nach

Pālīleyyaka. Bei Pālīleyyaka ließ sich der Erhabene im Bannwald am Fuß eines Pracht-Salbaumes nieder. ...>

Hier noch ein zweiter anschaulicher Bericht über eine von Buddhas einsamen Wanderungen. Buddha war wieder einmal völlig allein und inkognito irgendwo im Königreich Magadha unterwegs. Am Abend fragte er einen Töpfer am Wegrand, ob er in dessen Werkstatt übernachten dürfe. Der Töpfer erlaubte dies, sofern nicht ein vor ihm eingetroffener Samana, der ebenfalls in der Werkstatt übernachten wollte, einen Einwand erheben würde. Dieser Samana mit dem Namen Pukkusāti war gerne mit dem Übernachtungswunsch des ihm fremden buddhistischen Mönchs, des Buddha, einverstanden und so kam es zu einer denkwürdigen und schicksalhaften Begegnung. Dieses lange Sutta möchte ich hier in Auszügen wiedergeben.

140. M.140, Die Darlegung der Elemente - [Dhātuvibhaṅga Sutta]

<http://www.palikanon.com/majjhima/zumwinkel/m140z.html>

<4. Dann betrat der Erhabene die Werkstatt, bereitete eine Schicht Gras an einem Ende vor, und setzte sich mit gekreuzten Beinen und gerade aufgerichtetem Oberkörper hin und hielt die Achtsamkeit vor sich gegenwärtig. Dann verbrachte der Erhabene den größten Teil der Nacht in Meditation sitzend und auch der ehrwürdige Pukkusāti verbrachte den größten Teil der Nacht in Meditation sitzend.>

Am nächsten Morgen begann der Buddha ein Gespräch mit Pukkusāti:

<Da dachte der Erhabene: "Dieser Mann aus guter Familie benimmt sich auf eine Art, die Zuversicht erweckt. Angenommen ich befrage ihn." Also fragte er den ehrwürdigen Pukkusāti:

5. "Unter wem bist du in die Hauslosigkeit gezogen, Bhikkhu? Wer ist dein Lehrer? Zu wessen Dhamma bekenntst du dich?"

"Freund, es gibt da den Mönch Gotama, der Sohn der Sakyen, der einen Sakyeklan verließ, um in die Hauslosigkeit zu ziehen. ...

Unter jenem Erhabenen bin ich in die Hauslosigkeit gezogen; jener Erhabene ist mein Lehrer; zum Dhamma jenes Erhabenen bekenne ich mich."

"Aber, Bhikkhu, wo hält sich jener Erhabene, Verwirklichte und vollständig Erleuchtete jetzt auf?"

"Es gibt, Freund, eine Stadt in nördlichen Land, namens Sāvathī. Der Erhabene, Verwirklichte und vollständig Erleuchtete hält sich jetzt dort auf."

"Aber, Bhikkhu, hast du jenen Erhabenen jemals gesehen? Würdest du ihn erkennen, wenn du ihn sähest?"

"Nein, Freund, ich habe jenen Erhabenen nie gesehen, und ich würde ihn nicht erkennen, wenn ich ihn sähe."

6. Da dachte der Erhabene: "Dieser Mann aus guter Familie ist unter mir in vom Leben zu Hause in die Hauslosigkeit fortgezogen. Angenommen, ich lehrte ihn das Dhamma." Also richtete sich der Erhabene folgendermaßen an den ehrwürdigen Pukkusāti: "Bhikkhu, ich werde dich das Dhamma lehren. Höre zu und verfolge aufmerksam, was ich sagen werde." -
"Ja, Freund", erwiderte der ehrwürdige Pukkusāti.>

Jetzt hält Buddha, immer noch inkognito, eine Lehrrede über die Sechs Elemente (Erdelement, Wasserelement, Feuerelement, Windelement, Raumelement und Bewußtseins-element). Diese Elemente-Lehre rekapituliert die seinerzeitige indische Naturphilosophie, die sich ähnlich auch im alten Griechenland fand.

<7. "Bhikkhu, dieser Mensch [2] besteht aus sechs Elementen, sechs Grundlagen für Kontakt, und achtzehn Arten des geistigen Herantretens, und er hat vier Grundlagen. Die Fluten der Vorstellung spülen über einen, der auf diesen Grundlagen steht, nicht mehr hinweg, und wenn die Fluten der Vorstellung nicht mehr über ihn hinwegspülen, dann wird er ein Stiller im Frieden genannt. Man sollte Weisheit nicht vernachlässigen, man sollte die Wahrheit aufrecht erhalten, man sollte Verzicht pflegen, und man sollte für den Frieden üben. Dies ist die Zusammenfassung der Darlegung der sechs Elemente."

...

31. "Bhikkhu, 'Ich bin' ist eine Vorstellung; 'Ich bin dies' ist eine Vorstellung; 'Ich werde sein' ist eine Vorstellung; 'Ich werde nicht sein' ist eine Vorstellung; 'Ich werde Form besitzen' ist eine Vorstellung; 'Ich werde formlos sein' ist eine Vorstellung; 'Ich werde wahrnehmend sein' ist eine Vorstellung; 'Ich werde nicht-wahrnehmend sein' ist eine Vorstellung; 'Ich werde weder-wahrnehmend-noch-nicht-wahrnehmend sein' ist eine Vorstellung.

Vorstellung ist eine Krankheit, Vorstellung ist ein Geschwür, Vorstellung ist ein Stachel. Indem man alle Vorstellung überschreitet, Bhikkhu, wird man ein Stiller im Frieden genannt. Und der Stille im Frieden ist nicht geboren, er altert nicht, stirbt nicht; er wird nicht erschüttert und hat keine Sehnsucht. ... >

Jetzt erkannte der Samana Pukkusāti, daß dieser weise Bhikkhu nur der Buddha sein selbst konnte und er brachte seine Niederwerfung dar und bat um die Ordination als Mönch. Buddha befragte Pukkusāti, ob er einen vollständigen Satz an Roben und eine Bettelschale habe. Da dies noch nicht der Fall war, bat ihn der Buddha die fehlenden Dinge zu besorgen und dann zur Ordination wiederzukommen. Pukkusāti bedankte sich und machte sich auf den Weg. Unterwegs tötete ihn eine herumstreunende Kuh.

Eine eindrückliche Geschichte - und wieder kein 'happy end'!

Zwei Punkte möchte ich in meinem Kommentar noch aus meiner Sicht erläutern.

1. der folgende Satz des Buddha:

<"Indem man alle Vorstellung überschreitet, Bhikkhu, wird man ein Stiller im Frieden genannt. Und der Stille im Frieden ist nicht geboren, er altert nicht, stirbt nicht; er wird nicht erschüttert und hat keine Sehnsucht.">

Hier ist es hilfreich zu wissen, daß Buddha das Wort 'khema' = 'Frieden' immer wieder als Synonym für 'nibbana'/'nirvana' = 'Erleuchtungserfahrung' verwendet. Und in dieser Nirvana-Erfahrung herrscht absolute Stille, d.h. es gibt keine Gedanken, keine Emotionen, keine Körpererfahrungen, kein Zeitempfindung (kein Alter, keinen Tod, ...).

Genau von dieser Erfahrung spricht ja auch unser regelmäßig rezitiertes Herz-Sutra: "kein dies, kein das, ... kein Buddhismus, und auch sonst nichts, außer stillem Frieden". Siehe:

<https://www.mb-schiekel.de/Herz-Sutra-chin.pdf>

2. Daß wir Geschichten mit solch traurigem Ende im Palikanon treu überliefert finden zeigt uns erneut, daß Buddha keine New-Age-Selbstoptimierungs-Esoterik lehrte, sondern daß ein ganz grundlegender Wesenszug seiner Sicht ein sehr 'unromantischer' Realismus war:

'Die Dinge sehen, wie sie sind, manchmal sehr schön, manchmal außerordentlich schmerzhaft - und dann in diesem Hier & Jetzt Frieden finden!'

in metta -
muni

18. Kein Lärm, Ud.III.3., M. 67.

> ...

> 1. der folgende Satz des Buddha:

> <"Indem man alle Vorstellung überschreitet, Bhikkhu, wird man ein Stiller im

> Frieden genannt. Und der Stille im Frieden ist nicht geboren, er altert nicht,

> stirbt nicht; er wird nicht erschüttert und hat keine Sehnsucht.">

> ...

> Hier ist es hilfreich zu wissen, daß Buddha das Wort 'khema' = 'Frieden' immer

> wieder als Synonym für 'nibbana'/'nirvana' = 'Erleuchtungserfahrung' verwen

> det wird.

> ...

Liebe Freundinnen und Freunde,

in den vergangenen Emails haben wir einige grundlegende Dinge über Buddha und seine Zeit kennengelernt. Um aber trotz der vielen bemerkenswerten Einsichten und Handlungen des Buddha nicht in eine reine Hagiographie abzugleiten ist immer wieder ein Blick auf das bedingte Entstehen (paticca samuppada) dieser Suttan, auf das Eingebettetsein in Zeit und Kultur und auch auf Buddhas menschliche Grenzen hilfreich für uns.

Diese Darstellung von menschlichen Unvollkommenheiten und Schwächen des Buddha gibt natürlich nur meine ganz persönliche Sichtweise wieder - und wird sicherlich von zahlreichen westlichen und fast allen asiatischen Buddhisten abgelehnt werden. Gerade im asiatischen Buddhismus hat sich die Auffassung durchgesetzt, daß alles was Buddha gesagt und getan hat Manifestationen eines 'Erleuchteten' sind und damit sakrosant. Gewöhnliche Sterbliche, so wie wir, sind aus dieser Sicht nicht in der Lage die transzendente Weisheit in jeder der Handlungen Buddhas zu erkennen. Und eine Anwendung unserer psychologischen und neurologischen Einsichten auf Buddha und seine 'erleuchteten' Schüler gelten aus dieser Sicht als völlig verblendet (moha).

Dies bringt uns natürlich zu der grundsätzlichen psychologischen Frage: warum kreieren wir Menschen uns immer wieder Bilder von übermenschlichen 'Meistern' und 'Göttern' oder einem monotheistischen 'Gott'?

Die Chan-/Zen-Tradition hat ja mit einem gewissen ikonoklastischen Impuls begonnen und betont:

„Das Wunder ist es, völlig in der Soheit (tathatā) des Hier & Jetzt anzukommen“ - nur um etwas später doch wieder mit einer neuen 'Heldenverehrung' der sog. Chan-/Zen-Meister zu beginnen.

Aber zurück zu zwei Suttan über Buddha, in welchen er deutlich gereizt auf Lärm in seiner Umgebung reagiert :-)

Ud.III.3. Yasojo

http://www.palikanon.com/khuddaka/udana/ud_3.htm

<Zu der Zeit waren etwa fünfhundert Mönche mit Yasojo an der Spitze in Sāvathī angekommen, um den Erhabenen zu besuchen. Während die neu angekommenen Mönche mit den am Ort wohnenden Mönchen Begrüßungsworte austauschten, die Lagerstätten zurechtmachten und Almosenschalen und Gewänder ablegten, machten sie lauten, großen Lärm.

Da fragte der Erhabene den ehrwürdigen Ānando: "Wer macht denn da so lauten, großen Lärm? Man könnte gerade meinen, Fischern würde Ihr Fang geraubt!" -

„Herr, da sind diese fünfhundert Mönche mit Yasojo an der Spitze in Sāvathī angekommen, um den Erhabenen zu besuchen. Bei der Begrüßung mit den am Ort wohnenden Mönchen, beim Zurechtmachen der Lagerstätten und beim Ablegen der Almosenschalen und Gewänder machen diese Neuankömmlinge so lauten, großen Lärm.“ -

„Dann rufe in meinem Namen diese Mönche her, Ānando: 'Der Meister läßt euch rufen, Freunde!'“ -

„Ja, Herr,“ antwortete der ehrwürdige Ānando dem Erhabenen, ging zu jenen Mönchen hin und sprach: „Der Meister läßt euch rufen, Freunde!“ -

„Ja, Herr“, antworteten die Mönche dem ehrwürdigen Ānando, gingen zum Erhabenen, begrüßten den Erhabenen ehrerbietig und setzten sich seitwärts.

Der Erhabene sprach zu den seitwärts sitzenden Mönchen: „Was macht ihr denn so lauten, großen Lärm als ob Fischern ihr Fang geraubt würde?“

...

„Geht, Mönche! Ich schicke euch fort! Ihr dürft nicht bei mir bleiben!“ -

„Ja, Herr“, sprachen jene Mönche zum Erhabenen, standen auf, grüßten den Erhabenen mit gefalteten Händen, räumten ihre Lagerstätten zusammen, nahmen Obergewand und Schale und machten sich auf den Weg zu den Vajjern.

Sie wanderten durch das Land der Vajjer zum Fluß Vaggumudā. Am Ufer des Flusses Vaggumudā bauten sie Laubhütten und traten dort die Regenzeit an.

...

Nun verweilten diese Mönche einsam, abgesondert, unermüdlich, inbrünstig, entschlossen, selbstbeherrscht so, dass sie alle im Laufe dieser Regenzeit die drei Wissen verwirklichten.>

Kommentar:

hier können wir uns leicht eine freundlichere Art der Kommunikation zwischen Buddha und jenen neuangekommenen Mönchen vorstellen - auch wenn wir wissen, daß Buddha die Stille außerordentlich geliebt hatte. Daß auch die Kompila-

toren der Suttan diese Geschichte etwas irritierend fanden zeigt sich am vermutlich erst später konstruierten Ende der Geschichte, daß nämlich alle 500 jungen Mönche am Ende ihres Regenzeit-Retreats Erleuchtung gefunden hatten - was wiederum der Buddha so vorhergesehen und beabsichtigt hatte.

Natürlich können wir das glauben, aber wir es müssen nicht :-)

Die genannten 'Drei Wissen' (tevijja)

1. Erinnerung an frühere Geburten,
2. Erkennen der Wiedergeburten von Verstorbenen,
3. die Herzensbefreiung (ceto-vimutti) plus Erkenntnis-Befreiung (pañña-vimutti),

galten als Synonym für das 'Erwachen' (aka 'Erleuchtung'), bzw. die 'Befreiung' (vimutti). Für Buddha war von diesen 'Drei Wissen' wohl hauptsächlich die Nr. 3, die 'Befreiung' (vimutti), von Bedeutung. Andererseits nannten sich viele Brahmanen 'Dreiwissens-Mächtige' (aka 'Dreiveden-Kundige'), und einige Samanen-Lehrer behaupteten sogar die Allwissenheit. So liegt es nahe, daß Buddha oder seine Nachfolger diese 'Drei Wissen' vornehmlich in Kontroversen mit Brahmanen und anderen Samana-Schulen anführten.

Das folgende Sutta erzählt uns eine sehr ähnliche Geschichte. Nur läßt sich diesmal der Buddha durch die Intervention einflußreicher Laien (Sakyerfürsten) und einer Gottheit (Brahma Sāhampati) zu einer Rücknahme seiner Entscheidung bewegen. Die Laien waren für Buddha wichtig als Unterstützer seiner Sangha, so daß er häufig deren Vorschläge positiv aufnahm. Und die Gottheit (Brahma Sāhampati) dürfen wir heute als eine innere Stimme des Buddha interpretieren.

M.67. (VII,7) Cātumā Sutta

<http://www.palikanon.com/majjhima/m067n.htm>

<Das hab' ich gehört. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Catuma, im Amalakiwalde. Zu dieser Zeit nun waren mit Sariputto und Moggallano gegen fünfhundert Mönche in Catuma angekommen, den Erhabenen zu sehn. Und diese ankommenden Mönche, die sich mit den anwesenden Mönchen freundlich begrüßten und denen Sitz und Lagerstatt angewiesen und Mantel und Schale abgenommen wurde, machten lauten Lärm, großen Lärm. Da nun wandte sich der Erhabene an den ehrwürdigen Ānando:

„Was ist das nur, Ānando, für lauter Lärm, großer Lärm? Als ob Fischer um die Beute rauften.“

„Es sind da, o Herr, mit Sariputto und Moggallano gegen fünfhundert Mönche in Catuma angekommen, den Erhabenen zu sehn. Und diese ankommenden Mönche, die sich mit den anwesenden Mönchen freundlich begrüßen und denen Sitz

und Lagerstatt angewiesen und Mantel und Schale abgenommen wird, machen lauten Lärm, großen Lärm.“

„So geh' denn, Ānando, und sage den Mönchen in meinem Namen: Der Meister läßt euch Ehrwürdige rufen.“

„Wohl, o Herr!“, erwiderte der ehrwürdige Ānando, dem Erhabenen gehorchend, und begab sich dorthin wo jene Mönche weilten. Dort angelangt sprach er also zu ihnen: „Der Meister läßt euch Ehrwürdige rufen.“

„Gut, o Bruder, wir kommen!“ erwiderten jene Mönche dem ehrwürdigen Ānando und begaben sich dorthin wo der Erhabene weilte. Dort angelangt begrüßten sie den Erhabenen ehrerbietig und setzten sich seitwärts nieder. Und zu den Mönchen, die da seitwärts saßen, sprach der Erhabene also:

„Was macht ihr nur, Mönche, für lauten Lärm, großen Lärm? Als ob Fischer um die Beute rauften.“

„Es sind hier, o Herr, mit Sariputto und Moggallano gegen fünfhundert Mönche in Catuma angekommen, den Erhabenen zu sehn. Und eben diese ankommenden Mönche, die sich mit den anwesenden Mönchen freundlich begrüßen und denen Sitz und Lagerstatt angewiesen und Mantel und Schale abgenommen wird, machen lauten Lärm, großen Lärm.“

„Geht weiter, Mönche, ich entlass' euch: nicht sollt ihr bei mir sein.“

„Also, Herr!“ erwiderten jene Mönche, dem Erhabenen gehorchend, standen von ihren Sitzen auf, begrüßten den Erhabenen ehrerbietig, schritten rechts herum, brachten ihr Lager in Ordnung, nahmen Mantel und Schale und zogen von dannen.

...

Und es gelang den Sakyrfürsten von Catuma und dem Brahma Sāhampati den Erhabenen zu versöhnen, ...

Und der ehrwürdige Mahamoggallano wandte sich an die Mönche: „Steht auf, ihr Brüder, und nehmt Mantel und Schale: versöhnt ist der Erhabene von den Sakyrfürsten aus Catuma und von Brahma Sāhampati, ...“>

in metta - muni

19. Kein Streit, M.128, M.31, A.III.85, D.16.6.3.

> ...

> Der Erhabene sprach zu den seitwärts sitzenden Mönchen: "Was macht ihr
> denn so lauten, großen Lärm als ob Fischern ihr Fang geraubt würde?"

> ...

> "Geht, Mönche! Ich schicke euch fort! Ihr dürft nicht bei mir bleiben!"

> ...

Liebe Freundinnen und Freunde,

in der vergangenen Email haben wir gesehen, daß Buddha auf Lärm in seiner Umgebung und insbesondere bei seinen Mönchen sehr allergisch reagieren konnte.

Ähnlich unerfreulich empfand Buddha Konflikte und Streitereien in der Sangha der Mönche. Deshalb erließ Buddha fallweise Verhaltensregeln für seine Mönche und Nonnen, den sog. Vinaya. Die Sammlung Suttavibhanga ist das eigentliche monastische Regelwerk:

<http://www.palikanon.com/vinaya/patimokkha/index00.htm>

Im Laufe der Jahre wuchs diese Regelwerk auf 227 buddhistische Mönchs- und 311 Nonnenregeln. Im Suttavibhanga sind nicht nur die Regeln enthalten, sondern auch die Fälle, die zu den jeweiligen Regeln führten. An allen Neumond- und Vollmond-Tagen wurden diese Regeln von der Sangha in einer nächtlichen Zeremonie rezitiert.

Aber selbst diese umfangreichen Vinaya-Regeln konnten nicht alle Konflikte verhindern, bzw. lösen, wie das folgende Sutta zeigt. Hier verstricken sich die Mönche von Kosambī in einen heftigen Streit über ein Detail der Mönchsregeln. M. 128, Geistesstrübungen - Upakkilesa Sutta

<http://www.palikanon.com/majjhima/zumwinkel/m128z.html>

<1. So habe ich es gehört. Einmal hielt sich der Erhabene bei Kosambī in Ghositas Park auf.

2. Bei dieser Gelegenheit waren die Bhikkhus bei Kosambī in Streit und Zank verfallen und waren in Streitgespräche vertieft, bei denen sie sich gegenseitig mit Worten, die Dolchen glichen, verletzten.

...

4. Dann ging der Erhabene zu jenen Bhikkhus und sagte zu ihnen: "Genug, ihr Bhikkhus, es soll keinen Streit, keinen Zank, keinen Zwist und keine Streitgespräche geben." Nach diesen Worten sagte ein bestimmter Bhikkhu zum Erhabenen: "Warte, ehrwürdiger Herr. Der Erhabene, der Herr des Dhamma lebe un-

beschwert und widme sich dem angenehmen Verweilen hier und jetzt. Wir sind diejenigen, die für diesen Streit, diesen Zank, diesen Zwist und diese Streitgespräche verantwortlich sein werden.">

Ein zweites und ein drittes Mal forderte der Buddha die Mönche von Kosambī auf ihren Streit zu beenden und ein zweites und drittes Mal erhielt er eine ablehnende Antwort. Am nächsten Morgen ging er nach Kosambī auf seine Almosenrunde. Danach richtete er seinen Schlafplatz her, nahm seine Schale und äußere Robe und begab sich wieder einmal auf eine seiner einsamen Wanderungen.

Der folgende erfreulichere Abschnitt dieses Sutta findet sich parallel auch in M.31 Die kürzere Lehrrede bei Gosīṅga (Cūḷagosīṅga Sutta)

<http://www.palikanon.com/majjhima/zumwinkel/m031z.html>

Hier trifft der Buddha die drei Mönche Anuruddha, Nandiya und Kimbila, die in einem dortigen Park gemeinsam Meditation und Harmonie und Liebe praktizieren.

<11. "Ich hoffe, Anuruddha, daß ihr alle in Eintracht lebt, mit gegenseitigem Verständnis, ohne Streit, wobei ihr euch wie Milch und Wasser mischt, euch gegenseitig mit gütigen Augen betrachtet."

"Gewiß, ehrwürdiger Herr, wir alle leben in Eintracht, mit gegenseitigem Verständnis, ohne Streit, wobei wir uns wie Milch und Wasser mischen, uns gegenseitig mit gütigen Augen betrachten."

"Aber, Anuruddha, auf welche Weise lebt ihr so?"

12. "Ehrwürdiger Herr, was das betrifft, denke ich so: 'Es ist ein Gewinn für mich, es ist ein großer Gewinn für mich, daß ich mit solchen Gefährten im heiligen Leben zusammenlebe.' Ich halte körperliche Handlungen der Liebenden Güte gegenüber diesen Ehrwürdigen ein, sowohl öffentlich, wie auch im Privaten; ich halte sprachliche Handlungen der Liebenden Güte ihnen gegenüber ein, sowohl öffentlich, wie auch im Privaten; ich halte geistige Handlungen der Liebenden Güte ihnen gegenüber ein, sowohl öffentlich, wie auch im Privaten. Ich erwäge: 'Warum stelle ich nicht zurück, was ich zu tun wünsche, und tue, was diese Ehrwürdigen zu tun wünschen?' Dann stelle ich zurück, was ich zu tun wünsche, und tue, was diese Ehrwürdigen zu tun wünschen. Wir sind im Körper unterschiedlich, ehrwürdiger Herr, aber im Geiste eins."

Der ehrwürdige Nandiya und der ehrwürdige Kimbila sprachen jeweils auf gleiche Weise und fügten hinzu: "Auf jene Weise, ehrwürdiger Herr, leben wir in Eintracht, mit gegenseitigem Verständnis, ohne Streit, wobei wir uns wie Milch und Wasser mischen, uns gegenseitig mit gütigen Augen betrachten.">

Buddha war sehr erfreut dies zu hören, befragte die drei Mönche nach ihrer Praxis und hielt ihnen dann eine Lehrrede über gewisse Aspekte der meditativen Vertiefungen.

Ein anderes schönes Beispiel für Buddhas Umgang mit den von ihm eingeführten Regeln für Mönche und Nonnen ist das folgende Sutta. Hier bittet ein Mönch den Buddha seine Ordination zurückgeben zu dürfen, weil er sich nicht in der Lage sieht sich alle 150 Regeln (zu jener Zeit waren es noch keine 227 Regeln) zu merken und zu befolgen.

A.III.85. Die 150 Übungsregeln

http://www.palikanon.com/angutt/a03_082-092.html#a_iii85

<"Jeden halben Monat, o Herr, gelangen diese einhundertfünfzig Übungsregeln (pātimokkha) zum Vortrag. Nicht aber bin ich imstande, o Herr, mich darin zu üben." -

"Bist du aber wohl imstande, o Mönch, dich in drei Übungen zu üben: in der hohen Sittlichkeitsübung, in der hohen Geistesübung und der hohen Weisheitsübung?"

"Wohl bin ich imstande, o Herr, mich in den drei Übungen zu üben: in der hohen Sittlichkeitsübung, der hohen Geistesübung und der hohen Weisheitsübung."

"So übe dich denn, o Mönch, in diesen drei Übungen. Wenn du dich nämlich in der hohen Sittlichkeitsübung übst, in der hohen Geistesübung und der hohen Weisheitsübung, dann werden eben infolge davon Gier, Haß und Verblendung in dir schwinden. Nach dem Schwinden von Gier, Haß und Verblendung aber wirst du nichts mehr Unheilsames tun, nichts mehr Böses verüben.">

Und vor seinem Tod gab Buddha seinem Begleiter Ananda die Erlaubnis, daß die Sangha das komplexe Regelwerk des Vinaya vereinfachen und die 'minderen Regeln' aufheben dürften.

D.16.6.3 Die Erlaubnis mindere Regeln aufzuheben

http://www.palikanon.com/digha/d16_6.htm#16.6.3

Ananda trug dies auf dem 1. Konzil nach Buddhas Tod vor, doch die konservative Mehrheit der teilnehmenden Mönche um den asketischen Mönch Mahakassapa lehnte eine Aufhebung der 'minderen Regeln' ab.

Später entstand dann in China die sog. Lüszong-Schule, die recht asketisch und einseitig ein möglichst wortgetreues Praktizieren der Vinaya-Regeln übte. Interessanterweise hatten zahlreiche Mönche die sich später Chan-Gemeinschaften anschlossen und selbst Chan-Meister wurden, eine Vergangenheit als Lüszong-Mönche und nahmen etwas von deren Rigidität mit in das sich entwickelnde Chan :-)

Die erste mir bekannte Revision des buddhistischen Vinaya-Regelwerks seit 2500 Jahren stammt vom Ehrwürdigen Thich Nhat Hanh:

"Freedom Wherever We Go - A Buddhist Monastic Code for the 21st Century" :
<https://tereless.hu/zen/mesterek/Thich%20Nhat%20Hanh%20-%20Freedom%20Wherever%20We%20Go.pdf>

Aber für uns als praktizierende Laien erscheint mir die oben gegebene Antwort des Buddha an seinen Mönch der Goldstandard zu sein:

"Bist du aber wohl imstande, o Mönch, dich in drei Übungen zu üben: in der hohen Sittlichkeitsübung, in der hohen Geistesübung und der hohen Weisheitsübung?" ... "So übe dich denn, o Mönch, in diesen drei Übungen."

Ja, dies können wir versuchen, so gut es uns eben möglich ist. Und von Augenblick zu Augenblick können wir versuchen unseren Weg durch dieses schwierige Leben mit **liebender Güte und Weisheit** zu gehen.

in metta - muni

20. Buddha als Satiriker, D2+D27, D11.

- > ...
- > "Ich hoffe, Anuruddha, daß ihr alle in Eintracht lebt, mit gegenseitigem
- > Verständnis, ohne Streit, wobei ihr euch wie Milch und Wasser mischt, euch
- > gegenseitig mit gütigen Augen betrachtet."
- > "Gewiß, ehrwürdiger Herr, wir alle leben in Eintracht, mit gegenseitigemVer
- > ständnis, ohne Streit, wobei wir uns wie Milch und Wasser mischen, uns
- > gegenseitig mit gütigen Augen betrachten."
- > ...

Liebe Freundinnen und Freunde,

in den vergangenen Emails haben wir gesehen, daß Buddha auf Lärm und Streit in seiner Umgebung und insbesondere bei seinen Mönchen sehr allergisch reagieren konnte, und andererseits sehr glücklich darüber war, wenn seine Schüler und Schülerinnen gegenseitiges Verstehen und liebende Güte praktizierten.

Jetzt möchte ich zur Abwechslung einmal ein leichteres Thema aus dem Leben und den Lehren des Buddha auswählen.

Hatte Buddha Humor? Aus meiner Sicht hatte er zumindest wohl keinen Humor der bei uns so beliebten Form des "Allaaf-Helau". Aber er liebte in Gesprächen mit überheblichen Brahmanen das Stilmittel der Satire :-)

Um die beiden folgenden Suttan-Beispiele würdigen zu können sollen einige Worte zum altindischen Mythos der Weltentstehung vorausgeschickt werden.

Die Indien erobernden Indo-Perser (aka Indogermanen) hatten ein rigides Kastensystem (*varṇa*) als eine Form eines Apartheitheit-Systems zur Unterdrückung der indischen Urbevölkerung, der Kastenlosen (*avarṇa*), eingeführt. Die indo-persischen Kasten bestanden zunächst nur aus den Hautfarben (*varṇa* = Farbe), *hell* die Indo-Perser versus *dunkel* die indische Urbevölkerung. Nach einiger Zeit differenzierte die *helle* Kaste weiter aus in:

- Brahmanen: Priester, Gelehrte, Lehrer,
- Kshatriyas: Herrscher und Krieger,
- Vaishyas: Bauern und Händler,
- Shudras: Arbeiter.

Als mythische Begründung wurde ein religiöser Text angeführt, das Rigveda *Purusha Sukta*, in welchem *Purusha* (eine Personifizierung des Universellen kosmischen Bewußtseins) sich durch ein Selbstofer aufteilte:

- der Mund von Purusha wird zu den Brahmanen,

- die Arme von Purusha werden zu den Rajanyas/Kshatriyas,
- die Hüften von Purusha werden zu den Vaishyas,
- die Füße von Purusha werden zu den Shudras.

Später wurde dieser Mythos abgelöst von einem anderen Schöpfungsmythos, daß nämlich *Brahma* diese ganze Welt mit all ihren Daseinsbereichen (diverse Himmel, Erde, diverse Höllen) erschaffen habe.

Buddha erkannte diese Mythen wohl klar als das, was sie tatsächlich waren, religiöse Konstruktionen zur Stabilisierung eines hochproblematischen Gesellschaftssystems. Er ignorierte in seiner Mönchs- und Nonnen-Sangha alle Grenzen zwischen den Kasten und auch gegenüber den Kastenlosen, verzichtete auf die Ernennung eines Nachfolgers und empfahl der Sangha stattdessen eine Form 'demokratischer' Strukturen auf der Basis einer 'Verfassung' (den Mönchs- und Nonnenregeln des Vinaya).

Über die hinduistischen Schöpfungsmythen machte sich der Buddha nun in den beiden folgenden Suttensbeispielen recht respektlos lustig.

D2: Das Brahmajāla-Sutta aus der

Längeren Sammlung (Dīgha-Nikāya)

<http://www.palikanon.com/digha1/dn01.html>

Hier wird in Form eines 'alternativen Schöpfungsmythos' dargelegt, wie Brahma zu der Illusion gelangte: 'Ich allein bin der Schöpfer'.

<3. "Es gibt eine Zeit, ihr Mönche, wo irgendwann irgendwie nach langer Zeit diese Welt entsteht. Wenn die Welt entsteht, erscheint ein leerer Brahmopalast. Dann scheidet irgendein Lebewesen, wenn die Lebenskraft oder die positive (Energie) vergangen ist, aus dem Abhassarā- Himmel ab und erscheint im leeren Brahmopalast. Jenes lebt dort mit einem aus dem Geist erzeugten Körper, ernährt sich von Freude, aus sich selbst strahlend, bewegt sich im Himmelsraum, ist beständig im Schönen, besteht eine außerordentlich lange Zeit.

4. Dort, bei ihm, der so allein ist, entsteht nach einer langen Zeit auf Grund von Unruhe, Monotonie und Besorgnis: 'Mögen doch auch andere Wesen hierher kommen.' Dann scheiden auch andere Lebewesen, wenn die Lebenskraft oder die positive (Energie) vergangen ist, aus dem Abhassarā- Himmel ab und erscheinen im Brahmopalast in Gemeinschaft mit jenem Wesen. Auch jene leben dort mit einem aus dem Geist erzeugten Körper, ernähren sich von Freude, aus sich selbst strahlend, bewegen sich im Himmelsraum, sind beständig im Schönen, bestehen eine außerordentlich lange Zeit.

5. Dort, ihr Mönche, kommt dem als erstes erschienenen Wesen folgender Gedanke auf: 'Ich bin der Brahma, der große Brahma, der Bezwingler, der

Unbezwungene, der alles Sehende, der Allmächtige, der Herr, der Schöpfer, der Erschaffer, der Erste, der Bewirkende, der Lenkende, der Vater des Gewordenen und Werdenden. Von mir wurden diese Wesen erschaffen. Aus welchem Grund? Mir kam zuerst dieser Gedanke: 'Mögen doch auch andere Wesen hierher kommen.' Dies war mein Vorsatz und diese Wesen sind hierher gekommen', und denjenigen Lebewesen, die nachher entstanden sind, kam folgender Gedanke: 'Dies ist der Herr Brahma, der große Brahma, der Bezwingende, der Unbezwungene, der alles Sehende, der Allmächtige, der Herr, der Schöpfer, der Erschaffer, der Erste, der Bewirkende, der Lenkende, der Vater des Gewordenen und Werdenden. Von diesem Herrn Brahma wurden wir erschaffen. Aus welchem Grund? Dieser war als Erster hier entstanden, wie wir sahen, wir sind nach ihm entstanden.'">

Eine breiter ausgeführte Variante dieses Schöpfungsmythos findet sich in D27: Das Sutta vom Wissen der Vorzeit, ebenfalls aus der Längeren Sammlung (Dīgha-Nikāya): <http://www.palikanon.com/digha1/dn27.html> .

Das zweite Sutta das ich hier vorstellen möchte ist, und in dem das satirische Element noch deutlicher zum Ausdruck kommt ist die folgende Lehrrede.

D11: Das Kevaddha-Sutta aus der Längeren Sammlung (Dīgha-Nikāya)
<http://www.palikanon.com/digha1/dn11.html>

<"Vorzeiten einmal, Kevaddha, stieg in dieser Mönchsgemeinde einem gewissen Mönch folgender Gedanke auf: ‚Wo nun gehen diese vier Elemente restlos unter, das Erd-Element, das Wasser-Element, das Feuer-Element, das Luft-Element?‘ Da hat, Kevaddha, jener Mönch eine derartige Sammlung erreicht, dass mit einem derart gesammelten Gemüt der Weg zur Himmelswelt offenbar wurde.

68. Da begab sich, Kevaddha, der Mönch zu den Cātummahārājika Göttern. Dort sagte er den Cātummahārājika Göttern Folgendes: ‚Wo gehen, Bruder, diese vier Elemente restlos unter, das Erd-Element, das Wasser-Element, das Feuer-Element, das Luft-Element?‘ Daraufhin sagten, Kevaddha, die Cātummahārājika Götter jenem Mönch Folgendes: ‚Auch wir, Mönch, wissen nicht, wo diese vier Elemente restlos untergehen, das Erd-Element, das Wasser-Element, das Feuer-Element, das Luft-Element. Aber, Mönch, die vier Götterkönige, sind herrlicher und vorzüglicher als wir, sie werden wissen, wo diese vier Elemente restlos untergehen, das Erd-Element, das Wasser-Element, das Feuer-Element, das Luft-Element.‘

69. Da begab sich, Kevaddha, der Mönch zu den vier Götterkönigen. Dort sagte er den vier Götterkönigen Folgendes: ‚Wo gehen, Brüder, diese vier Elemente restlos unter, das Erd-Element, das Wasser-Element, das Feuer-Element, das Luft-Element?‘ Daraufhin sagten, Kevaddha, die vier Götterkönige Folgendes:

'Auch wir, Mönch, wissen nicht, wo diese vier Elemente restlos untergehen, das Erd-Element, das Wasser-Element, das Feuer-Element, das Luft-Element. Aber, Mönch, die Tāvatiṃsa genannten Götter, sind herrlicher und vorzüglicher als wir, sie werden wissen, wo diese vier Elemente restlos untergehen, das Erd-Element, das Wasser-Element, das Feuer-Element, das Luft-Element.">

Und so geht es weiter :-)

Der Mönch wird von den Götterkönigen weitergeschickt zu den Tāvatiṃsa Göttern, zum Götterkönig Sakko, zu den Yāma Göttern, zum Göttersohn Suyāma, zu den Tusita Göttern, zum Göttersohn Santusita, zu den Nimmānarati Göttern, zum Göttersohn Sunimmita, zu den Paranimmita-Vasavatti Göttern, zum Göttersohn Vasavatti, zu den Brahma-kāyika Göttern, und schließlich zu Brahma, 'dem Mahā-Brahma, dem Allüberwinder, dem Unüberwundenen, dem Allsehenden, dem Herrscher, dem Gebieter, dem Erschaffer, dem Schöpfer, dem Besten, dem Erzeuger, dem Erhalter, dem Vater des Gewordenen und werdenden'.

Auch dort wiederholt der Mönch seine Frage und Brahma antwortet:

<"Ich, Mönch, bin der Brahma, der Mahā-Brahma, der Allüberwinder, der Unüberwundene, der Allsehende, der Herrscher, der Gebieter, der Erschaffer, der Schöpfer, der Beste, der Erzeuger, der Erhalter, Vater des Gewordenen und werdenden.">

Der Mönch entgegnet, daß dies seine Frage ja nicht beantwortet und wiederholt seine Frage noch zweimal. Dann schließlich entgegnet Brahma:

<"Da hat, Kevaddha, Mahā-Brahma den Mönch am Arm genommen und ihn beiseite geführt. Dort sagte er dem Mönch Folgendes: ‚Diese Brahma-kāyika Götter denken: ‚Nichts gibt es, das Brahma nicht sieht, nichts gibt es, das Brahma nicht weiß, nichts gibt es, das Brahma nicht durchschaut hat. Deshalb habe ich in deren Gegenwart nicht geantwortet. Auch ich, Mönch, weiß nicht, wo diese vier Elemente restlos untergehen, das Erd-Element, das Wasser-Element, das Feuer-Element, das Luft-Element. Deshalb, Mönch, hast du es schlecht gemacht. Du hast die Möglichkeit nicht genutzt den Erhabenen zu fragen, hast ihn übergangen und woanders gesucht, um diese Frage beantwortet zu bekommen. Geh, Mönch, zum Erhabenen, stelle dem Erhabenen diese Frage, was der Erhabene antwortet, das bewahre.'">

Im Internet-Jargon würden wir jetzt sagen:

LOL oder **ROFL** =

'Laughing Out Loud' oder 'Rolling On [the] Floor Laughing' :-)

Also kehrt der Mönch zu Buddha zurück und befragt diesen, und Buddha antwortet mit Verweis auf die Erfahrung der Transzendenz (siehe auch Udāna VIII.1-3, http://www.palikanon.com/khuddaka/ud_schmidt/udana.htm#ud_viii):

<"Wo Bewusstsein, das unsichtbare, das endlose,
völlig aufgegeben wurde,
da kann Wasser, Erde, Feuer, und Luft
nicht mehr bestehen,
nicht lang und kurz, klein und groß,
schön und widerlich,
da gehen Geist und Körper ohne Überrest unter.
Wenn Bewusstsein ausgelöscht ist,
geht alles unter.">

in metta -
muni

21. Die Diskussion im Sālawald von Gosīṅga, M.32.

> ...

> Auch dort wiederholt der Mönch seine Frage und Brahma antwortet:

> <'Ich, Mönch, bin der Brahma, der Mahā-Brahma, der Allüberwinder, der Unüberwundene, der Allsehende, der Herrscher, > der Gebieter, der Erschaffer, > der Schöpfer, der Beste, der> Erzeuger, der Erhalter, Vater des Gewordenen und Werdenden.'>

> Der Mönch entgegnet, daß dies seine Frage ja nicht beantwortet ...

> ...

Liebe Freundinnen und Freunde,

schon bei Buddha und im Frühbuddhismus gab es eine Vielfalt unterschiedlicher Praxis-Schwerpunkte, welche die individuellen Begabungen und Vorlieben der verschiedenen Praktizierenden widerspiegeln. Dies setzte sich nach Buddhas Tod fort und führte zu 18 unterschiedlichen frühbuddhistischen Schulen (oder 20, oder mehr als 30, je nach Quelle). Historisch bedeutsam war insbesondere der Konflikt zwischen dem 'harten Asketen' Mahakassapa und seinen Schülern und dem mitfühlenden, sanften und weltzugewandten Ananda und dessen Schülern und Schülerinnen. Dieser Dissens führte später zu der Trennung in die konservativen und strengen Theravada- und die freundlicheren und innovativeren Mahayana-Schulen.

Das folgende Sutta beleuchtet die Unterschiede zwischen einigen der führenden Schüler des Buddha und die Antwort des Buddha.

M.32 Die längere Lehrrede bei Gosīṅga (Mahāgosīṅga Sutta)

<http://www.palikanon.com/majjhima/zumwinkel/m032z.html>

Die Mönche Sāriputta, Mahā Moggallāna, Mahā Kassapa, Anuruddha, Revata und Ānanda diskutierten untereinander über die Eigenschaften eines hervorragenden Bhikkhu. Dabei benannten sie jeweils die Eigenschaften, die sie selbst verwirklicht hatten.

<Der ehrwürdige Sāriputta sah den ehrwürdigen Revata und den ehrwürdigen Ānanda in der Ferne kommen und sagte zum ehrwürdigen Ānanda: "Möge der ehrwürdige Ānanda kommen, der ehrwürdige Ānanda sei willkommen, der Aufwarter des Erhabenen, der sich immer in Gegenwart des Erhabenen aufhält. Freund Ānanda, der Sālawald von Gosīṅga ist entzückend, die Nacht ist mondhell, die Sālabäume stehen alle in Blüte, und himmlische Düfte scheinen in der Luft zu schweben. Welche Art von Bhikkhu, Freund Ānanda, könnte diesen Sālawald von Gosīṅga schmücken?"

"Freund Sāriputta, da hat ein Bhikkhu viel gelernt, erinnert sich an das Gelernte und festigt das Gelernte in sich. Solche Lehren, die gut am Anfang, gut in der Mitte und gut am Ende sind, mit der richtigen Bedeutung und der richtigen Ausdrucksweise, und die ein heiliges Leben, das äußerst vollkommen und rein ist, betonen - von solchen Lehren hat er viel gelernt, im Gedächtnis behalten, dem Wortlaut nach gemeistert, mit dem Geist erforscht und mit der Anschauung gut durchdrungen. Und er lehrt das Dhamma vor den vier Versammlungen, mit abgerundeten und zusammenhängenden Darlegungen und treffender Ausdrucksweise, um die inneren Neigungen zu entwurzeln. Jene Art von Mönch könnte diesen Sālawald von Gosiṅga schmücken.">

Kommentar: die von Ānanda hier erwähnten *vier Versammlungen* sind:
Die Sanghas der Mönche, Nonnen, Laienschüler, Laienschülerinnen.

Der Mönch Revata entgegnete:

<"Freund Sāriputta, da erfreut sich ein Bhikkhu an zurückgezogener Meditation, hat eine Vorliebe für zurückgezogene Meditation; er widmet sich innerer Herzensruhe, vernachlässigt die Vertiefungen nicht, er besitzt Einsicht und wohnt in leeren Hütten. Jene Art von Mönch könnte diesen Sālawald von Gosiṅga schmücken.">

Der Mönch Anuruddha entgegnete:

<"Freund Sāriputta, da überblickt ein Bhikkhu mit dem himmlischen Auge, das geläutert ist und das menschliche Auge übertrifft, eintausend Welten. So wie ein Mensch mit guter Sehkraft, nachdem er zum oberen Palastzimmer hinaufgestiegen ist, eintausend Radfelgen überblicken könnte, genauso überblickt ein Bhikkhu mit dem himmlischen Auge, das geläutert ist und das menschliche Auge übertrifft, eintausend Welten. Jene Art von Mönch könnte diesen Sālawald von Gosiṅga schmücken.">

Der Mönch Mahā Kassapa entgegnete:

<"Freund Sāriputta, da ist ein Bhikkhu selbst ein Waldasket und preist das Waldasketentum; er ist selbst ein Almosengänger und preist das Almosengehen; er ist selbst ein Fetzenroboträger und preist das Fetzenrobotragen; er ist selbst einer, der sich mit drei Roben begnügt und preist das Begnügen mit drei Roben; er hat selbst wenig Wünsche und preist die geringe Zahl von Wünschen; er ist selbst zufrieden und preist die Zufriedenheit; er lebt abgeschieden und preist die Abgeschiedenheit; er lebt selbst von der Gesellschaft zurückgezogen und preist die Zurückgezogenheit von der Gesellschaft; er ist selbst voller Energie und preist das Hervorbringen von Energie; er hat selbst Sittlichkeit erlangt und preist das Erlangen von Sittlichkeit; er hat selbst Konzentration erlangt und preist das Erlangen von Konzentration; er hat selbst Weisheit erlangt und preist das Erlangen von Weisheit; er hat selbst Befreiung erlangt und preist das Erlangen von Befrei-

ung; er hat selbst das Wissen und die Schauung von der Befreiung erlangt und preist das Erlangen von Wissen und Schauung von der Befreiung. Jene Art von Mönch könnte diesen Sālawald von Gosiṅga schmücken.">

Kommentar: aus dieser Antwort von Mahā Kassapa können wir bereits seine strenge asketische Orientierung ersehen und so verwundert es nicht, daß er immer wieder Ānanda heftig dafür kritisierte, daß dieser enge Kontakte zu Nonnen und Laien pflegte.

Der Mönch Mahā Moggallāna entgegnete:

<"Freund Sāriputta, da führen zwei Bhikkhus ein Gespräch über das höhere Dhamma und sie befragen einander, und jeder antwortet auf die Fragen des anderen ohne ins Stocken zu geraten, und ihr Gespräch entwickelt sich dem Dhamma entsprechend. Jene Art von Mönch könnte diesen Sālawald von Gosiṅga schmücken.">

Schließlich kam der Ehrw. Sāriputta selbst zu Wort und sagte:

<"Freund Moggallāna, da übt ein Bhikkhu Herrschaft über seinen Geist aus, er läßt es nicht zu, daß der Geist Herrschaft über ihn ausübt. Am Morgen verweilt er in der jeweiligen Verweilung oder dem jeweiligen Erreichungszustand, in dem er am Morgen zu verweilen wünscht; am Mittag verweilt er in der jeweiligen Verweilung oder dem jeweiligen Erreichungszustand, in dem er am Mittag zu verweilen wünscht; am Abend verweilt er in der jeweiligen Verweilung oder dem jeweiligen Erreichungszustand, in dem er am Abend zu verweilen wünscht. Angenommen, ein König oder königlicher Minister hätte eine Kiste voll von verschiedenfarbigen Kleidungsstücken. Am Morgen könnte er dasjenige Kleidungsstück anziehen, das er am Morgen anzuziehen wünschte; am Mittag könnte er dasjenige Kleidungsstück anziehen, das er am Mittag anzuziehen wünschte; am Abend könnte er dasjenige Kleidungsstück anziehen, das er am Abend anzuziehen wünschte. Genauso übt da ein Bhikkhu Herrschaft über seinen Geist aus, er läßt es nicht zu, daß der Geist Herrschaft über ihn ausübt. Am Morgen verweilt er in der jeweiligen Verweilung oder dem jeweiligen Erreichungszustand, in dem er am Morgen zu verweilen wünscht; am Mittag verweilt er in der jeweiligen Verweilung oder dem jeweiligen Erreichungszustand, in dem er am Mittag zu verweilen wünscht; am Abend verweilt er in der jeweiligen Verweilung oder dem jeweiligen Erreichungszustand, in dem er am Abend zu verweilen wünscht. Jene Art von Mönch könnte diesen Sālawald von Gosiṅga schmücken.">

Endlich beschlossen diese Mönche den Buddha um seine Sicht der Dinge zu bitten:

<Nach diesen Worten fragte der ehrwürdige Sāriputta den Erhabenen:

"Ehrwürdiger Herr, wer von uns hat gut gesprochen?">

und Buddha entgegnete:

<"Ihr habt alle gut gesprochen, Sāriputta, jeder auf seine Weise. Höre auch von mir, welche Art von Bhikkhu diesen Sālawald von Gosiṅga schmücken könnte. Sāriputta, wenn da ein Bhikkhu von seiner Almosenrunde zurückgekehrt ist, setzt er sich nach seiner Mahlzeit nieder, kreuzt die Beine, richtet den Oberkörper auf, verankert die Achtsamkeit vor sich und faßt den Entschluß: 'Ich werde diese Sitzhaltung nicht aufgeben, bis mein Geist durch Nicht-Anhaften von den Trieben befreit ist.' Jene Art von Mönch könnte diesen Sālawald von Gosiṅga schmücken.">

Fazit: **Buddhas Empfehlung war die konzentrierte Vipassana-Praxis.**

in metta -
muni

22. Leben im Hier und Jetzt, M.131,
Eine glücksverheißende Nacht (Bhaddekaratta Sutta).

- > ...
- > Die Mönche Sāriputta, Mahā Moggallāna, Mahā Kassapa, Anuruddha, Revata
- > und Ānanda diskutierten untereinander über die Eigenschaften eines hevorra
- > genden Bhikkhu. Dabei benannten sie jeweils die Eigenschaften, die sie selbst
- > verwirklicht hatten.
- > ...
- > Endlich beschlossen diese Mönche den Buddha um seine Sicht der Dinge zu
- > bitten:
- > ...
- > <"Ihr habt alle gut gesprochen, Sāriputta, jeder auf seine Weise. Höre auch von
- > mir, welche Art von Bhikkhu diesen Sālawald von Gosiṅga schmücken könnte.
- > Sāriputta, wenn da ein Bhikkhu von seiner Almosenrunde zurückgekehrt ist,
- > setzt er sich nach seiner Mahlzeit nieder, kreuzt die Beine, richtet den
- > Oberkörper auf, verankert die Achtsamkeit vor sich und faßt den Entschluß:
- > 'Ich werde diese Sitzhaltung nicht aufgeben, bis mein Geist durch Nicht-
- > Anhaften von den Trieben befreit ist.' Jene Art von Mönch könnte diesen
- > Sālawald von Gosiṅga schmücken.">
- >
- > Fazit: *Buddhas Empfehlung war die konzentrierte Vipassana-Praxis*.
- > ...

Liebe Freundinnen und Freunde,

wir befinden uns im Anfang der ansteigenden Exponentialkurve der Corona-Pandemie. Keiner von uns weiß, wie es weitergehen wird. Hier hilft es uns vielleicht uns sehr bewußt im Hier & Jetzt zu verankern. Dies ist auch gerade der Inhalt des folgenden berühmten Sutta.

M.131 Eine glücksverheißende Nacht (Bhaddekaratta Sutta)

<http://www.palikanon.com/majjhima/zumwinkel/m131z.html>

<"Ihr Bhikkhus, ich werde euch die Zusammenfassung und Darlegung von 'Einer, der eine glücksverheißende Nacht hatte' lehren. Hört zu und verfolgt aufmerksam, was ich sagen werde." - "Ja, ehrwürdiger Herr", erwiderten die Bhikkhus. Der Erhabene sagte dieses:

"Man lass' Vergangenes nicht aufersteh'n,
Auf Künftiges man nicht die Hoffnung bau';
Denn das Vergangene liegt hinter uns,
Das Künftige ist noch nicht gelangt.

Statt dessen, einsichtsvoll erkenne man,
Was in der Gegenwart entstanden ist;
Man wisse es und sicher sei man sich,
Unüberwältigt, unerschütterlich.

Die Anstrengung, erfolgen muß sie heut';
Vielleicht kommt morgen schon der Tod, wer weiß?
Nicht Schachern kann man mit der Sterblichkeit,
Nicht hält's den Tod und seine Horden fern,

Doch einer, der da voller Eifer weilt,
Ganz ohne nachzulassen, Tag und Nacht -
Er ist es, so der Buddha hat's gesagt,
Mit einer Nacht, die ihm nur Glück verheißt."

...

5. "Und auf welche Weise, ihr Bhikkhus, läßt man Vergangenes nicht auferstehen? Während man denkt 'Ich hatte solche Form in der Vergangenheit', ergötzt man sich nicht daran. Während man denkt 'Ich hatte solche Gefühle in der Vergangenheit', ergötzt man sich nicht daran. Während man denkt 'Ich hatte solche Wahrnehmung in der Vergangenheit', ergötzt man sich nicht daran. Während man denkt 'Ich hatte solche Gestaltungen in der Vergangenheit', ergötzt man sich nicht daran. Während man denkt 'Ich hatte solches Bewußtsein in der Vergangenheit', ergötzt man sich nicht daran. Auf solche Weise läßt man Vergangenes nicht auferstehen."

...

7. "Und auf welche Weise, ihr Bhikkhus, baut man nicht seine Hoffnung auf Künftiges? Während man denkt 'Vielleicht habe ich solche Form in der Zukunft', ergötzt man sich nicht daran. Während man denkt 'Vielleicht habe ich solche Gefühle in der Zukunft', ergötzt man sich nicht daran. Während man denkt 'Vielleicht habe ich solche Wahrnehmung in der Zukunft', ergötzt man sich nicht daran. Während man denkt 'Vielleicht habe ich solche Gestaltungen in der Zukunft', ergötzt man sich nicht daran. Während man denkt 'Vielleicht habe ich solches Bewußtsein in der Zukunft', ergötzt man sich nicht daran. Auf solche Weise baut man nicht seine Hoffnung auf Künftiges."

...

9. "Und auf welche Weise, ihr Bhikkhus, ist man in Bezug auf gegenwärtig entstandene Zustände unüberwältigt? Ihr Bhikkhus, ein wohlunterrichteter edler Schüler, der die Edlen beachtet und in ihrem Dhamma bewandert und geschult ist, der aufrechte Menschen beachtet und in ihrem Dhamma bewandert und geschult ist, betrachtet da Form nicht als Selbst, oder Selbst als Form besitzend, oder Form als im Selbst enthalten, oder Selbst als in Form enthalten. Er betrachtet Gefühl nicht als Selbst, oder Selbst als Gefühl besitzend, oder Gefühl als

im Selbst enthalten, oder Selbst als im Gefühl enthalten. Er betrachtet Wahrnehmung nicht als Selbst, oder Selbst als Wahrnehmung besitzend, oder Wahrnehmung als im Selbst enthalten, oder Selbst als in der Wahrnehmung enthalten. Er betrachtet Gestaltungen nicht als Selbst, oder Selbst als Gestaltungen besitzend, oder Gestaltungen als im Selbst enthalten, oder Selbst als in Gestaltungen enthalten. Er betrachtet Bewußtsein nicht als Selbst, oder Selbst als Bewußtsein besitzend, oder Bewußtsein als im Selbst enthalten, oder Selbst als im Bewußtsein enthalten. Auf solche Weise ist man in Bezug auf gegenwärtig entstandene Zustände unüberwältigt.">

Dieses Sutta wurde in der frühen Sangha als so wichtig angesehen, daß sich im Palikanon mehrfach Verweise auf das Sutta von 'Eine glückverheißenden Nacht' finden, z.B.:

M.132: <http://www.palikanon.com/majjhima/zumwinkel/m132z.html>

M.133: <http://www.palikanon.com/majjhima/zumwinkel/m133z.html>

M.134: <http://www.palikanon.com/majjhima/zumwinkel/m134z.html>

Diese Aussage des Buddha spiegelt sich durch die Jahrhunderte hindurch in allen buddhistischen Schulen. Besonders schön empfinde ich die Formulierung des indischen Mahasiddha Tilopa, einer der Väter des Mahāmudrā, das mit unserem 'mochao chan'/'heiter gelassenes Widerspiegeln' eng verwandt ist.

<http://en.wikipedia.org/wiki/Tilopa> .

མིམཐོ	Kein Erinnern.	Laß los, was vergangen ist.
མིབསམ	Kein Vorstellen.	Laß los, was kommen mag.
མིཤེས	Kein Denken.	Laß los, was jetzt geschieht.
མིདཔྱད	Kein Untersuchen.	Laß los, irgendetwas herauszufinden.
མིསྒྲུབ	Kein Kontrollieren.	Laß los, irgendetwas zu kontrollieren.
རང་ས་རབ་ཞག	Ruhe.	Entspanne dich gerade jetzt und ruhe.

Quelle:

<https://www.mb-schiekel.de/naropa-mahamudra.htm>

in metta - muni

23. Kisāgotami stirbt ihr Kind,
Therīgāthā 213-223 (Lieder der Nonnen),

- > ...
- > མི་མཛན་ Kein Erinnern. Laß los, was vergangen ist.
- > མི་བསམ་ Kein Vorstellen. Laß los, was kommen mag.
- > མི་ཤེས་ Kein Denken. Laß los, was jetzt geschieht.
- > མི་དཔྱད་ Kein Untersuchen. Laß los, irgendetwas herauszufinden.
- > མི་སྐྱོམ་ Kein Kontrollieren. Laß los, irgendetwas zu kontrollieren.
- > རང་སྐྱོད་ལྷན་ Ruhe. Entspanne dich gerade jetzt und ruhe.
- > ...

Liebe Freundinnen und Freunde,

heute möchte ich die Geschichte von Kisāgotami vorstellen, einer jungen Mutter, deren kleiner Sohn über Nacht am plötzlichen Kindstod verstorben war. Kisāgotami war von Schmerz überwältigt, wollte den Tod ihres kleinen Sohns nicht akzeptieren und war auf dem Weg geisteskrank zu werden. Da schickten ihre Nachbarn sie zu Buddha. Kisāgotami bat den Buddha, ihren kleinen Sohn wieder zum Leben zu erwecken. Buddha erkannte den verstörten Geisteszustand der Frau und antwortete, daß er ihr helfen könne, wenn sie ihm ein kleines Gefäß mit weißen Senfsamen bringen würde, allerdings aus einem Haus, in dem in der Vergangenheit noch niemand gestorben sei. Kisāgotami machte sich auf den Weg und hörte an jeder Tür von mehr oder minder kürzlich erfolgten traurigen Todesfällen. Schließlich erkannte sie: 'In jedem Dorf gibt es mehr Tote als Lebende.'

Voller Trauer brachte sie ihren kleinen Sohn zum Verbrennungsplatz. Anschließend suchte sie erneut den Buddha auf und bat ihn um die Ordination als Nonne. Sie praktizierte in der Folge intensiv Kontemplationen über die Vergänglichkeit und die Vertiefungen der Samatha-Meditation (jhanas) und fand relativ rasch Frieden und Befreiung (nibbana).

Zahlreiche ordinierte Schüler und Schülerinnen des Buddha haben uns die Zeugnisse ihrer Befreiung in den 'Gedichten der Mönche und Nonnen' (Therīgāthā und Therīgāthā) überliefert, so auch Kisāgotami.

Therīgāthā 213-223 (Lieder der Nonnen):

http://www.palikanon.com/khuddaka/theri/therisa10_223.html

213 Die gute Freundschaft wird vom Muni,
wenn er die Welt zeigt, hoch gelobt, -
wenn einer gute Freundschaft teilt,
kann auch ein Tor ein Weiser sein.

214 Man folge guten Menschen nur,
so wächst die Weisheit, wenn man folgt, -
wenn man den guten Menschen folgt,
kann man von allen Leiden lösen sich.

215 Das Leiden kann erkennen man,
und auch des Leidens Ursprung dann,
das Aufhören und den Achtgliederweg,
die vierfach edlen Wahrheiten.

216 „Leidvoll das Frausein“ - ist erklärt
vom Trainer, der die Menschen zähmt, -
der Ehestand ist Leiden auch,
und manche Erstgebärenden

217 durchschneiden sich die Kehle gar, -
und zarte, junge Mädchen schlucken Gift,
wenn sie der Menschenmörder traf
und beide großes Unglück nur erleiden.

218 Als vor der Niederkunft ich ging hinaus,
sah ich den Ehegatten tot am Weg, -
und als ich dann das Kind geboren hatte,
ging ich ins eigne Haus nicht mehr zurück.

219 Zwei Kinder starben mir und auch der Mann:
am Weg der Tote einer armen Frau, -
und Mutter, Vater und auch Bruder,
sie brennen schon auf einem Scheiterhaufen.

220 O du Familienlose, Arme, du!
Erlitten hast du unermeßlich Leiden!
Dir flossen Tränen fort und fort
durch viele tausende Geburten!

221 Ich sah dich in dem Leichenfeld,
dann auch verzehrtest Kinderfleisch, -
fern der Familie, nur noch tadelnswert,
als Witwe ich zum Todlosen gelangte.

222 Entfaltet ist der edle Weg,
achtgliedrig, der zum Todlos führt, -
Nibbāna habe ich verwirklicht,
den Dhammaspiegel sah ich an:

223 Ich bin vom Pfeile nun entschnitten,
die Last ist endlich abgelegt,
getan ist, was zutun ich hatte. -
Kisāgotami, die schon Therī,
im Herzen ganz befreit, dies sprach.

Die eigentliche Geschichte der Kisāgotami wird im Kommentar zu den Therī-
gāthā erzählt. Diese Geschichte ist in Südostasien allen Buddhisten bekannt, wur-
de in Romanen ausgeschmückt und wird in Theaterstücken aufgeführt.

Eine solche ausgeschmückte Geschichte, angelehnt an eine Fassung von Dr. Paul
Köppler (Gründer des Waldhaus am Laacher See)

https://de.wikipedia.org/wiki/Paul_Köppler

<https://buddhismus-im-westen.de/>

findet sich hier:

<https://www.buddhismus-deutschland.de/wp-content/uploads/2Kisa-Gotami-will-ihr-Kind-retten.pdf>

Der bedeutende kambodschanische buddhistische Mönch Mahaghosanaṇḍa

https://de.wikipedia.org/wiki/Maha_Ghosananda ,

der während der Terror-Herrschaft der Roten Khmer seine ganze Familie verloren
hatte, beschreibt seine Erfahrungen so:

Großer Schmerz führt zu Großer Trauer,
Große Trauer führt zu Großem Mitgefühl,
Großes Mitgefühl führt zu Großem Erwachen.

in metta - muni

24. Das Gleichnis von den Blinden und dem Elefanten, Udāna VI.4.

- > ...
- > ... die Geschichte von Kisāgotami ...
- > ...
- > Der bedeutende kambodschanische buddhistische Mönch Mahaghosana
- > https://de.wikipedia.org/wiki/Maha_Ghosananda ,
- > der während der Terror-Herrschaft der Roten Khmer seine ganze Familie ver-
- > loren hatte, beschreibt seine Erfahrungen so:
- >
- > Großer Schmerz führt zu Großer Trauer,
- > Große Trauer führt zu Großem Mitgefühl,
- > Großes Mitgefühl führt zu Großem Erwachen.
- > ...

Liebe Freundinnen und Freunde,

Buddha hatte sich in seinen Belehrungen immer darum bemüht allen Menschen auf ihrem jeweiligen geistigen Niveau und in ihren jeweils eigenen Vorstellungswelten zu begegnen. Hilfreich waren ihm dabei in vielen Fällen leichtverständliche Gleichnisse und Parabeln, von denen einige in den kollektiven Schatz spiritueller Geschichten der indischen Kultur aufgenommen wurden.

Eine solche Geschichte ist das berühmte '*Gleichnis von den Blinden und dem Elefanten*' in Udāna VI.4:

http://www.palikanon.com/khuddaka/udana/ud_6.htm .

Auch dieses Sutta beginnt, wie viele andere Pali-Sutten, mit den schönen Worten: **Evam me suttam** = 'So habe ich gehört'.

Dies soll uns immer wieder daran erinnern, daß wir hier keine von Gott gegebenen und als absolut betrachteten Wahrheiten vor uns haben, sondern von Menschen gelehrt, gehörte, interpretierte und tradierte Worte eines großen geistigen Lehrers einer indischen Kultur vor 2500 Jahren. Wir werden durch die Worte 'So habe ich gehört' also immer wieder aufgefordert das uns begegnende Buddha-Dhamma selbstständig und kritisch zu reflektieren und nur jene Teile für uns zu anzunehmen und zu vertiefen, die für uns Sinn ergeben.

Buddha selbst sprach immer wieder von: **Ehipassiko** = 'Komm und sieh (selbst)'. In diesem Verständnis ist das Buddha-Dhamma also das Gegenteil einer Glaubensreligion und in seinen westlichen Ausprägungen auch sehr kompatibel mit naturwissenschaftlichen Einsichten.

<So hab ich's vernommen: Einstmals weilte der Erhabene in Sāvattḥī im Jetahain im Kloster Anāthapindikos. Zugleich hielt sich gerade eine große Schar von hauslosen Pilgern und Brahmanen anderer Schulen als Almosenempfänger um Sāvattḥī auf. Die hatten verschiedene Ansichten, verschiedenen Glauben, verschiedene Richtungen, und sie klammerten sich an ihre verschiedenen Ansichten.

Es gab Brahmanen und Pilger, die verkündeten und meinten: "Ewig ist die Welt. Das ist die Wahrheit. Alles andere ist Unsinn."

Andere Brahmanen und Pilger verkündeten und meinten: "Die Welt ist nicht ewig. Das ist die Wahrheit. Alles andere ist Unsinn."

Da waren Brahmanen und Pilger, die verkündeten und meinten: "Endlich ist die Welt. Das ist die Wahrheit. Alles andere ist Unsinn."

Andere verkündeten und meinten: "Unendlich ist die Welt. Das ist die Wahrheit. Alles andere ist Unsinn."

Manche verkündeten und meinten: "Leben und Leib ist ein und dasselbe. Das ist die Wahrheit. Alles andere ist Unsinn."

Einige verkündeten und meinten: "Leben und Leib sind aneinander gebunden. Das ist die Wahrheit. Alles andere ist Unsinn."

Andere dagegen verkündeten und meinten: "Leben ist eine Sache, der Leib ist eine andere Sache. Das ist die Wahrheit. Alles andere ist Unsinn."

Verschiedene lehrten und meinten: "Ein Vollendeter besteht nach dem Tode weiter. Das ist die Wahrheit. Alles andere ist Unsinn."

Andere erwiderten: "Nach dem Tode besteht ein Vollendeter nicht", - andere: "er besteht und besteht doch auch nicht", - wieder andere: "weder besteht er noch besteht er nicht. Das ist die Wahrheit. Alles andere ist Unsinn."

Sie waren in Streit, Disput, Wortgefechte versunken und verletzten einander dauernd mit scharfen Worten: "Das ist die Wahrheit, nicht so ist die Wahrheit" - "Nein, das ist nicht die Wahrheit: So ist die Wahrheit!"

Da erhob sich eine große Schar von Mönchen in der Frühe, nahm Obergewand und Schale und ging zum Almosengang nach Sāvattḥī. Nach dem Almosengang, nachdem sie das Mahl eingenommen hatten, begaben sie sich zum Erhabenen, begrüßten den Erhabenen ehrerbietig und setzten sich seitwärts. Seitwärts sitzend berichteten sie dem Erhabenen: "Da hält sich eine große Schar von hauslosen Pilgern und Brahmanen anderer Schulen als Almosenempfänger um Sāvattḥī auf. Die haben verschiedene Ansichten, verschiedenen Glauben, verschiedene Richtungen und klammern sich an ihre verschiedenen Ansichten. Die sind in Streit, Disput, Wortgefechte versunken und verletzen einander dauernd mit scharfen Worten: 'Das ist die Wahrheit, nicht so ist die Wahrheit' - 'Nein, das ist nicht die Wahrheit: So ist die Wahrheit!'" –

"Diese Pilger anderer Schulen, ihr Mönche, sind blind, augenlos, sehen nicht, was Sinn und Unsinn ist, sehen nicht, was Wahrheit und Unwahrheit ist. Weil sie nicht sehen, was Sinn und Unsinn ist, was Wahrheit und Unwahrheit ist, deshalb

sind sie in Streit, Disput, Wortgefechte versunken und verletzen einander dauernd mit scharfen Worten: 'Das ist die Wahrheit, nicht so ist die Wahrheit' - 'Nein, das ist nicht die Wahrheit: So ist die Wahrheit!' –

Einstmals, Mönche, lebte einmal hier in Sāvathī ein König. Der befahl einem Mann: 'Geh, lieber Mann, und wo du in Sāvathī von Geburt Blinde findest, da laß sie alle an einem Platz zusammenkommen.' 'Jawohl, Majestät', antwortete der Mann dem König gehorsam, versammelte alle Blindgeborenen von Sāvathī, begab sich zum König und meldete: 'Alle von Geburt Blinden aus Sāvathī sind versammelt.' - 'Gut, dann laß den Blinden einen Elefanten vorführen.' - 'Jawohl, Majestät', sprach der Mann zum König und ließ den Blinden einen Elefanten vorführen: 'Das, ihr Blinden, ist ein Elefant.' Einigen der Blindgeborenen führte er den Kopf des Elefanten vor: 'Das ist ein Elefant, ihr Blinden', anderen ein Ohr: 'Das ist ein Elefant, ihr Blinden', anderen einen Stoßzahn: 'Das ist ein Elefant, ihr Blinden', anderen den Rüssel: 'Das ist ein Elefant, ihr Blinden', anderen den Rumpf: 'Das ist ein Elefant, ihr Blinden', anderen einen Fuß: 'Das ist ein Elefant, ihr Blinden', anderen das Hinterteil: 'Das ist ein Elefant, ihr Blinden', anderen den Schwanz: 'Das ist ein Elefant, ihr Blinden', anderen die Schwanzquaste: 'Das ist ein Elefant, ihr Blinden.'

Nachdem der Mann den Blindgeborenen den Elefanten vorgeführt hatte, ging er zum König und sprach zu ihm: 'Majestät: ich habe den Blindgeborenen den Elefanten vorgeführt; tu, was dir nun recht ist'. Da begab sich der König zu den Blinden und sprach zu ihnen: 'Ihr habt einen Elefanten erlebt, ihr Blinden?' - 'So ist es, Majestät. Wir haben einen Elefanten erlebt.' - 'Nun sagt mir, ihr Blinden: Was ist denn ein Elefant?' Da antworteten die Blindgeborenen, die den Kopf zu fassen bekommen hatten: 'Ein Elefant, Majestät, ist wie ein Kessel'; die das Ohr zu fassen bekommen hatten, antworteten: 'Ein Elefant, Majestät, ist wie ein Worfelkorb'; die einen Stoßzahn zu fassen bekommen hatten, antworteten: 'Ein Elefant, Majestät, ist wie der Stock eines Pfluges'; ein anderer, der den Rüssel erwischte hatte, antwortete: 'Ein Elefant, Majestät, ist wie ein Pflugbaum'; ein anderer, der an den Rumpf gekommen war, antwortete: 'Ein Elefant, Majestät, ist wie eine Vorratstonne'; ein weiterer, der einen Fuß berührt hatte, antwortete: 'Ein Elefant, Majestät, ist wie ein Pfosten'; der nächste, der das Hinterteil betastet hatte, antwortete: 'Ein Elefant, Majestät, ist wie ein Mörser'; wieder einer, der an den Schwanz geraten war, antwortete: 'Ein Elefant, Majestät, ist wie der Stößel'; ein anderer, der die Schwanzquaste angefaßt hatte, antwortete: 'Ein Elefant, Majestät, ist wie ein Besen.' Und so prügeln sie aufeinander mit den Fäusten ein: 'So ist ein Elefant, nicht so! - Nein, so ist ein Elefant nicht; so ist er', und der König hatte seinen Spaß.

Ebenso, Mönche, sind diese Pilger anderer Schulen blind, augenlos, sehen nicht, was Sinn und Unsinn ist, sehen nicht, was Wahrheit und Unwahrheit ist. Weil sie nicht sehen, was Sinn und Unsinn ist, was Wahrheit und Unwahrheit ist, deshalb sind sie in Streit, Disput, Wortgefechte versunken und verletzen einander dau-

ernd mit scharfen Worten: 'Das ist die Wahrheit, nicht das', - 'nein, das ist nicht die Wahrheit: So ist die Wahrheit!'"

Aus diesem Anlaß tat der Erhabene aus seiner Schau folgenden Ausspruch:

"Daran nun eben hängen sie,
die Pilger oder Geistlichen;
da disputieren, streiten sie,
als Menschen, die nur Teile seh'n." >

in metta - muni