



## Lesen und Besprechen einiger herausragender Suttas

Zusammengestellt und erläutert von Dr. C. Lübbert

### Dhamma-Kreis Februar 2016

### Saccaka – Großes Sutta – Mahasaccaka Sutta

Sutta aus dem *Tipitaka* (dem „Dreikorb“ des Pāli-Kanon) / *Suttapitaka* (Korb der Lehrreden) / *Majjhimanikaya* (Mittlere Sammlung);  
die PTS-Identifikation des Sutta ist: **M36**

**Quellnachweis:** Die **Übersetzung** ins Deutsche (Neuübertragung) ist von **Kurt Schmidt**: „Buddhas Reden“, Kristkeitz Verlag, Leimen, 1989. Siehe auch [http://www.palikanon.com/majjhima/kurt\\_schmidt/m036.htm](http://www.palikanon.com/majjhima/kurt_schmidt/m036.htm)

**Bearbeitung CL:** Ein paar Fußnoten zum Verständnis des damaligen Umfeldes der Buddha-Zeit wurden von CL eingefügt. Mit „p:“ werden einschlägige Pāli-Worte angefügt. Textauslassungen sind durch „&&&“ gekennzeichnet.

**Zum Kontext innerhalb unseres Dhammakreises:** Im Januar-Dhammakreis besprachen wir das Sutta M63: *Cūla Mālunkya Sutta* (das Sutta mit dem „Pfeilgleichnis“). Daran schloss sich eine divers geführte Diskussion zum Thema der buddhistischen „Wiedergeburt“ an. Das brachte mich auf die Idee, Suttas aus dem *Suttapitaka* herauszusuchen, in denen der Buddha aus seinen eigenen Erfahrungen u.a. auch zum Wiedergeburtaspekt Stellung nimmt, wo also die sog. „Wiedergeburt“ nicht als metaphysisches Dogma sondern als ein Ausschnitt aus der **Erfahrung eines voll Erleuchteten** (p: *sammā sambuddho*) geschildert wird. Das Sutta **M36** schien mir dazu das geeignetste.

**Themenbereich:** Buddhas **eigene Erzählungen** seiner Entwicklung über die Askese hin zu Umkehr und schließlich zur Erleuchtung. Suttas im *Majjhima Nikaya* mit ähnlichem Inhalt wie **M36** sind unter anderen:

- M4:** „Angst und Grauen“ – *Bhayabherava Sutta*
- M12:** „Löwengebrüll – Großes Sutta“ – *Mahāsīhanāda Sutta*
- M19:** „Einteilung der Gedanken“ – *Dvedhāvitakka Sutta*
- M26:** „Edles Streben“ – *Ariyapariyesana Sutta*.

**Kurzinhalt von M36 (CL):** Dieses Sutta berichtet von einem Gespräch des Buddha mit dem dialektisch versierten *Sāccaka*, einem Anhänger des **Jain**-Führers **Mahavira** (= *Nigantha Nātaputta*, eines „Rivalen“ des Buddha). *Sāccaka* vermutet zu Beginn des Gesprächs herausfordernd, dass im Sangha des Buddha wohl eher der Geist – statt des Körpers – trainiert werde. Buddha antwortet mit der **Gegenfrage** (eine typische, geschickte Dialog-Methode, die Buddha mit unserem westlich-griechischen SOKRATES gemeinsam hatte), was *Sāccaka* unter ‚Training des Körpers‘ bzw. ‚Training des Geistes‘ verstehe. Auf die erste Frage hin zählt *Sāccaka* die vielen Ernährungseinschränkungen und Verbote auf, die bei den **Jains** (= den *Niganthas*) üblich sind; auf die zweite Frage fand *Sāccaka* keine so rechte Antwort. – Nun hat Buddha den geeigneten Ansatzpunkt für die weitere Diskussion erreicht. Er betont, dass sowohl Körpertrainig als auch Geistestrainig im *Sangha* wichtig sind und **zusammengehören**, aber anders, und gibt einen Überblick mit Hilfe dreier **Holz-Wasser-Gleichnisse**. Im Verlauf dieses Gesprächs schildert Buddha dann auch ausführlich seine eigene spirituelle Entwicklung, beginnend mit extremer Körper-Askese, dann der Einsicht, dass diese nicht zum Ziel (d.h. zur Überwindung des **dukkha** und zur Befreiung von **tanhā**) führt, und schließlich der Erkenntnis, dass nur bei gemäßigter Körperdisziplin und der Pflege großer **Achtsamkeit** (p: *sammā sati*) sich sein Geist soweit entwickeln konnte, dass er bis zur „**Großen Einsicht**“ in die Beschaffenheit der Welt (p: *samsara*) und den **Großen Frieden** (p: *nibbāna*) gelangte. Teil dieser Großen Einsicht war, dass er die ich-bezogene Zwangsvorstellung von der sogenannten „**Wiedergeburt**“ der Wesen **voll durchschaut hat** und sie **bei sich selbst und anderen bildlich nachvollziehen / erfahren** konnte **als die notwendige Folge der noch nicht vollständig erlangten Meisterung des tanha, d.i. des ich-beschränkten „Lebensdurstes“**.

– Sâccaka jedoch stellte mit Bewunderung fest, dass der Buddha bei Beantwortung all der herausfordernden Fragen nie die **freundliche Gelassenheit** (p: *upekkha*) verlor.

## Das *Mahasaccaka Sutta* (mit den 3 Holz-Wasser-Gleichnissen)

So habe ich es gehört<sup>1</sup>:

Einst weilte der Erhabene<sup>2</sup> in der Turmhalle im Großen Wald bei *Vesālī*<sup>3</sup>. Eines Morgens wollte er gerade in die Stadt gehen, um Speise zu sammeln, da kam der *Nigantha*-Mönch *Sāccaka*<sup>4</sup> auf einem Spaziergang zum Turmhaus. Der ehrwürdige *Ānanda*<sup>5</sup> sah ihn kommen und sprach zum Erhabenen: «Da kommt der *Nigantha*-Mönch *Sāccaka*, der als Disputierkünstler und Gelehrter von den Leuten verehrt wird. Dieser Mann

<sup>1</sup> So fangen fast alle Suttas des theravâdischen *Suttapitaka* an. Die Formel weist darauf hin, dass der Berichtende das Ereignis **mündlich** von den *Theras* (den „Altvorderen“ des *Sangha*) vernommen habe. Die Formel wurde auch Jahrhunderte später (im Mâhayana) dazu benutzt, vorzugeben, dass das Berichtete durch mündliche Überlieferung auf Buddha zurückgehe (obwohl das oftmals nicht mehr der Fall gewesen sein kann, sondern stark mit späteren, hinduistisch beeinflussten Interpretationen vermischt war).

<sup>2</sup> = *Bhagavâ* – eine vielgebrauchte Ehrenbezeichnung für den Buddha.

<sup>3</sup> *Vesālī* (heute Vaishâlī), etwas nördlich von *Pataliputta* (heute Patna), nördlich des Ganges gelegen, war die Hauptstadt der Republik der *Licchavi*. Buddha verbrachte auf seinem etwa 600 km langen Fußweg von *Râjagaha* (Hauptstadt des südöstlichen Königreichs *Magada*, heute in Bihar) nach *Savatthi* (Hauptstadt des nordwestlichen Königreichs *Kosala*, heute in Uttar Pradesh) manchmal die Regenzeit in *Vesālī*.

<sup>4</sup> Der Mönch *Sāccaka* wird ein *Nigantha* genannt (d.h. p: „frei von Fesseln“). Er gehörte zum Orden des *Nigantha Nâtaputta*, der heute eher unter dem Ehrentitel **Mahavira** (=Großer Held) bekannt ist. Mahavira war zu Buddhas Zeit das religiöse Oberhaupt der Niganthas, also des **Jainismus** (p: *jîna* = „Sieger“), einer Sekte, die ca. 100 Jahre älter ist als die der Altbuddhisten. Die Jain-Sekte gibt es auch heute noch in ganz Indien (weniger als 0,5% der indischen Bevölkerung, die meisten Anhänger wohlhabend – aber immerhin mehr als Buddhisten!). Die Sekte weist einige äußerliche Ähnlichkeiten zum Altbuddhismus auf. Die **Jains** glauben an die Reinkarnation der „Seele“, sind strengste Vegetarier und haben streng-pazifistische – zu Teil recht kuriose – Lebensregeln; das schlimmste Vergehen ist das Töten von Tieren, auch der kleinsten Insekten (und daher auch das Fleisch-Essen) – es könnte ja einen als Tier wiedergeborenen Menschen betreffen. Ihre Heiligen gehen meist nackt (die „Luftbekleideten“). Die Jains haben eine fast „mechanistische“ Vorstellung vom **Karma** als „Beschmutzung“ der (als ewig aufgefassten) „Seele“. Dieses jainistische „Karma“ wird von Jain-Heiligen in der Regel dadurch abgebaut, dass sie sich zu Tode hungern; – auch Mahavira soll sich zu Tode gehungert haben. Mahavira war einer der sechs prominenten spirituellen Führer zur Zeit des Buddha in der Ganga-Ebene und in gewissem Sinne ein „Rivale“ des Buddha. Die beiden, Buddha und Mahavira, begegneten sich nie persönlich, obwohl sie auch örtlich oft sehr nahe zueinander (in der Ganga-Ebene um *Pataliputta*, *Nalanda* und *Rajagaha* herum) waren. Aber in den unteren Mönchs-Chargen gab es viele intensive philosophische Streitgespräche zwischen Jains (=Niganthas) und Buddhisten. Buddha warb dem Mahavira einige Niganthas für seinen eigenen *Sangha* ab, was dem Mahavira sehr zu schaffen machte; (er soll beim Übertritt eines prominenten Nigantha-Anhängers zum Buddha-Sangha vor Wut einen „Blutsturz“ erlitten haben – vgl. *Majjhimanikaya M56: Upali Sutta*).

<sup>5</sup> *Ānanda*, ein Vetter des Buddha, war sein „Leibjünger“, der sich um dessen körperliche Belange kümmerte und außerdem ein derart phänomenales Gedächtnis hatte, dass er alle gehörten Reden des Erhabenen wörtlich wiedergeben konnte, was für die damals **ausschließlich mündliche** Weitergabe der Lehre (des *Dhamma*) wichtig war.

verunglimpft gern den Buddha, die Lehre (p: *dhamma*) und die Jünger-  
meinde (p: *sangha*). Bitte, Erhabener, setzt Euch noch einen Augenblick!»  
Der Erhabene setzte sich. Da trat Sāccaka heran, begrüßte ihn höflich,  
setzte sich zu ihm und sprach:

«Herr Gotama<sup>6</sup>! Manche Samanas<sup>7</sup> und Brahmanen schulen ihren Kör-  
per, aber nicht ihren Geist. Dadurch stellen sich bei ihnen körperliche  
Schmerzen ein; dann bekommen sie Krämpfe, Herzleiden, Blutsturz und  
werden ohnmächtig. In solchen Fällen folgt der Geist dem Körper, richtet  
sich nach dem Körper, und zwar deshalb, weil der Geist nicht geschult  
worden ist. Andere schulen ihren Geist, aber nicht ihren Körper. Dadurch  
stellen sich bei ihnen Kopfschmerzen ein; dann bekommen sie Krämpfe,  
Herzleiden, Blutsturz und werden ohnmächtig. In solchen Fällen folgt der  
Körper dem Geist, richtet sich nach dem Geist, und zwar deshalb, weil  
der Körper nicht geschult worden ist. Nun denke ich, gewiss schulen die  
Jünger des Herrn Gotama ihren Geist, aber nicht ihren Körper.»

Der Erhabene: «Aggivéssana<sup>8</sup>, was verstehst du unter Schulung des  
Körpers?»

Sāccaka: «Nanda Vaccha, Kisa Sankicca und Mākkhali Gosala gehen  
nackt<sup>9</sup>, tragen ein sehr leichtes Gewand, lecken sich nach dem Essen  
die Hände ab, lassen sich nicht zum Essen oder zum Übernachten auf-  
fordern, nehmen nichts, was man ihnen bringt, was man besonders für  
sie zubereitet hat, nehmen keine Einladung an, nehmen nichts direkt aus  
dem Kochtopf oder aus der Pfanne, nichts, was auf eine Türschwelle  
niedergelegt ist, nichts, was zwischen Stöcken oder Dreschflegeln steht,  
nichts, wenn zwei zusammen speisen (und nur einer Speise anbietet),  
nichts von einer Schwangeren, nichts von einer stillenden Mutter, nichts  
von einer Frau, die Geschlechtsverkehr hat, nichts von Speisen, die in  
einer Notzeit gesammelt worden sind, nichts, wo ein Hund in der Nähe  
ist oder wo Fliegen schwärmen, weder Fisch noch Fleisch, sie trinken  
keine berauschenden Getränke, sie nehmen jedesmal nur in einem Haus  
Speise an oder immer nur einen Bissen, oder aus zwei Häusern oder  
zwei Bissen bis zu sieben Häusern und sieben Bissen, sie leben von

<sup>6</sup> *Gotama* (skr: *Gautama*) war der Familien- oder Clan-Name (*gotta name*) des Erhabenen.

<sup>7</sup> *Samana* (= „Übender“) war die übliche Bezeichnung für die vielen herumstreifenden Asketen. Auch Buddha wurde (von Nicht-Anhängern) als *Samana* bezeichnet.

<sup>8</sup> *Aggivéssana* war der Familien- oder Clan-Name (*gotta name*) des Sāccaka.

<sup>9</sup> Die Genannten waren einige der vielen damals bekannten *Samanas* (= „Übende“). Wie auch viele Jain-Heili-  
gen waren sie Nacktgänger (= „Luftbekleidete“) und hoben damit ihre besonders strenge Askese hervor.

einer einzigen Gabe oder von zwei oder von sieben Gaben, sie essen jeden Tag einmal oder nur jeden zweiten Tag oder jeden siebenten Tag usf. bis zu jedem vierzehnten Tag»<sup>10</sup>.

Der Erhabene: «Leben sie dauernd so?»

Sāccaka: «Nein, von Zeit zu Zeit essen sie ganz vorzügliche Speisen und trinken ganz vorzügliche Getränke. Dadurch kräftigen sie ihren Körper wieder, gedeihen und mästen sich richtig.»

Der Erhabene: «Das, was sie vorher aufgegeben haben, sammeln sie also nachher wieder an. Das ist ja ein abwechselndes Anschwellen und Abmagern des Körpers. – Und was verstehst du unter Schulung des Geistes?»

Das konnte Sāccaka nicht erklären. Da sprach der Erhabene zu ihm:<sup>11</sup>

«Was du vorher über Schulung des Körpers sagtest, das gilt im Orden der Edlen nicht als richtige Schulung des Körpers. Die Schulung des Körpers kennst du nicht, wie solltest du dann die Schulung des Geistes kennen! Wie Körper und Geist falsch geschult werden und wie sie richtig geschult werden, das höre und merke es dir gut, ich will es dir sagen.»

Sāccaka erklärte sich einverstanden, und der Erhabene sprach:

«Falsch geschult werden Körper und Geist so: Wenn ein unbelehrter gewöhnlicher Mensch ein Lustgefühl hat, dann verlangt er nach weiterer Lust, und wenn sein Lustgefühl vergeht, ist ihm das schmerzlich, er wird bekümmert, fühlt sich elend und jammert, schlägt sich an die Brust und wird trübsinnig. Durch das Lustgefühl verliert er die Gewalt über den Geist, weil der Körper nicht geschult ist, durch das Unlustgefühl verliert er die Gewalt über den Geist, weil der Geist nicht geschult ist. So geht es, wenn weder der Körper noch der Geist richtig geschult ist.

Richtig geschult werden Körper und Geist so: Wenn ein wohlunterrichteter Edeljünger<sup>12</sup> ein Lustgefühl hat, lässt er kein Verlangen nach weiterer Lust aufkommen, und wenn sein Lustgefühl vergeht, ist ihm das zwar

<sup>10</sup> Vergl. auch das Sutta **M12** („Der Löwenruf – Großes Sutta“) im *Majjhimanikaya*. Wie auch die Bhikkhus des buddhistischen Sangha lebten alle diese Samanas (Asketen) von Almosen.

<sup>11</sup> An dieser Stelle des Gesprächs sieht Buddha den richtigen Ansatzpunkt, dem Sāccaka etwas aus der Art des Trainings im *Sangha* zu erläutern. Er tut dies jedoch nicht in dogmatischer Weise, sondern, indem er ihm seine eigenen Erfahrungen mitteilt.

<sup>12</sup> „Edeljünger“ = *ariya-puggala* wird ein in der spirituellen Entwicklung fortgeschrittener *Bhikkhu* des buddhistischen *Sangha* genannt. Ein solcher bewegt sich bereits auf einem der 4 sog. überweltlichen Pfade: p: *sōtapatti magga* (Stromeintritt), *sakadāgāmi* (Einmal-Wiederkehr), *anāgāmi* (Nicht-Wiederkehr), *arahatta* (Heiliger).

schmerzlich, aber er wird dadurch nicht bekümmert, er fühlt sich nicht elend und jammert nicht, schlägt sich nicht an die Brust und wird nicht trübsinnig. Durch das Lustgefühl verliert er nicht die Gewalt über seinen Geist, weil der Körper geschult ist, und durch das Unlustgefühl verliert er nicht die Gewalt über den Geist, weil der Geist geschult ist. So geht es, wenn Körper und Geist richtig geschult sind.»

Sāccaka: «Nun glaube ich, dass Herr Gotama Körper *und* Geist geschult hat.»

Der Erhabene: «Aggivéssana, gewiss hast du das gesagt, um mich herauszufordern, aber ich will dir doch noch etwas sagen. Seitdem ich mir Haar und Bart geschoren, ein gelbes Gewand angelegt habe und aus dem Hause in die Heimatlosigkeit gegangen bin, ist es nicht mehr vorgekommen, dass ein Lustgefühl oder ein Unlustgefühl meinen Geist beherrschte.»

Sāccaka: «Dann hat wohl Herr Gotama keine solchen Lust- oder Unlustgefühle, die den Geist beherrschen können?».

Der Erhabene: «Warum denn nicht, Aggivéssana? Vor meinem Erwachen, als ich noch ein Bodhisattva<sup>13</sup> war, kam mir der Gedanke: Das Leben in der Häuslichkeit ist voll Bedrängnis und Unreinheit, unter freiem Himmel lebt der Samana. Wer in der Häuslichkeit lebt, kann nicht leicht den höchsten, ganz reinen, vollkommenen Wandel der Heiligkeit führen. Soll ich mir nicht Haar und Bart scheren, gelbe Gewänder anlegen und aus der Häuslichkeit in die Heimatlosigkeit ziehen? Nach einiger Zeit zog ich, jung, kräftig, dunkelhaarig, in glücklicher Jugend, in der ersten Mannesblüte, gegen den Willen meiner weinenden und klagenden Eltern, mit geschorenem Haar und Bart, mit gelbem Gewand bekleidet, aus dem Hause in die Heimatlosigkeit als ehrbarer Mann, der die Erlösung sucht. ... &&& weiter wie im Sutta M26 &&&<sup>14</sup> .... Da fielen mir drei Gleichnisse ein, die man noch nicht gehört hatte: Zu einem nassen, ins Wasser geworfenen Stück Holz kommt ein Mann mit einem Reibholz und will Feuer anzünden und Licht machen. Meinst du, Aggivéssana, dass er damit Feuer machen könnte?»

Sāccaka: «Nein, Herr Gotama, wenn er sich auch noch so sehr bemühte; denn das Holz ist ja nass und außerdem ins Wasser geworfen.»

<sup>13</sup> Im Theravāda-Buddhismus wird ein Heiliger ein *Bodhisattva* (p: *bodhisattha*) genannt, wenn er noch nicht voll erleuchtet ist. Die Bedeutung eines *Bodhisattva* hat sich im Māhāyana etwas geändert.

<sup>14</sup> Wie in M26 folgt Buddhas Bericht über seine Lernzeit bei den Meditationslehrern *Alara Kalama* und *Udakkā Ramaputta*, deren Lehre und Methode Siddhattha für nicht ausreichend zur Befreiung hielt.

Der Erhabene: «Ebenso ist es mit jenen Samanas und Brahmanen, die nicht Abstand gewonnen haben von ihrem Körper und den Sinnenfreuden, die den Trieb, die Neigung, die Betörung, den Durst, das fieberhafte Verlangen nach Sinnenfreuden im Innern nicht ganz überwunden haben: Wenn sie stechende, brennende Schmerzen haben, dann sind sie unfähig zum Wissen, zu klarer Einsicht und zum höchsten Erwachen, und auch wenn sie keine Schmerzen haben, sind sie unfähig dazu. Das ist das erste Gleichnis.

Und dies ist das zweite: Ein nasses Stück Holz ist fern vom Wasser auf trockenes Land geworfen. Da kommt ein Mann mit einem Reibholz und will Feuer anzünden und Licht machen. Meinst du, dass er mit dem nassen, aufs trockene Land geworfenen Holz Feuer machen kann?»

Sāccaka: «Nein, Herr Gotama, wenn er sich auch noch so sehr bemühte; denn das Holz ist ja noch nass, obwohl es aufs trockene Land geworfen worden war.»

Der Erhabene: «Ebenso ist es mit jenen Samanas und Brahmanen, die zwar Abstand gewonnen haben von ihrem Körper und den Sinnenfreuden, die aber den Trieb, die Neigung, die Betörung, den Durst, das fieberhafte Verlangen nach Sinnenfreuden im Innern nicht ganz überwunden haben: Wenn sie stechende, brennende Schmerzen haben, dann sind sie unfähig zum Wissen, zu klarer Einsicht und zum höchsten Erwachen, und auch wenn sie keine Schmerzen haben, sind sie unfähig dazu. Das ist das zweite Gleichnis.

Und dies ist das dritte: Ein trockenes Stück Holz ist fern vom Wasser auf trockenes Land geworfen. Da kommt ein Mann mit einem Reibholz und will Feuer anzünden und Licht machen. Meinst du, dass er mit dem trockenen Holz und mit seinem Reibholz Feuer machen kann?»

Sāccaka: «Ja, Herr Gotama; denn das Holz ist ja trocken und aufs trockene Land geworfen worden.»

Der Erhabene: «Ebenso ist es mit jenen Samanas und Brahmanen, die Abstand gewonnen haben von ihrem Körper und den Sinnenfreuden *und* auch den Trieb, die Neigung, die Betörung, den Durst, das fieberhafte Verlangen nach Sinnenfreuden im Innern ganz überwunden haben: Wenn sie stechende, brennende Schmerzen haben, dann sind sie fähig zum Wissen, zu klarer Einsicht und zum höchsten Erwachen, und auch wenn sie keine Schmerzen haben, sind sie fähig dazu. Das ist das dritte Gleichnis.

Dann dachte ich: Soll ich nicht die Zähne aneinander pressen, die Zunge an den Gaumen legen und das Denken unterdrücken? Und ich presste die Zähne aneinander, legte die Zunge an den Gaumen und unterdrück-

te das Denken, ich drückte es nieder und quälte es nieder. Dabei floss mir Schweiß aus den Achselhöhlen, wie wenn ein starker Mann einen schwächeren am Kopf oder an den Schultern packt und ihn niederdrückt und niederquält. Aber ich blieb standhaft und unermüdlich, und dabei blieb meine gegenwärtig gehaltene Achtsamkeit unberührt, nur mein Körper wurde durch dieses schmerzhaft Ringen beeinträchtigt. Solche Schmerzen machten jedoch keinen bleibenden Eindruck auf mein Gemüt. Dann hemmte ich das Ein- und Ausatmen durch Mund und Nase; in den Ohren aber erhob sich ein ungeheures Sausen durch die hinausströmende Luft, wie das Sausen der ausströmenden Luft bei dem Blasebalg eines Schmiedes. Dann hemmte ich das Ein- und Ausatmen durch Mund, Nase und Ohren; dabei aber stieß die Luft mit ungeheurer Wucht gegen meinen Schädel, wie wenn ein starker Mann mit einem Schwert den Schädel anbohrte, und ich empfand heftige Kopfschmerzen, so als wenn mir ein starker Mann mit einem Lederriemen den Kopf zusammepresste. Gewaltige Schmerzen wühlten in meinem Bauch, so als wenn ein Rinderschlächter<sup>15</sup> mir mit dem Schlachtmesser den Bauch aufschnitt, und der ganze Körper schien mir zu brennen, so als wenn mich zwei starke Männer in eine Grube mit glühenden Kohlen würfen. Alle diese Schmerzen machten jedoch keinen bleibenden Eindruck auf mein Gemüt.

Da sagten einige Geister, als sie mich sahen, ich sei gestorben; andere meinten, ich läge gerade im Sterben; wieder andere glaubten, ich sei jetzt ein Heiliger geworden, dies sei der Zustand eines Heiligen.

Nun erwog ich, ob ich mich nicht der Nahrung enthalten sollte. Doch Geister kamen zu mir und erboten sich, mir durch die Poren der Haut himmlische Nahrung einzuflößen und mich dadurch am Leben zu erhalten. Mir aber wäre das als ein Betrug erschienen, und ich wies die Geister ab. Ich beschränkte mich nun darauf, sehr wenig Nahrung zu mir zu nehmen. Dadurch magerte mein Körper außerordentlich ab, und meine Glieder wurden wie dürres Rohr; wie ein Kamelhuf wurde mein Gesäß, mein Rückgrat wie eine Kugelkette, meine Rippen wie Dachsparren eines alten Hauses. Wie Wassersterne tief unten in einem Brunnen, so erschienen meine Augensterne tief versunken in meinen Augenhöhlen. Wie ein aufgeschnittener Kürbis in heißer Sonne, so schrumpfte meine Kopfhaut zusammen. Wenn ich meinen Bauch anfühlen wollte, berührte ich mein Rückgrat, und wenn ich das Rückgrat anfühlen wollte, berührte ich die Bauchhaut. Wenn ich meine Notdurft verrichten wollte, fiel ich kopfüber. Wenn ich mit der Hand die Glieder rieb, fielen die wurzelfaulen

---

<sup>15</sup> Zu Buddhas Zeit waren im vedischen Indien Rinder noch nicht heilig und durften geschlachtet werden.

Haare ab. Wenn mich Menschen sahen, sagten sie, ich sei dunkelblau oder gelb oder rotbraun; so verdorben war meine reine Hautfarbe durch die geringe Nahrungsaufnahme.

Da dachte ich: Dies ist das äußerste an qualvoller Selbstpeinigung, das jemals Samanas oder Brahmanen erreicht haben oder künftig erreichen werden oder jetzt erreichen, und doch gelange ich mit dieser Quälerei nicht zu dem Bereich der vollen, edlen Erkenntnis und Einsicht, die alles Menschliche übersteigt. Sollte es nicht doch einen anderen Weg zum Erwachen geben!

Ich erinnerte mich, dass ich einst, als mein Vater, der Sakyen<sup>16</sup>, beschäftigt war, im kühlen Schatten eines **Rosenapfelbaums**<sup>17</sup> saß und dort mich frei fühlte von Wünschen und Sorgen, frei von dem Verlangen nach Sinnengenüssen und von unheilsamen Regungen, und die mit Nachdenken und Forschen verbundene, von Freude und Wohlbehagen erfüllte erste Stufe der Versenkung erreichte, und ich dachte: Dies könnte der Weg zum Erwachen sein. Zuerst scheute ich mich vor diesem Glück, das abseits von dem Verlangen nach Sinnengenüssen und von unheilsamen Regungen liegt, aber ich überwand diese Scheu bald, und dann sagte ich mir: Dieses Glück ist nicht leicht zu erreichen für einen, dessen Körper allzu sehr abgemagert ist. Und ich nahm wieder ausreichend Speise zu mir, Reisbrei und saure Reissuppe.

Damals lebten fünf Bhikkhus<sup>18</sup> bei mir, die dachten: Wenn der Samana Gotama zur Wahrheit gelangt, wird er sie uns mitteilen. Als ich aber ausreichend Speise zu mir nahm, wandten sie sich von mir ab und verließen mich, da sie glaubten, ich hätte das Ringen aufgegeben und mich einem Leben im Überfluss zugewandt.

Nachdem ich nun wieder zu Kräften gekommen war, machte ich mich frei von dem Verlangen nach Sinnengenüssen und von unheilsamen

---

<sup>16</sup> Die Shakyen in der Hauptstadt *Kapilavattu* (heute an der Indisch-Nepalesischen Grenze bei Tilaurakot) waren das Adelsgeschlecht und die Oligarchen der Shakya-Republik, aus der Siddhattha Gotama (der spätere Buddha) herstammte. Sein Vater, *Suddhodana*, war für mehrere Wahlperioden Präsident der Shakya-Republik und wollte eigentlich, dass Siddhattha Gotama sein politischer Nachfolger werde. Nach dem Tod von Siddhatthas leiblicher Mutter *Maya* heiratete Suddhodana Siddhatthas Ziehmutter *Gotami*.

<sup>17</sup> Unter jenem Rosenapfelbaum (*jambu*) hatte Siddhattha als Kind in Kapilavattu das erste tiefe Meditationserlebnis, ohne je in die Schule eines Meisters gegangen zu sein. Vgl. zum Beispiel die Nacherzählungen in <http://www.buddhismus-deutschland.de/buddha-und-die-baeume/> oder <http://www.gelnhausen-meditation.de/rosenapf.html>.

<sup>18</sup> Damals, zur Askesezeit des Siddhattha Gotama, waren die fünf natürlich noch keine „Bhikkhus des Buddha-Sangha“ sondern seine Asketen-Kumpane. Buddha bekehrte sie erst, als er sie kurz nach seiner Erleuchtung, im Gazellenhain *Isipatana* bei Sarnath (ca. 16 km nördlich von Benares / *Varanasi*) wieder traf. Sie wurden seine ersten fünf Jünger.

Regungen und gelangte zur ersten, dann zur zweiten, zur dritten und zur vierten Stufe der Versenkung<sup>19</sup>, aber das Glücksgefühl, das ich dabei empfand, machte keinen bleibenden Eindruck auf mein Gemüt.

Als mein Geist auf solche Weise beruhigt war, gereinigt, geläutert, frei von Begierde (p: *tanhā*), sanft, fügsam, fest und unerschütterlich, wandte ich ihn zu der Erinnerung und Erkenntnis meiner früheren Daseinsformen, und ich erinnerte mich nacheinander an Hunderttausende meiner früheren Daseinsformen bis in frühere Weltperioden zurück. Dieses erste Wissen erlangte ich in der ersten Nachtwache. Unwissenheit (p: *avijjā*) verschwand, Wissen ging auf, Finsternis verschwand, Licht ging auf, während ich so unermüdlich übte. Aber das Glücksgefühl das ich dabei empfand, machte keinen bleibenden Eindruck auf mein Gemüt.

Dann richtete ich meinen Geist auf das Vergehen und Wiederentstehen der Wesen. Ich sah mit himmlischem, klarem, übermenschlichem Blick, wie die Wesen vergehen und wieder entstehen, ich erkannte die niedrigen Wesen und die hohen, die schönen und die unschönen, die glücklichen und die elenden, wie es ihnen je nach ihren Taten ergeht: Die Wesen, die in Werken, Worten und Gedanken schlecht gelebt, die über die Edlen Böses geredet haben, die falsche Ansichten hatten und demgemäß handelten, diese sind nach dem Tode in Leid und Qual, in peinvollen Zustand, in die Hölle gekommen. Jene Wesen aber, die Gutes getan haben in Werken, Worten und Gedanken, die richtige Ansichten hatten und demgemäß handelten, sind nach dem Tode in glücklichen Zustand, in das Himmelreich gekommen. Dieses zweite Wissen erlangte ich in der zweiten Nachtwache. Unwissenheit verschwand, Wissen ging auf, Finsternis verschwand, Licht ging auf, während ich so unermüdlich übte. Aber das Glücksgefühl, das ich dabei empfand, machte keinen bleibenden Eindruck auf mein Gemüt.

Dann richtete ich meinen Geist auf die Erkenntnis von der Vernichtung

---

<sup>19</sup> Im Text werden die vier Stufen der Versenkung mit den üblichen Formeln aufgezählt und jedes Mal hinzugefügt: „*Aber das Glücksgefühl das ich dabei empfand, machte keinen bleibenden Eindruck auf mein Gemüt.*“ Dieser Zusatz macht m.E. darauf aufmerksam, dass der angehende Buddha sich von Emotionen, die seine Erlebnisse hervorriefen nicht „überrumpeln“ ließ, und besonders: dass es ihm fern lag, eine „Metaphysik für Nicht-Erleuchtete“ aus der Art seiner Schau in der Erleuchtung machen zu wollen. Er ermahnte seine Bhikkhus stets, ihre Einsichten **selbst** zu erfahren (statt sie auswendig zu lernen) **und** dabei Gelassenheit (p: *upekkhā*) zu üben!

(Wer als Unerleuchteter selbst einmal eine kleine „Einsicht“ (p: *vipassana*) hatte, weiß, dass sie mit Emotionen verbunden ist, die eventuell so groß werden, dass die „Einsicht“ darunter verschwindet; und auch: das man sie *nachträglich* auf viele verschiedene Weise in Worte fassen und gar dramatisieren kann: der Kern der erfahrenen Einsicht wird durch solche Worte doch nur unvollkommen getroffen.)

der Anwandlungen (p: *āsava*)<sup>20</sup>, und ich erkannte, der Wahrheit gemäß, worin die Übel und die Anwandlungen bestehen, was ihr Ursprung ist, wie sie beendet werden können und welches der Weg zu ihrem Ende ist.

Während ich dies erkannte, wurde mein Geist frei von Anwandlungen des sinnlichen Begehrens, frei von Lebensgier und von Unwissenheit; ich wurde mir bewusst, dass ich erlöst bin, und ich erkannte, dass für mich der Lauf der Wiedergeburten beendet ist, dass ich das Ziel des Reinheitswandels erreicht und getan habe, was zu tun war, und dass ich zur Welt nicht mehr zurückkehren werde. Dieses dritte Wissen erlangte ich in der letzten Nachtwache Unwissenheit verschwand, Wissen ging auf, Finsternis verschwand, Licht ging auf, während ich so unermüdlich übte. Aber das Glücksgefühl, das ich dabei empfand, machte keinen bleibenden Eindruck auf mein Gemüt.

Aggivéssana, wenn ich in Hunderten von Versammlungen die Lehre darlege, dann glaubt jeder einzelne, ich hätte sie nur ihm klarmachen wollen. So ist das aber nicht zu verstehen, sondern soweit es zum Verständnis für die Zuhörer notwendig ist, legt der Vollendete die Lehre dar, aber nach Beendigung des Vortrages wirke ich je nach ihrem Auffassungsvermögen erhebend und beruhigend auf die (einzelnen) Zuhörer ein. So halte ich es jederzeit, jederzeit.»

Sāccaka: «So ist es auch von Herrn Gotama als dem Heiligen, voll Erwachten zu erwarten. – Ist es richtig, Herr Gotama, dass Ihr am Tage schlaf?»

Der Erhabene: «Es ist richtig, dass ich mich in der heißen Jahreszeit nach dem Mahl auf das vierfach gefaltete Obergewand auf die rechte Seite lege und achtsam und wissensklar einschlafe.»

Sāccaka: «Manche Samanas und Brahmanen sagen aber, das mache stumpfsinnig.»

Der Erhabene: «Das hat mit <stumpfsinnig> und <scharfsinnig> nichts zu tun. Was stumpfsinnig und scharfsinnig ist, will ich dir erklären, höre zu und denke darüber nach! Stumpfsinnig nenne ich den, der die Anwandlungen (p: *āsava*) nicht abwehrt, die den Geist trüben, Wiedergeburt schaffen, Leid bringen, die Übel reifen lassen und künftiges Geborenwerden, Altern und Sterben herbeiführen; denn wenn man die Anwandlungen

<sup>20</sup> Vgl. Sutta **M2** („Alle Anwandlungen“ – *Sabbāsava Sutta*) mit den dort gemachten Anmerkungen von K. Schmidt: das Pāli-Wort *āsava* wird von KS treffend mit „Anwandlung“ übersetzt. Nyanatiloka übersetzt es mit: „Strömungen“ / „Einströmungen“ / „Einflüsse“, auch „Triebe“. – Damit sind jedenfalls halbbewusste, unreflektierte menschliche Regungen gemeint, die durch **Unwissenheit** (p: *avijjā*) und **Begehren** (p: *tanhā*) hervorgerufen werden.

gen nicht abwehrt, ist man stumpfsinnig. Wer aber die Anwandlungen abwehrt, den nenne ich scharfsinnig; denn wenn man die Anwandlungen abwehrt, ist man scharfsinnig. Ein Vollendeter hat die Anwandlungen entwurzelt, wie man eine Palme ausgräbt, so dass sie nicht wieder wachsen kann.»

Sāccaka: «Es ist erstaunlich: auch wenn man dem Herrn Gotama immer wieder Einwendungen und Einreden entgegenhält, so bleibt doch seine Hautfarbe hell<sup>21</sup> und sein Gesichtsausdruck immer ruhig und freundlich, wie eben bei einem Heiligen, voll Erwachten. Wenn ich mit *Purana Kāssapa* oder mit *Mākkhali Gosala* oder mit *Ajita Kesakambali* oder mit *Pakudha Kaccāyana* oder mit *Sānjaya Belatthaputta* oder mit *Nigantha Nathaputta*<sup>22</sup> disputierte, dann sprangen diese von einem auf das andere, bogen ab auf etwas außerhalb Liegendes und zeigten Zorn, Hass und Ärger. Bei dem Herrn Gotama aber bleibt trotz aller Einwendungen und Einreden des Gegners die Hautfarbe immer hell und der Gesichtsausdruck ruhig und freundlich, wie eben bei einem Heiligen, voll Erwachten. Jetzt aber will ich gehen, ich habe noch viel zu tun.»

Der Erhabene: «Wie es dir beliebt, Aggivéssana!»

Befriedigt von dem Gespräch mit dem Erhabenen stand Sāccaka auf und ging fort.

\*\*\* Ende des Sutta \*\*\*

<sup>21</sup> Das heißt: Er wird nicht „rot“ vor Ärger oder Aufregung, sondern verweilt in freundlicher Gelassenheit (p: *upekkhā*).

<sup>22</sup> *Purana Kāssapa*, *Mākkhali Gosala*, *Ajita Kesakambali*, *Pakudha Kaccāyana*, *Sānjaya Belatthaputta* und *Nigantha Nathaputta* (= *Māhavira*) waren (neben Buddha) die 6 prominentesten spirituellen Lehrer und Sektenführer im Gangesland zur Zeit Buddhas. Ihre Lehren wichen alle – jeweils in gewissen Teilaspekten – von der damals vorherrschenden vedischen Opfer-Religion der Brahmanen ab und sie entwickelten eigene metaphysische Spekulationen und Dogmen. – Gegen alle solche Spekulationen und Dogmen richtete sich Buddhas Lehre, was aus vielen Suttas des *Suttapitaka* hervorgeht; denn sein Hauptanliegen war die Meisterung des *dukkha* (des Leids).