



Lesen und Besprechen einiger herausragender Suttas

Zusammengestellt und erläutert von Dr. C. Lübbert

Dhamma-Kreis Juli-August 2017

Das Mahāhatthipadopama Sutta

Die Elefantenspur, großes Sutta;

Verwendung der „4 Elemente“ als Kontemplationshilfe

Sutta aus dem *Tipitaka* (dem „Dreikorb“ des Pāli-Kanon) / *Suttapitaka* (Korb der Lehreden) / *Majjhima Nikāya* (Die Mittlere Sammlung) /
28. Mahāhatthipadopama Sutta.

Die PTS-Identifikation des Sutta ist: **M28**

Quellnachweis: Die Übersetzung ins Deutsche ist von **Kay Zumwinkel** (*Mettiko Bhikkhu*)

1999. Er wurde für die Neuübersetzung des *Majjhima Nikaya* von der berühmten deutsch-jüdischen Nonne **Ayya Khema** (1923 – 1997, Berlin, USA, Australien, Sri Lanka, Allgäu) beauftragt. Schon **Nyanaponika** (1901 – 1994, Frankfurt, Berlin, Österreich, Sri Lanka) hatte eine Neuübersetzung für nötig gehalten. Für seine Übersetzung hat *Zumwinkel* schon vorhandene Teilübersetzungen zurate gezogen, u.a. von **Bhikkhu Bodhi** (*1944, USA). Quelle für **M28**: <http://www.palikanon.com/majjhima/zumwinkel/m028z.html>.

Hinweis: Die „4 Elemente“ (*dhatu, māhabūtha*), um die es in **M28** geht, werden noch in folgenden Suttas das *Suttapitaka* erwähnt:

- **M10** (im *Majjhimanikāya*) – *Satipatthāna Sutta* (Grundlagen der Achtsamkeit): Inhaltlich, was die „4 Elemente“ betrifft, wird nur gesagt, dass diese, wie überall in der Außenwelt, auch im Meditierenden existieren, und dass sie so zu betrachten sind, „wie ein Metzger eine geschlachtete Kuh betrachtet“, d.h., sie offenbaren keinerlei „Kern“ der ehemaligen Kuh.
- **M62** (im *Majjhimanikāya*) – *Mahā-Rahulavāda Sutta* (Rāhulas Belehrung): Inhaltlich, was die „4 Elemente“ angeht: fast so wie in **M28**, nur mit dem späteren scholastischen Zusatz zweier weiterer Elemente (Raumelement, Bewusstseins-element) – siehe auch 140.
- **M140** (im *Majjhimanikāya*) – *Dhātuvibhanga Sutta* (Unterscheidung der Elemente): Inhaltlich, was die „4 Elemente“ betrifft: ein wenig länger als in M10, und mit dem scholastischen Zusatz zweier weiterer Elemente (Raumelement, Bewusstseins-element). Das Sutta ist erst *nach* Buddha kompiliert worden.
- **D22** (im *Dighanikāya*) – *Satipatthāna Sutta* (Grundlagen der Achtsamkeit): Inhaltlich, was die „4 Elemente“ betrifft, dasselbe wie in M10.
- **A.IV.177** (im *Anguttāranikāya*) – (Rahulas Unterweisung oder die vierfache Lehre): Inhaltlich viel kürzer, aber nicht mehr als in M62.
- Darüber hinaus werden die „4 Elemente“ aber noch in vielen weiteren Suttas des *Suttapitaka* angesprochen, wenn es um die Betrachtung der „Körperlichkeit“ (*rūpa-kkhandha*) geht; u.a. in **M33** („Der Rinderhirt“ – großes Sutta); aber auch dort wird nicht mehr als in **M28** gesagt.

Bearbeitung CL von M28:

* **Auswahl:** Ich habe mich für **M28** entschieden, weil dieses Sutta (von *Sariputta*) in ausgezeichnet klarer Form die Verwendung der „4 Elemente“ als kontemplatives Hilfsmittel bei der Körperbetrachtung darlegt, ohne etwas wegzulassen oder hinzuzufügen (außer weiteren 2 später hinzugefügten „Elementen“).

* **Textwiederholungen** habe ich auch in dieser Bearbeitung (ähnlich wie in der des *Satipatthāna Sutta*) absichtlich **nicht** gestrichen. Wiederholungen waren ein wichtiges pädagogisches Mittel in den

Lehrreden. Damals, zu Buddhas Zeit und noch lange danach, gab es noch **keinerlei schriftliche Dokumente** religiösen oder spirituellen Inhalts in Indien (weder für die Veden noch für die Upanishaden, noch für die Buddha-Lehren). **Es wurde alles auswendig gelernt**, und Wiederholungen galten dabei als unterstützendes Hilfsmittel.

* **Textgliederung:** Der Übersetzer **Karl Zumwinkel** hat aus Gründen der Übersichtlichkeit Überschriften (**in Klammern**) zugefügt, die es im Pāli-Text nicht gibt. Ich habe die Übersichtlichkeit durch ein paar weitere Unter-Überschriften (der Form „CL: ...“, blau) ergänzt. Ferner habe ich aus demselben Grund (a) Kontextrelevantes **fett** oder *kursiv* gedruckt, (b) 5 verschiedene, mehrfach auftretende **Textwiederholungen** markiert durch **REFRAIN-X ... REFRAIN-X ENDE** (x = 1 bis 5).

* **Die kursiv-blau gesetzten Fremdworte** sind aus der antiken Sprache **Pāli**.

Die Pāli-Worte habe ich als **Orientierung** in den Sutta-Text eingefügt für die, welche **Suttas lesen**. Wenn man **nur** Deutsch liest, verschwimmen einem die ursprünglichen Bedeutungen der Pāli-Termini und werden möglicherweise von christlich-abendländischen oder gar „esoterischen“ Bedeutungen kontaminiert (eine solche „Kontamination“ schleicht sich trotz allem manchmal unbewusst ein, da wir nun mal „deutsch“ und nicht „pāli“ denken). Für die deutschen Übersetzungen dieser Pāli-Worte habe ich teils **Zumwinkel**, teils den **Pālitext** selbst, teils das „Buddhistische Wörterbuch“ von **Nyanatiloka** zurate gezogen.

* **Fußnoten**, gekennzeichnet durch „KZ“, sind Anmerkungen des Übersetzers. Weitere Fußnoten, gekennzeichnet durch „CL“, sind von mir eingefügt.

Themenbereich: Die „**4 großen Elemente**“ (*cattāro mahābhūtāni* oder *dhātu*) als Kontemplationshilfe. Die „4 Elemente“ (Festes: *pathavī-dhātu*, Flüssiges: *āpo-dhātu*, Luftartiges: *vāyo-dhātu*, Feuerartiges / Warmes / Kaltes: *tejo-dhātu*) kann jeder Mensch intuitiv wahrnehmen. Sie wurden daher in der Antike und im Mittelalter, also in vorwissenschaftlicher Zeit, **sowohl in westlichen auch in östlichen Kulturen**, als etwas **Fundamentales** angesehen, auf dem viele (heute obsolete) philosophische Spekulationen über „den Aufbau der Welt“ basierten. Sie sind also **nichts speziell Buddhistisches**.

„**Buddhistisch**“ ist an ihnen aber, dass *Sariputta* sie in den Prozess der **distanzierenden Selbsterkenntnis** von der eigenen „temporären empirischen Person“ (*nāma-rūpa*) bei der achtsamen Betrachtung des **Körperlichen** (*rūpa-kkhandha*) **mit einbezogen hat**: „Körperliches“ wird im *Satipathāna* geradezu als ein Kompositum aus „den 4 Elementen“ dargestellt. Wir würden heute sagen: als **Metaphern**, die zum achtsamen **SPÜREN** (aber nicht zu gedanklich-spekulativ-metaphysischer Grübelelei über die „Grundsubstanzen der Welt“) einladen. Dabei ist jedoch der bei jedem Element wiederholte Schluss-Satz: „**Das ist nicht ‚mein‘, das bin nicht ‚Ich‘**“ (*anattā*-Lehre) stets die **wesentliche Erkenntnis** (*vipassana*), die aus all diesen Körperkontemplationen zu ziehen ist.

Anmerkungen vorab: Die nun folgenden Anmerkungen **(A) - (G)** füge ich nur an, weil es eine Diskussion mit dem Leiter der DBHV Montagsmeditation (GB) über die Bedeutung, Darstellung und Verwendung der antiken „4 Elemente“ in der **theravāda-buddhistischen Vipassana-Meditation** gegeben hat. Ein Westler, dem die Bedeutung der „4 Elemente“ im antiken und mittelalterlichen **Europa** aus der Geschichte geläufig ist, bekommt eine völlig falsche Vorstellung von ihrer **speziellen** Bedeutung und Verwendung in *buddhistischer Kontemplation*, wenn man ihn nicht vorab auf diesen Unterschied hinweist! Daher hier einige klärende Anmerkungen:

(A) Wollte man die alten, obsoleten **Theorien** über die „4 Elemente“ in unser heutiges **physikalisches** Verständnis von dem, was ein „**Stoff**“ ist, integrieren, so wären die sogenannten „4 Elemente“ zu ersetzen durch:

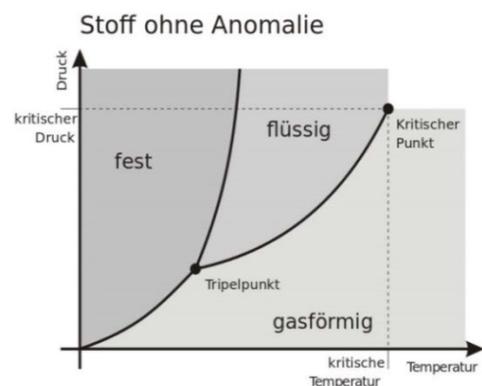
* die **3 Aggregatzustände** (fest, flüssig, gasförmig) eines Stoffes, gemessen im Koordinatenraum von

* **Temperatur und Druck**, (siehe Bild →),

also nicht durch 4 sondern durch **5 physikalische Komponenten**: Im Temperatur-Druck-Diagramm hat jeder Stoff i.w. **drei Zustände**: fest, flüssig, gasförmig. Oberhalb des sog. „**kritischen Punktes**“ kann man physikalisch nicht mehr zwischen „flüssig“ und „gasförmig“ unterscheiden.

Anm.: Bei **sehr hohen** Temperaturen treten (mit der Ionisierung) weitere Aggregatzustände der Materie auf, die man meist als „**plasmaförmig**“ bezeichnet. Sie sind technisch relevant aber für die menschliche Empfindung hier weniger von Bedeutung.

(B) Ein solcher „Einbettungsversuch“ alter Vorstellungen in heutige Physik ist aber **wenig sinnvoll** aus folgenden Gründen:



(i) Wir kennen heute **tausende** verschiedener „**Stoffe**“ und nicht nur **4**.

(ii) **Derselbe** Stoff hat (mindestens) 3 Aggregatzustände (fest, flüssig, gasförmig). Beispiel: Den Stoff **H₂O** kann man nicht mit dem alten „Wasser-Element“ (Flüssiges) gleichsetzen. Je nach Temperatur und Druck müsste man H₂O ja auch mit dem alten „Erd-Element“ (als Eis) bzw. mit dem alten „Luft-Element“ (als Wasserdampf) gleichsetzen. Analoges gilt für jeden anderen Stoff bzw. für viele Stoffgemische.

(iii) Jedem der alten „vier Elemente“ wurden aber auch noch – je nach westlicher oder östlicher Tradition variierend – andere „Eigenschaften“ zugeschrieben, die ins obige moderne, „**Stoff**“-Modell **nicht hineinpassen** (u.a.: Schwerkraft, Bewegung, Massenträgheit bei Beschleunigung, Kohäsion, Kristallbildung, Stoffwechsel u.v.a.m.; aber besonders auch *physiologisch* und *psychologisch* bedingte *menschliche Empfindungstypen*). Diese „Element-Eigenschaften“ variieren aber, wie gesagt, je nach Kultur oder Tradition.

(C) Beschränkt man sich jedoch auf das, was in **M28** steht, (*ohne* spätere Kommentare oder gar heutige esoterisch anmutende Fantasien hinzuzuziehen), so gestaltet sich die Antwort **recht klar und einfach**:

(D) Liest man die oben im **Hinweis** angegebenen weiteren Suttas sorgsam, so ergibt sich, dass **Sariputta** im hier untersuchten Sutta **M28 nichts hinzugefügt – und auch nichts weggelassen – hat**, was nicht auch schon in den anderen Suttas über kontemplative Verwendung der sog. „**4 Elemente**“ steht.

(E) Daraus folgt, dass das Sutta **M28** die Bedeutung der antiken „4 Elemente“ **für die theravāda-buddhistische Lehre und Meditation vollständig wiedergibt**. Wenn man also bestrebt ist, gemäß dem *Suttapitaka* die „vier Elemente“ als Kontemplationshilfe zu nehmen, genügt es, den Inhalt von **M28** verstanden zu haben: In M28 sind die „4 Elemente“ **nicht** (wie in der westlichen Antike) als „ultimative Substanzen“ sondern als vereinfachende 4-fache Grobeinteilung von „**Spürqualitäten**“ aufzufassen.

(F) Uns *heutigen westlichen Meditierenden*, liegt der antike und mittelalterliche Glaube an die „4 Elemente als die 4 ultimativen, das Universum konstituierenden Substanzen“ **ziemlich fern**, denn wir leben nun mal im 21. Jh. n.C. und nicht in der Vorstellungswelt des 5. bis 1. Jh. v.C. – auch nicht in der Vorstellungswelt fernöstlicher heute noch gelehrter buddhistischer Traditionen! Daher haben wir die „4 Elemente“ als rein *metaphorische Hilstermini* bei der Beschreibung der *Körperkontemplationen* im *Satipattāna* aufzufassen. **Andernfalls würden wir am Kern der Aussagen des Satipattāna und des Sutta M28 von Sariputta vorbeigehen und an veralteten Konzepten hängen bleiben, statt zu Einsichten (vipassana) zu kommen – in diametralem Gegensatz zum Sinn des Satipattāna!** – Genauso wie es jemandem spirituell wenig helfen würde, daran festzuhalten (*upādāna*), die Erde sei eine Scheibe, bloß weil er einer Religion anhängt, deren immer noch akzeptierte Grundsätze zu einer Zeit entstanden waren, als man noch glaubte, die Erde sei eine Scheibe.

(G) Weiß man aber, das Pāli-Wort *dhatu* („Element“) oder *māhabūtha* („großes Element“) im *metaphorischen* Sinne zu deuten, so wird sowohl das *Satipattāna Sutta* M10 / D22 als auch das *Mahāhatthipadopama Sutta* M28 zu einer unerschöpflichen Quelle für richtige Vipassana-Meditation – ohne dass man sklavisch irgendeiner der vielen sog. „**Techniken**“ folgen muss. Letztendlich darf man das ganze alte Konzept der „4 Elemente“ auch ganz fallen lassen, wenn es um Körperkontemplation geht. Dann hat man ein Konzept weniger. **Auf „Konzepte“ kommt es bei der Körperkontemplation gar nicht an**, sondern darauf, alles, was man am Körper empfindet, **eben nicht** mit „ich-und-mein“ zu identifizieren, also es **loszulassen**. Dann wird man eben „freier“ – und das ist der Sinn und Zweck von *Satipattāna*.

Kurzinhalt (CL) von M28: In diesem Sutta spricht nicht Buddha sondern **Sariputta**, einer der intelligentesten Schüler des Buddha. Sariputta war berühmt für eine sehr klare und pädagogisch geschickte Gliederung seiner Ausführungen. Das merkt man auch in diesem Sutta **M28**.

Den Sutta-Namen, „**Die Elefantenspur**“, erläutert Sariputta durch folgendes Gleichnis: *So wie die Fußspuren aller anderen Tiere in der großen Fußspur eines Elefanten Platz haben, so hat auch das, was er hier in M28 zur Körperkontemplation vorträgt, Platz in den „Vier Edlen Wahrheiten“* des Buddha.

1. Teil: Sariputta wiederholt zunächst kurz die begrifflichen Grundlagen, auf denen er seine Rede aufbaut: Die **4 Edlen Wahrheiten** (*sacca*), die **5 Daseinsgruppen** (*pañca-kkhandha*), an denen der unwissende Mensch anhaftet (*upādāna*), als wäre es so etwas wie seine individuelle, unvergängliche „Seele“, die **4 Großen Elemente** (*cattāro mahābhūtāni, dhātu* – Festes, Flüssiges, Luftartiges, Feuriges) und den Begriff der materiellen **Form** (*rūpa*), von der – so Sariputta – die „Elemente“ Ausprägungen seien. Sodann gibt Sariputta für jedes der „4 Elemente“ Anleitung (in stets recht ähnlich lautenden Sätzen), wie es bei der Kontemplation verwendet werden kann; aber so, dass der Bhikkhu stets zur Einsicht kommt: **'Dies ist nicht mein, dies bin nicht ich, dies ist nicht mein Selbst.'** Das heißt: Keines der 4 Elemente ist beständig oder gar eine permanente „ultimative Realität“ (wie manche späteren Interpreten sich ausdrücken) und kann daher auch von niemandem „**als Besitz**“ beansprucht werden; besonders nicht, weil ein solcher Jemand selbst nichts Beständiges

ist, sondern – so Buddha – nur eine temporäre empirische „Person“ (*nama-rūpa*), die selbst, wie auch die 4 Elemente, **bedingt entsteht und wieder vergeht** (*paticca-samuppāda*). Er schildert kurz, wie jedes der „4 großen Elemente“ trotz seiner Größe auch in der Umwelt in **Unordnung** geraten und verschwinden kann. Und er schließt: **Umso weniger darf der kontemplierende Bhikkhu es als ein Teil seines „Ich“ auffassen** (*anattā*-Lehre).

Damit integriert *Sariputta* die damalige Vorstellung von den „4 Elementen“ in großartiger Weise als **metaphorisches Hilfsmittel** in den Prozess der **distanzierenden Selbsterkenntnis**, die ein ernsthaft nach Buddha kontemplierender Mönch erreichen und womit er sich der buddhistischen **Leidbefreiung** (*nibbāna*) schon zu **Lebzeiten** nähern kann, und zwar: **ohne** spekulativ über die „4 Elemente“ als angeblich „das Sein der Welt begründende, ultimative Wesenheiten“ zu grübeln, wie das sowohl in der antiken vorsokratischen Philosophie Griechenlands als auch in der vedisch-upanishadischen Philosophie Nordindiens damals üblich war.

2. Teil: Im zweiten Teil nimmt *Sariputta* schließlich Bezug auf die **Sechs Sinnesgrundlagen** (*salāyatana*) (Sehen, Hören, Riechen, Schmecken, Tasten, Denken). Er sagt, z.B. zum Sehen: Nur wenn (i) das Auge intakt ist, (ii) ein Sehobjekt in Reichweite ist, (iii) Die Hinwendung zum Sehobjekt da ist, erst dann erscheint das **Sehbewusstsein**. Analog bei allen übrigen 5 Sinnesfähigkeiten. Damit soll gesagt werden: „Bewusstsein“ ist nie „Bewusstsein an sich“ / „reines Bewusstsein“ sondern erscheint immer **nur in Abhängigkeit** von drei Faktoren (i), (ii), (iii) – und vergeht wieder, wenn einer der drei Faktoren fehlt. **Bewusstsein** (*viññāna*) ist sonach **ein bedingt entstehendes und vergehendes Phänomen und hat nichts mit einem ominösen „permanenten Ich“ zu tun**.

Nach Darlegung der sechs Sinnesprozesse zum Entstehen (Nicht-Entstehen) kommt **jedes Mal der ganz gleichlautende REFRAIN -5** über die „Form“ (*rūpa*), an der der normale Mensch anhaftet, als sei es ein „Backstein“: Darin wird deutlich, dass *Sariputta* „Form“ nicht nur als *das rūpa-kkhandha* der „Körperlichkeit“ – altertümlich gesprochen: der „4 Elemente“ – sondern jede Ausprägung **aller 5 Daseinsgruppen** als „Form“ auffasst. Im Fall der 6-ten Sinnesfähigkeit (Denkvermögen ~ *mano*) wird's besonders interessant und anspruchsvoll: Hier ergibt sich eine subtile **Selbstbezüglichkeit**, die (grob gesagt) bedeutet, dass man seinen „Geist“ mit Hilfe von weiser / achtsamer Zuhilfenahme des „eigenen Geistes“ beherrschen / beruhigen kann.

Anm.CL: Die **Achtsamkeit** (*sati*) ist dazu der Schlüssel.

Mahāhatthipadopama Sutta, M28

Die längere Lehrrede des Gleichnisses von der **Elefantenspur**

1. So habe ich gehört¹. Einmal hielt sich der Erhabene bei *Sāvathī* im *Jeta* Hain, dem Park des *Anāthapiṇḍika* auf². Dort richtete sich der

¹ Diese Floskel soll besagen, dass der Berichtende den Sutta-Inhalt von seinem Lehrer (einem *Thera* – und somit letztendlich von Buddha selbst, 5.-4-Jh.v.C.) – **mündlich** empfangen habe – und auswendig gelernt hat. Damals (zu Buddhas Zeit und noch lange danach) **gab es keine schriftlichen Aufzeichnungen**, weder im Brahmanismus noch im Buddhismus. Solche entstanden erst ab dem 1. Jh. vor unserer Zeitrechnung.

² CL: *Sāvathī* war die Hauptstadt des Königreichs *Kosala* (nordwestliche Gangesebene), mit dessen König *Pasenadi* der Buddha befreundet war. (Die Stadt existiert heute noch.) Dort hatte der reiche Kaufmann *Anāthapiṇḍika* vom Prinzen *Jeta* für teures Geld einen Hain (*vana*) gekauft und ihn dem *Sangha* des Buddha als Aufenthaltsort während der Regenzeiten zur Verfügung gestellt. Auch dieser Hain ist heute noch sichtbar und enthält viele Backstein-Ruinen aus der Nach-Buddha-Zeit.

ehrwürdige³ **Sāriputta** folgendermaßen an die Bhikkhus⁴: "Freunde, ihr Bhikkhus." – "Freund", erwiderten sie. Der ehrwürdige Sāriputta sagte dieses:

CL: **Teil 1:** *Sariputta* gibt zunächst die (den Mönchen wohlbekannten) Kurzdefinitionen der **4 Edlen Wahrheiten** (*sacca*), der **5 Daseinsgruppen** (*khandha*), der **4 großen Elemente** (*mahā-bhūta*) und der materiellen **Form** (*rūpa*), von der diese abstammen, und erläutert den Sutta-Titel.

CL: Das Gleichnis der Elefantenspur

2. "Freunde, so wie die Fußspur jedes Lebewesens, das sich gehend fortbewegt, in der **Fußspur eines Elefanten** Platz findet, und die Spur des Elefanten daher aufgrund ihrer großen Abmessungen als höchste unter ihnen bezeichnet wird; genauso können alle heilsamen Zustände in die **Vier Edlen Wahrheiten** einbezogen werden⁵. In welche vier? In die edle *Wahrheit von **Dukkha***⁶, in die edle *Wahrheit vom **Ursprung des Dukkha***, in die edle *Wahrheit vom **Aufhören des Dukkha***, und in die edle *Wahrheit vom **Weg***, der zum *Aufhören von Dukkha* führt⁷."

CL: *dukkha*

3. "Und was ist die Edle Wahrheit von **Dukkha**? Geburt ist Dukkha; Altern ist Dukkha; Tod ist Dukkha; Kummer, Klagen, Schmerz, Trauer und Verzweiflung sind Dukkha; nicht bekommen, was man sich wünscht, ist Dukkha; kurz, die fünf Daseinsgruppen, an denen angehaftet wird, **sind Dukkha**."

³ CL: „ehrwürdig“ (engl. „venerable“, p.m. *bhante*, p.f. *ayya*) ist ein Anredetitel, der im Theravāda-Buddhismus auch heute noch den Mönchen und Nonnen des buddhistischen *Sangha* (Mönchsgemeinschaft) zu Teil wird.

⁴ CL: Als *Bhikkhu* wird ein **ordinierter** Mönch des buddhistischen *Sangha* (= Mönchsgemeinschaft des Buddha) bezeichnet.

⁵ CL: Das also ist Sariputtas Gleichnis der „**Elefantenspur**“, welches die „4 Elemente“ in der Kontemplation als **helfende Metaphern** zu benutzen gestattet.

⁶ CL: Das Pāli-Wort „**Dukkha**“ wird meist mit „Leid“ / „Übel“ / „Unzulänglichkeit“ übersetzt, es sollte aber unübersetzt bleiben, da diese Übersetzungen alle unbefriedigend sind, denn (vereinfacht gesagt) sind alle 5 Daseinsgruppen „**dukkha**“.

⁷ CL: Das ist der *atthangika magga* = der „**Achtfache Pfad**“ (Praktische Konsequenz der „4-ten Edlen Wahrheit“).

CL: *pañca-kkhandha*

4. "Und was sind die **fünf Daseinsgruppen** (*pañca-kkhandha*), an denen angehaftet wird⁸? Sie sind die Daseinsgruppe der **Form** (*rūpa-kkhandha*), an der angehaftet wird, die Daseinsgruppe des **Gefühls** (*vedanā-kkhandha*), an der angehaftet wird, die Daseinsgruppe der **Wahrnehmung** (*saññā-kkhandha*), an der angehaftet wird, die Daseinsgruppe der **Gestaltungen** (*sankhāra-kkhandha*)⁹, an der angehaftet wird, und die Daseinsgruppe des **Bewusstseins** (*viññāna-kkhandha*), an der angehaftet wird¹⁰."

5. "Und was ist die Daseinsgruppe der **Form** (*rūpa*), an der angehaftet wird? Es sind die **vier großen Elemente**¹¹ und die **Form**¹², die von den vier großen Elementen abstammt. Und was sind die vier großen Elemente? Sie sind das **Erdelement** (~ Festes), das **Wasserelement** (~ Flüssig-Bewegliches), das **Feuerelement** (~ Temperatur, warm/kalt) und das **Windelement** (~ Luftig-Bewegliches)."

(Das Erdelement)

6. "Was, Freunde, ist das **Erdelement** (*pathavī-dhātu*)? Das Erdelement kann entweder *innerlich* oder *äußerlich* sein.

⁸ CL: Die 5 Daseinsgruppen (*khandha*) heißen auch die „5 **Anhaftungsgruppen**“, weil der normale, unbefreite Mensch in ihnen sein „Ich“ (seine „Seele“) sieht und deshalb an ihnen, wie in einem Gefängnis, **anhaftet**.

⁹ CL: „**Gestaltungen**“ (*sankhāra*) → das sind die **Begriffsbildungen / Konzepte**, an denen der Mensch fest hält, sobald er etwas „Wesentliches“ erkannt zu haben glaubt. „Gestaltungen“ sind also – nach Buddha – irreführend, wenn man an ihnen **festhält** und die pausenlose **Dynamik des Werdens** (*aniccā, bhava*) vergisst.

¹⁰ CL: Die ständige Wiederholung „... an denen angehaftet wird“ betont die bei Menschen **tief und seit Jahrtausenden eingebrannte Vorstellung**, die Daseinsgruppen seien etwas Unüberwindliches, Fundamentales, von dem man sich unmöglich befreien könne.

¹¹ CL: Das Wort „**Element**“ (*dhatu*) ist hier **nicht** im modernen Sinne der **heute** bekannten **118 chemisch-physikalischen Elemente** aufzufassen, sondern nur als eine Art fundamental-intuitiv-menschlicher „Empfindungseinheit“. Dass es in diesen Sinne nur **4** – und nicht in Wirklichkeit viel mehr – geben soll, ist eine **abstrahierende Vereinfachung**, die von der **historisch** bedingten Zahl „**vier**“ (manchmal auch „fünf“) der alten „Elemente“ herührt. Ob eine solche abstrakte Vereinfachung für die **heutige** meditative Körperbetrachtung sinnvoll und förderlich sei, bleibt m.E. ein **fruchtloser Diskussionsgegenstand**, der am Sinn und Zweck der kontemplativen Körperbetrachtung **ziemlich vorbeigt**.

¹² CL: Hier wird klar, was Sariputta mit „**Form**“ (*rūpa*) meint: „Form“ bezieht sich nicht nur auf Sichtbares oder auf „Gestalt“, sondern allgemein auf „**Spürbares**“, also auf alles, was der gesunde Mensch mit den **6(!) Sinnesfähigkeiten** (*salāyatana* – 1. Sehvermögen, 2. Tastvermögen, 3. Hörvermögen, 4. Riechvermögen, 5. Schmeckvermögen und(!) 6. Denkvermögen („Vermögen“: etwa auch im Sinne von **Immanuel Kant**, 1724-1804) – mit Hilfe des entsprechenden **Sinnesbewusstseins** (*āyatana-viññāna*) wahrnehmen kann.

CL: Inneres Erdelement

Was ist das innere Erdelement? Was immer an inneren, zu einem selbst gehörenden Dingen, fest, verfestigt und Objekt der Anhaftung ist, also Kopfhaar, Körperhaar, Nägel, Zähne, Haut, Muskelfleisch, Sehnen, Knochen, Knochenmark, Nieren, Herz, Leber, Zwerchfell, Milz, Lunge, Dickdarm, Dünndarm, Mageninhalt, Kot oder was sonst noch an inneren, zu einem selbst gehörenden Dingen, fest, verfestigt und Objekt der Anhaftung ist: dies nennt man das innere Erdelement. Sowohl das innere Erdelement, als auch das äußere Erdelement sind einfach nur Erdelement. Und das sollte mit angemessener Weisheit der Wirklichkeit entsprechend gesehen werden:

'Dies ist nicht mein, dies bin nicht ich, dies ist nicht mein Selbst.'¹³

Wenn man es mit angemessener Weisheit so der Wirklichkeit entsprechend sieht, wird man gegenüber dem Erdelement ernüchtert und macht den Geist begierdelos in Bezug auf das Erdelement."

CL: Äußeres Erdelement

7. "Nun kommt einmal die Zeit, in der das **äußere Erdelement in Unordnung** gerät, und dann verschwindet das äußere Erdelement. Wenn sogar dieses äußere Erdelement, groß wie es auch ist, als **vergänglich** gesehen wird, als der Vernichtung, dem Verschwinden und der Veränderung unterworfen, um wieviel mehr dann dieser Körper, an dem durch Begehren angehaftet wird, und der nur kurze Zeit überdauert? **Jenes kann nicht als 'Ich' oder 'Mein' oder 'Ich bin'**¹⁴ **betrachtet werden.**"¹⁵

CL: Wie verwendet ein Bhikkhu das Erdelement als Kontemplationshilfe?

¹³ CL: Diesen – nach Buddha fundamentalen – Schluss hat der/die Kontemplierende nicht nur beim Erdelement sondern bei **jedem der „4 Elemente“** zu ziehen. Diese Formel kommt in unzähligen Suttas vor und symbolisiert Buddhas berühmte **Anattā-Lehre** („Nicht-Ich-Lehre“), mit der er sich von der upanishadisch-hinduistischen „Seelen“-Metaphysik unterscheidet.

¹⁴ KZ: Die Manifestation der drei Besessenheiten: "Ich", die Ich-Ansicht; "Mein", das Begehren; "Ich bin", der Ich-Dünkel.

¹⁵ CL: Hier bringt *Sariputta* klar zum Ausdruck, wie das „Erdelement“ – und analog später auch die drei anderen „Elemente“ – für den Kontemplierenden als **Metapher** und **Analogie** zu nehmen ist: „**Wenn schon das äußere Erdelement unbeständig ist, um wieviel mehr das innere!**“

8. **REFRAIN-1**¹⁶ (Vergänglichkeit) "Wenn nun also andere einen Bhikkhu (der das so der Wirklichkeit entsprechend sieht) beleidigen, verunglimpfen, schelten und belästigen, versteht er folgendermaßen: 'Dieses schmerzhaftes Gefühl, das aus Hörkontakt geboren ist, ist in mir entstanden. Jenes ist *bedingt*, nicht unbedingt. Wodurch bedingt? Bedingt durch Kontakt (*phassa*).' Dann sieht er, dass Kontakt **vergänglich** ist, dass Gefühl (*vedanā*) vergänglich ist, dass Wahrnehmung (*sañña*) vergänglich ist, dass Gestaltungen (*sankhāra*) vergänglich sind, und dass Bewusstsein (*viññāna*) vergänglich ist. Und sein **Geist, der in diesem Element eine Stütze**¹⁷ **findet**, dringt vorwärts und erwirbt Zuversicht, Beständigkeit und Entschlossenheit." **REFRAIN-1 ENDE**

9. **REFRAIN-2** (Gleichnis Säge)¹⁸ "Wenn nun andere jenen Bhikkhu auf eine Weise angreifen, die unerwünscht, nicht begehrt und unangenehm ist, wobei er mit Fäusten, Erdklumpen, Stöcken oder Messern in Kontakt kommt, versteht er folgendermaßen: 'Dieser Körper ist von solcher Natur, dass Kontakt mit Fäusten, Erdklumpen, Stöcken oder Messern auf ihn zukommt. Aber dies wurde vom Erhabenen in seinem Ratschlag vom **Gleichnis von der Säge**¹⁹ gesagt: >Ihr Bhikkhus, sogar wenn Banditen euch barbarisch Glied für Glied mit einer Doppelsäge in Stücke teilen würden, würde derjenige, der einen verdorbenen Geist ihnen gegenüber entstehen ließe, meine Lehre nicht befolgen.< Also soll unerschöpfliche Energie²⁰ in mir hervorgebracht werden, und ununterbrochene Achtsamkeit soll gegenwärtig sein, mein Körper soll still und unbeschwert sein, mein Geist soll konzentriert und **einspitzig**²¹ sein. Und nun mag Kontakt mit Fäusten, Erdklumpen, Stöcken oder Messern auf diesen Körper zukommen; denn dies ist einfach nur das Befolgen der Lehre des Buddha.' " **REFRAIN-2 ENDE**

¹⁶ CL: Den **REFRAIN-1** (Vergänglichkeit) habe ich in den Wiederholungen kleiner gedruckt. Er tritt 4x auf.

¹⁷ CL: Eine „Stütze“, d.h. in Form einer Hilfsmetapher, die „Element“ genannt wird!

¹⁸ CL: Den **REFRAIN-2** (Gleichnis „Säge“) habe ich in den Wiederholungen kleiner gedruckt. Er tritt 4x auf.

¹⁹ CL: „**Gleichnis von der Säge**“ – das ist das Sutta **M21** (im *Majjhimanikāya*).

²⁰ CL: Mit „**Energie**“ ist hier *virīya* / *padhāna* (Willenskraft / Anstrengung) gemeint.

²¹ CL: „**einspitzig**“ ~ nur auf **ein einziges** Meditationsobjekt gerichtet. (Anm. CL: Eine Steigerung im ZEN ist „0-spitzig“ ~ auf **überhaupt kein** „Meditationsobjekt“ mehr gerichtet. D.h.: man verweilt **wach** ganz im jetzigen Moment und nimmt **„die ganze Wirklichkeit**, so wie sie ist“, wahr, ohne irgendwelchen *sankhāras* (Denkprozessen, Begriffen) nachzuhängen: Die separierende „Ich“-Vorstellung („Ich“ ~ der Hort aller Konzepte, Begriffsbildungen, Abstraktionen) ist dann **ganz** verschwunden: „Innen“ und „Außen“ werden nicht mehr unterschieden. „Man“ muss sich mit **nichts mehr identifizieren** und nimmt doch alles (innen und außen) **sehr klar wahr**. – Wie **spürt** man diesen ich-losen Wachzustand am eigenen Geist-Körper-System (*nāma-rūpa*)? – Durch (anfänglich) *pīti* und schließlich (körperliches) *sukha* (Wohlbefinden) und (geistiges) *upekkha* (Gelassenheit, Gleichmut). ES IST MÖGLICH, das zu spüren! Es ist keine Theorie!

10. REFRAIN-3²² (Dringlichkeit des Gleichmuts) "Wenn sich jener Bhikkhu so auf *Buddha*, *Dhamma* und *Sangha* besinnt, falls dann **Gleichmut** (*upekkha*), der durch das Heilsame unterstützt wird, in ihm noch **nicht** verankert wird, dann erweckt er folgendermaßen ein Gefühl der **Dringlichkeit**²³: 'Es ist ein Verlust für mich, es ist kein Gewinn für mich, es ist schlecht für mich, es ist nicht gut für mich, dass, wenn ich mich so auf Buddha, Dhamma und Sangha besinne, Gleichmut, der durch das Heilsame unterstützt wird, in mir nicht verankert wird.' Gerade so wie eine Schwiegertochter, wenn sie ihren Schwiegervater sieht, ein Gefühl der **Dringlichkeit** (ihn zufriedenzustellen) erweckt, genauso erweckt jener Bhikkhu, wenn er sich so auf Buddha, Dhamma und Sangha besinnt, falls dann Gleichmut, der durch das Heilsame unterstützt wird, in ihm nicht verankert wird, folgendermaßen ein Gefühl der Dringlichkeit: 'Es ist ein Verlust für mich, es ist kein Gewinn für mich, es ist schlecht für mich, es ist nicht gut für mich, dass, wenn ich mich so auf Buddha, Dhamma und Sangha besinne, **Gleichmut**, der durch das Heilsame unterstützt wird, in mir nicht verankert wird.' Aber falls, wenn er sich so auf Buddha, Dhamma und Sangha besinnt, Gleichmut, der durch das Heilsame unterstützt wird, in ihm verankert wird, dann ist er damit zufrieden²⁴. Und an jenem Punkt, Freunde, ist von jenem Bhikkhu viel erreicht worden." **REFRAIN-3 ENDE**

(Das Wasserelement)

11. "Freunde, was ist das **Wasserelement** (*âpo-dhātu*)? Das Wasserelement kann entweder *innerlich* oder *äußerlich* sein.

CL: Inneres Wasserelement

Was ist das innere Wasserelement? Was immer an inneren, zu einem selbst gehörenden Dingen, Wasser, wässrig und Objekt der Anhaftung ist, also Galle, Schleim, Eiter, Blut, Schweiß, Fett, Tränen, Talg, Speichel, Rotz, Gelenkschmiere, Urin oder was sonst noch an inneren, zu

²² Den **REFRAIN-3 (Dringlichkeit des Gleichmuts)** – etwas verschachtelter Text – habe ich in den Wiederholungen kleiner gedruckt, denn er tritt 4x auf.

²³ CL: „Dringlichkeit“: Wenn **Gleichmut** im Bhikkhu noch **nicht** wirklich entfaltet ist, soll er wenigstens (verstandesmäßig) einsehen, dass Gleichmut für seine Weiterentwicklung (*bhavana*) sehr **dringlich** sei, und er dazu die entsprechende **Willenskraft** (*viriya / padhāna / vāyāma*) aufzubringen hat. Dieser **REFRAIN** dient also als eine rein verstandesmäßige **Krücke** für den Bhikkhu. Man sieht: Sariputta scheut sich nicht, hier **mit allen zur Verfügung stehenden Hilfsmitteln** des *Mind* zu arbeiten. Mit „Einsicht“ (*vipassana*) hat das natürlich noch nichts zu tun, sondern nur mit **Anstrengung** (*padhāna*).

²⁴ KZ: Dieser Gleichmut ist nicht der perfekte Gleichmut des *Arahants*, – schließlich richtet sich diese Lehre an Bhikkhus, die noch ein Stück des Weges vor sich haben. Allerdings kommt Gleichmut auf dieser Entwicklungsstufe dem perfekten Gleichmut sehr nahe.

einem selbst gehörenden Dingen, Wasser, wässrig und Objekt der Anhaftung ist: dies nennt man das innere Wasserelement. Sowohl das innere Wasserelement, als auch das äußere Wasserelement sind einfach nur Wasserelement. Und das sollte mit angemessener Weisheit der Wirklichkeit entsprechend gesehen werden:

'Dies ist nicht mein, dies bin nicht ich, dies ist nicht mein Selbst.'

Wenn man es mit angemessener Weisheit so der Wirklichkeit entsprechend sieht, wird man gegenüber dem Wasserelement ernüchtert und macht den Geist begierdelos in Bezug auf das Wasserelement."

CL: Äußeres Wasserelement

12. "Nun kommt einmal die Zeit, in der das **äußere Wasserelement** in **Unordnung** gerät. Es schwemmt Dörfer, Marktstädte, Großstädte, Bezirke und Länder hinweg. Es kommt die Zeit, in der das Wasser im großen Ozean hundert Meilen weit zurückweicht, zweihundert Meilen, dreihundert Meilen, vierhundert Meilen, fünfhundert Meilen, sechshundert Meilen, siebenhundert Meilen. Es kommt die Zeit wenn das Wasser im großen Ozean sieben *Palmen*²⁵ tief steht, sechs Palmen tief, fünf Palmen tief, vier Palmen tief, drei Palmen tief, zwei Palmen tief, nur eine Palme tief. Es kommt die Zeit, in der das Wasser im großen Ozean sieben *Faden* tief steht, sechs Faden tief, fünf Faden tief, vier Faden tief, drei Faden tief, zwei Faden tief, nur einen Faden tief. Es kommt die Zeit, in der das Wasser im großen Ozean einen halben Faden tief steht, nur hüfttief, nur knietief, nur bis zum Knöchel. Es kommt die Zeit, in der das Wasser im großen Ozean nicht ausreicht, auch nur ein Fingerglied zu benetzen. Wenn sogar dieses äußere Wasserelement, groß wie es auch ist, als vergänglich gesehen wird, als der Vernichtung, dem Verschwinden und der Veränderung unterworfen, um wieviel mehr dann dieser Körper, an dem durch Begehren angehaftet wird, und der nur kurze Zeit überdauert? **Jenes kann nicht als 'Ich' oder 'Mein' oder 'Ich bin' betrachtet werden.**"

CL: Wie verwendet ein Bhikkhu das Wasserelement als Kontemplationshilfe?

13. **REFRAIN-1 (Vergänglichkeit)** "Wenn nun also andere einen Bhikkhu (der das so der Wirklichkeit entsprechend sieht) beleidigen, verunglimpfen, schelten

²⁵ CL: „1 Palme“, „1 Faden“: zwei damalige Längenmaße.

und belästigen, versteht er folgendermaßen: 'Dieses schmerzhaftes Gefühl, das aus Hörkontakt geboren ist, ist in mir entstanden. Jenes ist bedingt, nicht unbedingt. Wodurch bedingt? Bedingt durch Kontakt (*phassa*).' Dann sieht er, dass Kontakt **vergänglich** ist, dass Gefühl vergänglich ist, dass Wahrnehmung vergänglich ist, dass Gestaltungen vergänglich sind, und dass Bewusstsein vergänglich ist. Und sein Geist, der in diesem Element eine Stütze findet, dringt vorwärts und erwirbt Zuversicht, Beständigkeit und Entschlossenheit." **REFRAIN-1 ENDE**

14. **REFRAIN-2 (Gleichnis „Säge“)** "Wenn nun andere jenen Bhikkhu auf eine Weise angreifen, die unerwünscht, nicht begehrt und unangenehm ist, wobei er mit Fäusten, Erdklumpen, Stöcken oder Messern in Kontakt kommt, versteht er folgendermaßen: 'Dieser Körper ist von solcher Natur, dass Kontakt (*phassa*) mit Fäusten, Erdklumpen, Stöcken oder Messern auf ihn zukommt. Aber dies wurde vom Erhabenen in seinem Ratschlag vom **Gleichnis von der Säge** gesagt: *>Ihr Bhikkhus, sogar wenn Banditen euch barbarisch Glied für Glied mit einer Doppelgriffsäge in Stücke teilen würden, würde derjenige, der einen verdorbenen Geist ihnen gegenüber entstehen ließe, meine Lehre nicht ausführen.<* Also soll unerschöpfliche Energie (*virya*) in mir hervorgebracht werden, und ununterbrochene Achtsamkeit soll gegenwärtig sein, mein Körper soll still und unbeschwert sein, mein Geist soll konzentriert und einspitzig sein. Und nun mag Kontakt mit Fäusten, Erdklumpen, Stöcken oder Messern auf diesen Körper zukommen; denn dies ist einfach nur das Befolgen der Lehre des Buddha.'" **REFRAIN-2 ENDE**

15. **REFRAIN-3 (Dringlichkeit des Gleichmuts)** "Wenn sich jener Bhikkhu so auf Buddha, Dhamma und Sangha besinnt, falls dann **Gleichmut**, der durch das Heilsame unterstützt wird, in ihm **nicht** verankert wird, dann erweckt er folgendermaßen ein Gefühl der **Dringlichkeit**: 'Es ist ein Verlust für mich, es ist kein Gewinn für mich, es ist schlecht für mich, es ist nicht gut für mich, dass, wenn ich mich so auf Buddha, Dhamma und Sangha besinne, Gleichmut, der durch das Heilsame unterstützt wird, in mir nicht verankert wird.' Gerade so wie eine Schwiegertochter, wenn sie ihren Schwiegervater sieht, ein Gefühl der Dringlichkeit (ihn zufriedenzustellen) erweckt, genauso erweckt jener Bhikkhu, wenn er sich so auf Buddha, Dhamma und Sangha besinnt, falls dann Gleichmut, der durch das Heilsame unterstützt wird, in ihm nicht verankert wird, folgendermaßen ein Gefühl der Dringlichkeit: 'Es ist ein Verlust für mich, es ist kein Gewinn für mich, es ist schlecht für mich, es ist nicht gut für mich, dass, wenn ich mich so auf Buddha, Dhamma und Sangha besinne, Gleichmut, der durch das Heilsame unterstützt wird, in mir nicht verankert wird.' Aber falls, wenn er sich so auf Buddha, Dhamma und Sangha besinnt, Gleichmut, der durch das Heilsame unterstützt wird, in ihm verankert wird, dann ist er damit zufried-

den. Auch an jenem Punkt, Freunde, ist von jenem Bhikkhu viel erreicht worden." **REFRAIN-3 ENDE**

(Das Feuerelement)

16. "Freunde, was ist das **Feuerelement** (*tejo-dhātu*)? Das Feuerelement kann entweder *innerlich* oder *äußerlich* sein.

CL: Inneres Feuerelement

Was ist das innere Feuerelement? Was immer an inneren, zu einem selbst gehörenden Dingen, Feuer, feurig und Objekt der Anhaftung ist, also das, wodurch man gewärmt wird, altert und verzehrt wird, und das, wodurch das, was gegessen, getrunken, verzehrt und geschmeckt worden ist, vollständig verdaut wird, oder was sonst noch an inneren, zu einem selbst gehörenden Dingen, Feuer, feurig und Objekt der Anhaftung ist: dies nennt man das innere Feuerelement. Sowohl das innere Feuerelement, als auch das äußere Feuerelement sind einfach nur Feuerelement. Und das sollte mit angemessener Weisheit der Wirklichkeit entsprechend gesehen werden:

'Dies ist nicht mein, dies bin nicht ich, dies ist nicht mein Selbst.'

Wenn man es mit angemessener Weisheit so der Wirklichkeit entsprechend sieht, wird man gegenüber dem Feuerelement ernüchtert und macht den Geist begierdelos in Bezug auf das Feuerelement."

CL: Äußeres Feuerelement

17. "Nun kommt einmal die Zeit, in der das **äußere Feuerelement** in **Unordnung** gerät. Es verbrennt Dörfer, Marktstädte, Großstädte, Bezirke und Länder. Es geht nur aufgrund von Brennstoffmangel aus, wenn es auf grünes Gras trifft, oder auf eine Straße oder auf einen Felsen oder auf Wasser oder auf eine freie, offene Fläche. Es kommt die Zeit, in der sie versuchen, selbst mit Hühnerfedern und Rindenspänen Feuer zu machen. Wenn sogar dieses äußere Feuerelement, groß wie es auch ist, als vergänglich gesehen wird, als der Vernichtung, dem Verschwinden und der Veränderung unterworfen, um wieviel mehr dann dieser Körper, an dem durch Begehren angehaftet wird, und der nur kurze Zeit überdauert? **Jenes kann nicht als 'Ich' oder 'Mein' oder 'Ich bin' betrachtet werden.**"

CL: Wie verwendet ein Bhikkhu das Feuerelement als Kontemplationshilfe?

18. **REFRAIN-1 (Vergänglichkeit)** "Wenn nun also andere einen Bhikkhu (der das so der Wirklichkeit entsprechend sieht) beleidigen, verunglimpfen, schelten und belästigen, versteht er folgendermaßen: 'Dieses schmerzhaftes Gefühl, das aus Hörkontakt geboren ist, ist in mir entstanden. Jenes ist bedingt, nicht unbedingt. Wodurch bedingt? Bedingt durch Kontakt.' (*phassa*) Dann sieht er, dass Kontakt **vergänglich** ist, dass Gefühl vergänglich ist, dass Wahrnehmung vergänglich ist, dass Gestaltungen vergänglich sind, und dass Bewusstsein vergänglich ist. Und sein Geist, der in diesem Element eine Stütze findet, dringt vorwärts und erwirbt Zuversicht, Beständigkeit und Entschlossenheit." **REFRAIN-1 ENDE**

19. **REFRAIN-2 (Gleichnis „Säge“)** "Wenn nun andere jenen Bhikkhu auf eine Weise angreifen, die unerwünscht, nicht begehrt und unangenehm ist, wobei er mit Fäusten, Erdklumpen, Stöcken oder Messern in Kontakt (*phassa*) kommt, versteht er folgendermaßen: 'Dieser Körper ist von solcher Natur, dass Kontakt mit Fäusten, Erdklumpen, Stöcken oder Messern auf ihn zukommt. Aber dies wurde vom Erhabenen in seinem Ratschlag vom **Gleichnis von der Säge** gesagt: *>Ihr Bhikkhus, sogar wenn Banditen euch barbarisch Glied für Glied mit einer Doppelgriffsäge in Stücke teilen würden, würde derjenige, der einen verdorbenen Geist ihnen gegenüber entstehen ließe, meine Lehre nicht ausführen.<* Also soll unerschöpfliche Energie (*virya*) in mir hervorgebracht werden, und ununterbrochene Achtsamkeit soll gegenwärtig sein, mein Körper soll still und unbeschwert sein, mein Geist soll konzentriert und einspitzig sein. Und nun mag Kontakt mit Fäusten, Erdklumpen, Stöcken oder Messern auf diesen Körper zukommen; denn dies ist einfach nur das Befolgen der Lehre des Buddha.'" **REFRAIN-2 ENDE**

20. **REFRAIN-3 (Dringlichkeit des Gleichmuts)** "Wenn sich jener Bhikkhu so auf Buddha, Dhamma und Sangha besinnt, falls dann **Gleichmut**, der durch das Heilsame unterstützt wird, in ihm **nicht** verankert wird, dann erweckt er folgendermaßen ein Gefühl der **Dringlichkeit**: 'Es ist ein Verlust für mich, es ist kein Gewinn für mich, es ist schlecht für mich, es ist nicht gut für mich, dass, wenn ich mich so auf Buddha, Dhamma und Sangha besinne, Gleichmut, der durch das Heilsame unterstützt wird, in mir nicht verankert wird.' Gerade so wie eine Schwiegertochter, wenn sie ihren Schwiegervater sieht, ein Gefühl der Dringlichkeit (ihn zufriedenzustellen) erweckt, genauso erweckt jener Bhikkhu, wenn er sich so auf Buddha, Dhamma und Sangha besinnt, falls dann Gleichmut, der durch das Heilsame unterstützt wird, in ihm nicht verankert wird, folgendermaßen ein Gefühl der Dringlichkeit: 'Es ist ein Verlust für mich, es ist kein Gewinn für mich, es ist schlecht für mich, es ist nicht gut für mich, dass, wenn ich mich so auf Buddha, Dhamma und Sangha besinne, Gleichmut, der durch das

Heilsame unterstützt wird, in mir nicht verankert wird.' Aber falls, wenn er sich so auf Buddha, Dhamma und Sangha besinnt, Gleichmut, der durch das Heilsame unterstützt wird, in ihm verankert wird, dann ist er damit zufrieden. Auch an jenem Punkt, Freunde, ist von jenem Bhikkhu viel erreicht worden."

REFRAIN-3 ENDE

(Das Windelement)

21. "Freunde, was ist das **Windelement** (*vāyo-dhātu*)? Das Windelement kann entweder *innerlich* oder *äußerlich* sein.

CL: Inneres Windelement

Was ist das innere Windelement? Was immer an inneren, zu einem selbst gehörenden Dingen, Wind, windartig und Objekt der Anhaftung ist, also aufsteigende Winde, absteigende Winde, Winde im Bauch, Winde in den Därmen, Winde, die durch die Glieder verlaufen, Einatmung und Ausatmung, oder was sonst noch an inneren, zu einem selbst gehörenden Dingen, Wind, windartig und Objekt der Anhaftung ist: dies nennt man das innere Windelement. Sowohl das innere Windelement, als auch das äußere Windelement sind einfach nur Windelement. Und das sollte mit angemessener Weisheit der Wirklichkeit entsprechend gesehen werden:

'Dies ist nicht mein, dies bin nicht ich, dies ist nicht mein Selbst.'

Wenn man es mit angemessener Weisheit so der Wirklichkeit entsprechend sieht, wird man gegenüber dem Windelement ernüchtert und macht den Geist begierdelos in Bezug auf das Windelement."

CL: Äußeres Windelement

22. "Nun kommt einmal die Zeit, in der das **äußere Windelement** in **Unordnung** gerät. Es fegt Dörfer, Marktstädte, Großstädte, Bezirke und Länder hinweg. Es kommt die Zeit im letzten Monat der heißen Jahreszeit, in der sie versuchen, Wind mittels eines Fächers oder Blasebalgs zu erzeugen, und sich sogar die Strohfasern am Tropfsaum des Strohdachs nicht bewegen. Wenn sogar dieses äußere Windelement, groß wie es auch ist, als **vergänglich** gesehen wird, als der Vernichtung, dem Verschwinden und der Veränderung unterworfen, um wieviel mehr dann dieser Körper, an dem durch Begehren angehaftet wird, und der nur kurze Zeit überdauert? **Jenes kann nicht als 'Ich' oder 'Mein' oder 'Ich bin' betrachtet werden.**"

CL: Wie verwendet ein Bhikkhu das Windelement als Kontemplationshilfe?

23. **REFRAIN-1 (Vergänglichkeit)** "Wenn nun also andere einen Bhikkhu (der das so der Wirklichkeit entsprechend sieht) beleidigen, verunglimpfen, schelten und belästigen, versteht er folgendermaßen: 'Dieses schmerzhaftes Gefühl, das aus Hörkontakt geboren ist, ist in mir entstanden. Jenes ist bedingt, nicht unbedingt. Wodurch bedingt? Bedingt durch Kontakt.' Dann sieht er, dass Kontakt **vergänglich** ist, dass Gefühl vergänglich ist, dass Wahrnehmung vergänglich ist, dass Gestaltungen vergänglich sind, und dass Bewusstsein vergänglich ist. Und sein Geist, der in diesem Element eine Stütze findet, dringt vorwärts und erwirbt Zuversicht, Beständigkeit und Entschlossenheit." **REFRAIN-1 ENDE**

24. **REFRAIN-2 (Gleichnis „Säge“)** "Wenn nun andere jenen Bhikkhu auf eine Weise angreifen, die unerwünscht, nicht begehrt und unangenehm ist, wobei er mit Fäusten, Erdklumpen, Stöcken oder Messern in Kontakt kommt, versteht er folgendermaßen: 'Dieser Körper ist von solcher Natur, dass Kontakt mit Fäusten, Erdklumpen, Stöcken oder Messern auf ihn zukommt. Aber dies wurde vom Erhabenen in seinem Ratschlag vom **Gleichnis von der Säge** gesagt: *>Ihr Bhikkhus, sogar wenn Banditen euch bararisch Glied für Glied mit einer Doppelgriffsäge in Stücke teilen würden, würde derjenige, der einen verdorbenen Geist ihnen gegenüber entstehen ließe, meine Lehre nicht ausführen.<* Also soll unerschöpfliche Energie (*virya*) in mir hervorgebracht werden, und ununterbrochene Achtsamkeit soll gegenwärtig sein, mein Körper soll still und unbeschwert sein, mein Geist soll konzentriert und einspitzig sein. Und nun mag Kontakt mit Fäusten, Erdklumpen, Stöcken oder Messern auf diesen Körper zukommen; denn dies ist einfach nur das Befolgen der Lehre des Buddha.'" **REFRAIN-2 ENDE**

25. **REFRAIN-3 (Dringlichkeit des Gleichmuts)** "Wenn sich jener Bhikkhu so auf Buddha, Dhamma und Sangha besinnt, falls dann **Gleichmut**, der durch das Heilsame unterstützt wird, in ihm **nicht** verankert wird, dann erweckt er folgendermaßen ein Gefühl der **Dringlichkeit**: 'Es ist ein Verlust für mich, es ist kein Gewinn für mich, es ist schlecht für mich, es ist nicht gut für mich, dass, wenn ich mich so auf Buddha, Dhamma und Sangha besinne, Gleichmut, der durch das Heilsame unterstützt wird, in mir nicht verankert wird.' Gerade so wie eine Schwiegertochter, wenn sie ihren Schwiegervater sieht, ein Gefühl der Dringlichkeit (ihn zufriedenzustellen) erweckt, genauso erweckt jener Bhikkhu, wenn er sich so auf Buddha, Dhamma und Sangha besinnt, falls dann Gleichmut, der durch das Heilsame unterstützt wird, in ihm nicht verankert wird, folgendermaßen ein Gefühl der Dringlichkeit: 'Es ist ein Verlust für mich, es ist kein Gewinn für mich, es ist schlecht für mich, es ist nicht gut für mich, dass, wenn ich mich so auf Buddha, Dhamma und Sangha besinne, Gleichmut, der durch das Heilsame unterstützt wird, in mir nicht verankert wird.' Aber falls, wenn er sich so auf Buddha, Dhamma und Sangha besinnt, Gleichmut, der durch

das Heilsame unterstützt wird, in ihm verankert wird, dann ist er damit zufrieden. Auch an jenem Punkt, Freunde, ist von jenem Bhikkhu viel erreicht worden." **REFRAIN-3 ENDE**

CL: Teil 2: Bezug auf die 6 Sinnesgrundlagen (*salāyatana*)

CL: Auge, Form und Sehbewusstsein

26. "Freunde, gerade so wie Raum, der durch Holz und Kletterpflanzen, Gras und Lehm bedingt ist, als 'Haus' bezeichnet wird, genauso wird Raum, der durch Knochen und Sehnen, Fleisch und Haut bedingt ist, als '**Form**' bezeichnet"^{26 27}.

27. **REFRAIN-4**²⁸ (Sehen) "Wenn, Freunde, innerlich das **Auge** intakt ist, aber keine äußeren **Formen** in seine Reichweite kommen, und keine passende **Hinwendung**²⁹ vorhanden ist, dann gibt es kein Erscheinen des zugehörigen Bewusstseinsanteils. Wenn innerlich das Auge intakt ist, und äußere Formen in seine Reichweite kommen, aber keine passende Hinwendung vorhanden ist, dann gibt es kein Erscheinen des zugehörigen Bewusstseinsanteils. Aber wenn innerlich das Auge intakt ist, und äußere Formen in seine Reichweite kommen, und passende Hinwendung vorhanden ist, dann gibt es das Erscheinen des zugehörigen Bewusstseinsanteils." **REFRAIN-4 ENDE**

28. **REFRAIN-5**³⁰ (Daseinsgruppen)³¹ "Die **Form** (*rūpa*), die auf **solche Weise** ins Dasein getreten ist³², wird in die **Daseinsgruppe der Form**, an der angehaftet wird, eingeschlossen."³³

²⁶ KZ: Eine Anregung zur Reflektion über die ich-lose Natur des Körpers.

²⁷ CL: Die ist ein einleitendes **Gleichnis** von Sariputta. Was er aber als „**Form**“ bezeichnet, wird im Folgenden deutlicher. Es ist viel weitreichender!

²⁸ CL: Die **REFRAINS 4** habe ich kleiner gedruckt, weil er (bis auf den Namen der speziellen Sinnesgrundlage) mehrfach vorkommt.

²⁹ KZ: Wörtlich: Nahrungszufuhr (*samannāhāra*); hier wird klar erklärt, wie Bewusstsein von bedingenden Faktoren abhängig ist. Bewusstsein ohne Inhalt gibt es nicht; dies sollte zur Vorsicht gemahnen, wenn heutzutage – auch in buddhistischen Kreisen – Schlagworte vom "Reinen Bewusstsein" oder "Bewusstsein an sich" herumgeistern.

³⁰ CL: Den **REFRAIN-5 (Daseinsgruppen)** habe ich kleiner gedruckt, weil er im Sutta-Text für jede Sinnesfähigkeit gleichlautend ist.

³¹ CL: Der **REFRAIN-4** ist bei Beschreibung allen 6 Sinnegrudlagen jedes Mal **gleichlautend**. Darin wird deutlich, dass Sariputta „Form“ (*rūpa*) nicht nur als das *rūpa-kkhandha* der „Körperlichkeit“ – altertümlich gesprochen: der „4 Elemente“ – sondern jede Ausprägung **aller 5 Daseinsgruppen** als „**Form**“ auffasst.

³² KZ: "**Auf solche Weise ins Dasein getreten**": eine Beschreibung unseres Erlebens. Der Inhalt unseres Bewusstseins ist unsere Welt. Daraus folgt, dass die Anhaftungsgruppe der **Form** nicht nur den eigenen Körper

Das **Gefühl** (*vedanā*), das auf solche Weise ins Dasein getreten ist, wird in die **Daseinsgruppe des Gefühls**, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Die **Wahrnehmung** (*sañña*), die auf solche Weise ins Dasein getreten ist, wird in die **Daseinsgruppe der Wahrnehmung**, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Die **Gestaltungen** (*sankhāra*), die auf solche Weise ins Dasein getreten sind, werden in die **Daseinsgruppe der Gestaltungen**, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Das **Bewusstsein** (*viññana*), das auf solche Weise ins Dasein getreten ist, wird in die **Daseinsgruppe des Bewusstseins**, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Er versteht so: 'Auf diese Weise, in der Tat, kommt das Einschließen, Einsammeln und Anhäufen in diese fünf Daseinsgruppen, an denen angehaftet wird, zustande. Nun wurde dies vom Erhabenen gesagt: >Einer, der **bedingte Entstehung** (*patīccasamuppāda*) sieht, sieht das Dhamma; einer, der das Dhamma sieht, sieht bedingte Entstehung³⁴.< Und diese fünf Daseinsgruppen, an denen angehaftet wird, sind bedingt entstanden. Die Begierde, das Frönen, die Neigung und das Festhalten an diesen fünf Daseinsgruppen, an denen angehaftet wird, ist der Ursprung von Dukkha. Das Entfernen von Begierde und Gier, das Überwinden von Begierde und Gier nach diesen fünf Daseinsgruppen, an denen angehaftet wird, ist das Aufhören von Dukkha.' Auch an jenem Punkt, Freunde, ist von jenem Bhikkhu viel erreicht worden." **REFRAIN-5 ENDE**

CL: Ohr, Klänge und Hörbewusstsein

29. **REFRAIN-4 (Hören)** "Wenn, Freunde, innerlich das **Ohr** intakt ist, aber keine äußeren **Klänge** in seine Reichweite kommen, und keine passende **Hinwendung** vorhanden ist, dann gibt es kein Erscheinen des zugehörigen Bewusstseinsanteils. Wenn innerlich das Ohr intakt ist, und äußere Klänge in seine Reichweite kommen, aber keine passende Hinwendung vorhanden ist, dann gibt es kein Erscheinen des zugehörigen Bewusstseinsanteils. Aber wenn innerlich das Ohr intakt ist, und äußere Klänge in seine Reichweite kommen, und passende Hinwendung vorhanden ist, dann gibt es das Erscheinen des zugehörigen Bewusstseinsanteils." **REFRAIN-4 ENDE**

30. **REFRAIN-5 (Daseinsgruppen)** "Die **Form**, die auf solche Weise ins Dasein getreten ist, wird in die **Daseinsgruppe der Form**, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Das **Gefühl**,

umfasst, sondern jegliche erlebte Form, an der sich die Illusion von "Ich" festmachen kann: das zu "mir" Gehörige, bzw. das, was "mir" nicht gehört; das, was "mir" gefällt, bzw. unerwünscht ist.

³³ CL: Dieser Satz (sowie analog auch der entsprechende Satz bei den anderen Daseinsgruppen) besagt nur wieder, dass es sich **bei allen 5 Merkmalen** (Körper, Gefühl, Wahrnehmung, Geistesformationen, Bewusstsein) stets um **Form**-Ausprägungen handelt. Das „**Gebiet der Formlosigkeit**“ (*arūpa*) kann damit (in der Meditation) leichter erkannt werden. (In der Meditationspraxis ist auch hierzu wieder die **Achtsamkeit** (*sati*) notwendig!)

³⁴ KZ: BB (*Bhikkhu Bodhi*) erwähnt in einer Fußnote "profound implications" dieser Feststellung, ohne näher darauf einzugehen. Eine Implikation ist z.B., dass die bedingte Entstehung (*patīccasamuppāda*) etwas **sehr viel grundlegenderes** beschreibt als von einigen Kommentatoren angenommen wird (einige interpretieren eine Beschreibung des Wiedergeburtmechanismus in die Formel der bedingten Entstehung hinein (CL: Die sog. „3-Leben-Theorie“). Bedingte Entstehung steht, wie das **Dhamma überhaupt, außerhalb** der Abfolge zeitlicher Prozesse - sie sind *akālika*, zeitlos.

das auf solche Weise ins Dasein getreten ist, wird in die **Daseinsgruppe des Gefühls**, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Die **Wahrnehmung**, die auf solche Weise ins Dasein getreten ist, wird in die **Daseinsgruppe der Wahrnehmung**, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Die **Gestaltungen**, die auf solche Weise ins Dasein getreten sind, werden in die **Daseinsgruppe der Gestaltungen**, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Das **Bewusstsein**, das auf solche Weise ins Dasein getreten ist, wird in die **Daseinsgruppe des Bewusstseins**, an der angehaftet wird, eingeschlossen.

Er versteht so: 'Auf diese Weise, in der Tat, kommt das Einschließen, Einsammeln und Anhäufen in diese **fünf Daseinsgruppen**, an denen angehaftet wird, zustande. Nun wurde dies vom Erhabenen gesagt: >Einer, der bedingte Entstehung sieht, sieht das Dhamma; einer, der das Dhamma sieht, sieht **bedingte Entstehung**.< Und diese fünf Daseinsgruppen, an denen angehaftet wird, sind bedingt entstanden. Die Begierde, das Frönen, die Neigung und das Festhalten an diesen fünf Daseinsgruppen, an denen angehaftet wird, ist der Ursprung von Dukkha. Das Entfernen von Begierde und Gier, das Überwinden von Begierde und Gier nach diesen fünf Daseinsgruppen, an denen angehaftet wird, ist das Aufhören von Dukkha.' Auch an jenem Punkt, Freunde, ist von jenem Bhikkhu viel erreicht worden." **REFRAIN-5 ENDE**

CL: Nase, Gerüche und Riechbewusstsein

31. **REFRAIN-4 (Riechen)** "Wenn, Freunde, innerlich die **Nase** intakt ist, aber keine äußeren **Gerüche** in seine Reichweite kommen, und keine passende **Hinwendung** vorhanden ist, dann gibt es kein Erscheinen des zugehörigen Bewusstseinsanteils. Wenn innerlich die Nase intakt ist, und äußere Gerüche in seine Reichweite kommen, aber keine passende Hinwendung vorhanden ist, dann gibt es kein Erscheinen des zugehörigen Bewusstseinsanteils. Aber wenn innerlich die Nase intakt ist, und äußere Gerüche in seine Reichweite kommen, und passende Hinwendung vorhanden ist, dann gibt es das Erscheinen des zugehörigen Bewusstseinsanteils." **REFRAIN-4 ENDE**

32. **REFRAIN-5 (Daseinsgruppen)** "Die **Form**, die auf solche Weise ins Dasein getreten ist, wird in die **Daseinsgruppe der Form**, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Das **Gefühl**, das auf solche Weise ins Dasein getreten ist, wird in die **Daseinsgruppe des Gefühls**, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Die **Wahrnehmung**, die auf solche Weise ins Dasein getreten ist, wird in die **Daseinsgruppe der Wahrnehmung**, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Die **Gestaltungen**, die auf solche Weise ins Dasein getreten sind, werden in die **Daseinsgruppe der Gestaltungen**, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Das **Bewusstsein**, das auf solche Weise ins Dasein getreten ist, wird in die **Daseinsgruppe des Bewusstseins**, an der angehaftet wird, eingeschlossen.

Er versteht so: 'Auf diese Weise, in der Tat, kommt das Einschließen, Einsammeln und Anhäufen in diese **fünf Daseinsgruppen**, an denen angehaftet wird, zustande. Nun wurde dies vom Erhabenen gesagt: >Einer, der **bedingte Entstehung** sieht, sieht das Dhamma; einer, der das Dhamma sieht, sieht bedingte Entstehung.< Und diese fünf Daseinsgruppen, an denen angehaftet wird, sind bedingt entstanden. Die Begierde, das Frönen, die Neigung und das Festhalten an diesen fünf Daseinsgruppen, an denen angehaftet wird, ist der Ursprung von Dukkha. Das Entfernen von Begierde und Gier, das Überwinden von Begierde und Gier nach diesen fünf Daseinsgruppen, an denen angehaftet wird, ist das Aufhören von Dukkha.' Auch an jenem Punkt, Freunde, ist von jenem Bhikkhu viel erreicht worden." **REFRAIN-5 ENDE**

CL: Zunge, Geschmäcker und Schmeckbewusstsein

33. **REFRAIN-4 (Schmecken)** "Wenn, Freunde, innerlich die **Zunge** intakt ist, aber keine äußeren **Geschmäcker** in seine Reichweite kommen, und keine passende **Hinwendung** vorhanden ist, dann gibt es kein Erscheinen des zugehörigen Bewusstseinsanteils. Wenn innerlich die Zunge intakt ist, und äußere Geschmäcker in seine Reichweite kommen, aber keine passende Hinwendung vorhanden ist, dann gibt es kein Erscheinen des zugehörigen Bewusstseinsanteils. Aber wenn innerlich die Zunge intakt ist, und äußere Geschmäcker in seine Reichweite kommen, und passende Hinwendung vorhanden ist, dann gibt es das Erscheinen des zugehörigen Bewusstseinsanteils." **REFRAIN-4 ENDE**

34. **REFRAIN-5 (Daseinsgruppen)** "Die **Form** (*rūpa*), die auf solche Weise ins Dasein getreten ist, wird in die **Daseinsgruppe der Form**, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Das **Gefühl**, das auf solche Weise ins Dasein getreten ist, wird in die **Daseinsgruppe des Gefühls**, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Die **Wahrnehmung**, die auf solche Weise ins Dasein getreten ist, wird in die **Daseinsgruppe der Wahrnehmung**, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Die **Gestaltungen**, die auf solche Weise ins Dasein getreten sind, werden in die **Daseinsgruppe der Gestaltungen**, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Das **Bewusstsein**, das auf solche Weise ins Dasein getreten ist, wird in die **Daseinsgruppe des Bewusstseins**, an der angehaftet wird, eingeschlossen.

Er versteht so: 'Auf diese Weise, in der Tat, kommt das Einschließen, Einsammeln und Anhäufen in diese **fünf Daseinsgruppen**, an denen angehaftet wird, zustande. Nun wurde dies vom Erhabenen gesagt: >Einer, der **bedingte Entstehung** sieht, sieht das Dhamma; einer, der das Dhamma sieht, sieht bedingte Entstehung.< Und diese fünf Daseinsgruppen, an denen angehaftet wird, sind bedingt entstanden. Die Begierde, das Frönen, die Neigung und das Festhalten an diesen fünf Daseinsgruppen, an denen angehaftet wird, ist der Ursprung von Dukkha. Das Entfernen von Begierde und Gier, das Überwinden von Begierde und Gier nach diesen fünf Daseinsgruppen, an denen angehaftet wird, ist das Aufhören von Dukkha.' Auch an jenem Punkt, Freunde, ist von jenem Bhikkhu viel erreicht worden." **REFRAIN-5 ENDE**

CL: Tastsinn, Tastobjekte und Tastbebusstsein

35. **REFRAIN-4 (Tasten)** "Wenn, Freunde, innerlich der **Körper** intakt ist, aber keine äußeren **Berührungsobjekte** in seine Reichweite kommen, und keine passende **Hinwendung** vorhanden ist, dann gibt es kein Erscheinen des zugehörigen Bewusstseinsanteils. Wenn innerlich der Körper intakt ist, und äußere Berührungsobjekte in seine Reichweite kommen, aber keine passende Hinwendung vorhanden ist, dann gibt es kein Erscheinen des zugehörigen Bewusstseinsanteils. Aber wenn innerlich der Körper intakt ist, und äußere Berührungsobjekte in seine Reichweite kommen, und passende Hinwendung vorhanden ist, dann gibt es das Erscheinen des zugehörigen Bewusstseinsanteils." **REFRAIN-4 ENDE**

36. **REFRAIN-5 (Daseinsgruppen)** "Die **Form**, die auf solche Weise ins Dasein getreten ist, wird in die **Daseinsgruppe der Form**, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Das **Gefühl**,

das auf solche Weise ins Dasein getreten ist, wird in die **Daseinsgruppe des Gefühls**, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Die **Wahrnehmung**, die auf solche Weise ins Dasein getreten ist, wird in die **Daseinsgruppe der Wahrnehmung**, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Die **Gestaltungen**, die auf solche Weise ins Dasein getreten sind, werden in die **Daseinsgruppe der Gestaltungen**, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Das **Bewusstsein**, das auf solche Weise ins Dasein getreten ist, wird in die **Daseinsgruppe des Bewusstseins**, an der angehaftet wird, eingeschlossen.

Er versteht so: 'Auf diese Weise, in der Tat, kommt das Einschließen, Einsammeln und Anhäufen in diese **fünf Daseinsgruppen**, an denen angehaftet wird, zustande. Nun wurde dies vom Erhabenen gesagt: >Einer, der **bedingte Entstehung** sieht, sieht das Dhamma; einer, der das Dhamma sieht, sieht bedingte Entstehung.< Und diese fünf Daseinsgruppen, an denen angehaftet wird, sind bedingt entstanden. Die Begierde, das Frönen, die Neigung und das Festhalten an diesen fünf Daseinsgruppen, an denen angehaftet wird, ist der Ursprung von Dukkha. Das Entfernen von Begierde und Gier, das Überwinden von Begierde und Gier nach diesen fünf Daseinsgruppen, an denen angehaftet wird, ist das Aufhören von Dukkha.' Auch an jenem Punkt, Freunde, ist von jenem Bhikkhu viel erreicht worden." **REFRAIN-5 ENDE**

CL: Denkkorgan, Geistesobjekte und Geistbewusstsein

37. **REFRAIN-4 (Denken)** "Wenn, Freunde, innerlich der **Geist** (*mano*) intakt ist, aber keine äußeren **Geistesobjekte** in seine Reichweite kommen, und keine passende **Hinwendung** vorhanden ist, dann gibt es kein Erscheinen des zugehörigen Bewusstseinsanteils. Wenn innerlich der Geist intakt ist, und äußere Geistesobjekte in seine Reichweite kommen, aber keine passende Hinwendung vorhanden ist, dann gibt es kein Erscheinen des zugehörigen Bewusstseinsanteils. Aber wenn innerlich der Geist intakt ist, und äußere Geistesobjekte in seine Reichweite kommen, und passende Hinwendung vorhanden ist, dann gibt es das Erscheinen des zugehörigen Bewusstseinsanteils." **REFRAIN-4 ENDE**

38. **REFRAIN-5 (Daseinsgruppen)** "Die **Form**, die auf solche Weise ins Dasein getreten ist, wird in die **Daseinsgruppe der Form**, an der angehaftet wird, eingeschlossen³⁵. Das **Gefühl**, das auf solche Weise ins Dasein getreten ist, wird in die **Daseinsgruppe des Gefühls**, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Die **Wahrnehmung**, die auf solche Weise ins Dasein getreten ist, wird in die **Daseinsgruppe der Wahrnehmung**, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Die **Gestaltungen**, die auf solche Weise ins Dasein getreten sind, werden in die **Daseinsgruppe der Gestaltungen**, an der angehaftet wird, eingeschlossen. Das **Bewusstsein**, das auf solche Weise ins Dasein getreten ist, wird in die **Daseinsgruppe des Bewusstseins**, an der angehaftet wird, eingeschlossen.

Er versteht so: 'Auf diese Weise, in der Tat, kommt das Einschließen, Einsammeln und Anhäufen in diese **fünf Daseinsgruppen**, an denen angehaftet wird, zustande. Nun wurde dies vom Erhabenen gesagt: >Einer, der **bedingte Entstehung** sieht, sieht das Dhamma; einer, der das Dhamma sieht, sieht bedingte Entstehung.< Und diese fünf Daseinsgruppen, an denen angehaftet wird, sind bedingt entstanden. Die Begierde, das Frönen, die Neigung und das

³⁵ KZ: Auch im Fall des Geistsinnprozesses tritt **Form**, an der angehaftet wird, ins Dasein, da geistige Prozesse ein **reflexives** Widerspiegeln dessen sind, was über die fünf materiellen Sinne erfahren wird. Der Geistsinn, der die fünf „äußeren“ Sinne durchdringt, ist sozusagen bedingt durch den Input von Formwahrnehmung. Das gilt auch für die formhaften Vertiefungen; erst in den formlosen Gebieten hört Formwahrnehmung auf, ebenso wie jegliche Sinneseinwirkung (vgl. z.B. **M25** und „Werden“ im Terminologieteil). Die formlosen Gebiete dagegen werden durch „geläutertes Geist-Bewusstsein (*mano-viññāna*), das von den fünf Sinnesfähigkeiten (*āyatāna*) entbunden ist“, erschlossen (s. **M43**).

Festhalten an diesen fünf Daseinsgruppen, an denen angehaftet wird, ist der Ursprung von Dukkha. Das Entfernen von Begierde und Gier, das Überwinden von Begierde und Gier nach diesen fünf Daseinsgruppen, an denen angehaftet wird, ist das Aufhören von Dukkha.' Auch an jenem Punkt, Freunde, ist von jenem Bhikkhu viel erreicht worden." **REFRAIN-5 ENDE**

Das ist es, was der ehrwürdige **Sāriputta** sagte. Die Bhikkhus waren zufrieden und entzückt über die Worte des ehrwürdigen Sāriputta.

*** Ende des Sutta ***