Das Wunder des Kontakts



Bhikkhu Kaṭukurunde Ñāṇananda

Copyright © Kaṭukurunde Ñāṇananda

Der *Dhamma* ist kostenlos.

Diese Publikation ist ausschließlich zur freien Verteilung.
Alle Rechte vorbehalten.
Jede Vervielfältigung (als Ganzes oder in Teilen, einschließlich von Übersetzungen) zum Zweck des Verkaufs, Profits oder kommerziellen Gewinns ist verboten.

Die deutsche gedruckte Ausgabe 2026 ist als **Dāna-Edition des Verlages Beyerlein & Steinschulte** erhältlich:
www.buddhareden.de
Eine deutsche pdf-Version dieser Broschüre ist erhältlich unter:
https://nibbanam.net
Die englische Originalausgabe erschien 2016 unter dem Titel:
„*The Miracle of Contact*"
Herausgeber: Kaṭukurunde Ñāṇananda Sadaham Senasun Bhāraya (K.N.S.S.B), Sri Lanka.
ISBN 978-955-3962-88-1
www.seeingthroughthenet.net
Weitere Werke von K. Ñāṇananda stehen dort zum freien Download zur Verfügung.

Verantwortlich für die deutsche Übersetzung, Juli 2026:
Susann Poppenberg und Hedwig Kren

Titelbild: in Anlehnung an die englische Ausgabe

Das Wunder des Kontakts

Bhikkhu K. Ñāṇananda

Veröffentlichung von

The Miracle of Contact
Kaṭukurunde Ñāṇananda Sadaham Senasun Bhāraya
Sri Lanka
2016

In deutscher Übersetzung
2026

Über die K.N.S.S.B.

Es ist der ausdrückliche Wunsch des Ehrwürdigen Bhikkhu Kaṭukurunde Ñāṇananda, dass alle seine *Dhamma*-Bücher und Audio-Vorträge als eine reine *Dhamma*-Gabe völlig kostenfrei für jene zugänglich gemacht werden, die sich nach der Lehre des Buddha sehnen.

Dementsprechend hat es sich die in Sri Lanka gegründete Gemeinschaft der K.N.S.S.B. zur Aufgabe gemacht, für die Veröffentlichung und Verteilung der Unterweisungen des Ehrwürdigen Autors Sorge zu tragen. Seine Vorträge sind sowohl in Buchform als auch als Audio-Dateien auf CD erhältlich. Zusätzlich pflegt die K.N.S.S.B. auch die Website:

https://www.seeingthroughthenet.net/

und eine Seite im sozialen Netzwerk:

http://www.facebook.com/seeingthrough.

Für jene, die sich gerne an dieser vielfältigen *Dhamma*-Gabe beteiligen möchten, geben wir untenstehend die Konto-Nr. des Trusts an.

Kaṭukurunde Ñāṇananda Sadaham Senasun Bhāraya
(K.N.S.S.B)
Kirillawala Watta, Dammulla,
Karandana
Sri Lanka.

Phone: 0777127454
email: knssb@seeingthroughthenet.net

K.N.S.S.B.
Acc. No. 007060000241,
Sampath Bank, SWIFT: BSAMLKLX
Branch Code: 070
Branch: R.G. Senanayake Mawatha, Colombo – 07,
Sri Lanka.

Inhalt

Einleitung iv
Abkürzungen v

Das Wunder des Kontakts 1

Einleitung

Die Reihe von 20 Vorträgen zum Thema „*Paṭicca Samuppāda*“, die ich im Pothgulgala Āraṇya in Devalegama gehalten habe, scheint bei denjenigen Anklang gefunden zu haben, die die Vorträge gehört oder gelesen haben, als die Reihe in vier Bänden erschien. Obwohl die Übersetzung der ersten zehn Vorträge bereits erschienen ist (‘The Law of Dependent Arising’ – Das Geheimnis von Fesselung und Befreiung – Bände I & II), war ich aufgrund meiner nachlassenden Gesundheit nicht in der Lage, sie alle selbst zu übersetzen. Daher habe ich die Aufgabe an jemanden delegiert, der dafür kompetent ist, und die letzten beiden Bände werden zu gegebener Zeit erscheinen.

Den 15. Vortrag über „Kontakt“ (*phassa*) habe ich jedoch aufgrund seiner zentralen Bedeutung und der besonderen Art der Darstellung selbst übersetzt. Daher hielt ich es für angebracht, ihm Vorrang einzuräumen, indem ich ihn als separate Broschüre mit dem Titel „Das Wunder des Kontakts“ herausbringe. Selbst für diejenigen, die nicht geneigt sind, die gesamte Reihe durchzuarbeiten, hoffe ich, dass diese Broschüre zumindest einen Vorgeschmack auf die Tiefe des Gesetzes des Abhängigen Entstehens und dessen praktischem Wert für unser Leben gibt.

Bhikkhu K. Ñāṇananda

Sanghopasthāna Suwa Sevana
Kirillawala Watta
Dammulla, Karandana
Sri Lanka
(B.E. 2559) März 2016

Abkürzungen

Pali Texte:
(Die Verweise beziehen sich auf die Seitenzahl in der P.T.S. Ausgabe)

D.	*Dīgha Nikāya*	– D	Längere Sammlung
M.	*Majjhima Nikāya*	– M	Mittlere Sammlung
S.	*Saṁyutta Nikāya*	– S	Gruppierte Sammlung
A.	*Aṅguttara Nikāya*	– A	Angereihte Sammlung
Dhp.	*Dhammapada*	– Dh	Wahrheitspfad
Sn.	*Sutta Nipāta*	– Sn	Vers-Sammlung
Thag.	*Theragāthā*	– Thag	Verse der Mönche

Das Wunder des Kontakts

(Pahan Kanuwa Sermon – Nr 197)

„Namo tassa bhagavato arahato sammāsambuddhassa“
„Verehrung, ihm, dem Erhabenen, Ehrwürdigen, vollkommen Erleuchteten!“

Tesaṁ phassaparetānaṁ
bhavasotānusārinaṁ
kummaggapaṭipannānaṁ
ārā saṁyojanakkhayo

Ye ca phassaṁ pariññāya
aññāya upasame ratā
te ve phassābhisamayā
nicchātā parinibbutā[1]

– Dvayatānupassanā S. Sn.

Für jene, die vollständig dem Kontakt ergeben sind,
Und vom Strom des Werdens mitgerissen werden,
Für jene, die den falschen Weg gehen,
Ist die Zerstörung der Fesseln weit entfernt.

Aber jene, die Kontakt vollständig verstehen,
Und durch vollkommenes Wissen verbunden sind
mit innerem Gestilltsein,
Jene sind es, die durch das Verständnis von Kontakt
Hungerlos und vollkommen gestillt sind.

Liebe Zuhörer,

Der Dhamma, den der Lehrer der Drei Welten, der vollkommen Erleuchtete, der Erhabene, der Welt präsentiert hat, ist etwas, das gegen den Strom geht. Jener Dhamma, der gegen

den abwegigen und engen Strom des Werdens fließt, ist der massive Körper des Wassers, „*Dhammasota*“ genannt, der einen zum Enden des Werdens mitnimmt. Die Weltlinge, im Strom des Werdens gefangen, fahren fort in diesem *saṃsārischen* Strudel zu kreisen. Der Edle Nachfolger, der vom Dhamma-Strom ergriffen ist, erreicht *Nibbāna*, welches das Enden des Werdens genannt wird. Der Kreuzungspunkt zwischen diesen beiden ist Kontakt.

Deshalb haben wir als Thema dieses 15. Vortrages zwei Strophen über Kontakt gewählt, die im *Dvayatānupassanā Sutta* des *Sutta Nipāta* zu finden sind. Da wir als Themen in einer Reihe von früheren Vorträgen Strophen aus diesem *Dvayatānupassanā Sutta* verwendet haben, könnt ihr euch vielleicht alle an den vom Buddha verwendeten Vortrags-Stil in jener Lehrrede erinnern. Einleitend werden verschiedene Elemente des Dhamma vorgestellt, die sich zu zwei Seiten hinneigen, und es wird zwischen ihrem Entstehens-Aspekt und Beendigungs-Aspekt unterschieden, das ist der Stil der Unterweisung in dieser Lehrrede. Nun, die beiden Aspekte von Kontakt, in welche der Buddha die Versammlung der Mönche zuallererst einführt, ist diese in Prosa gegebene Darstellung:

„Wenn es solche gibt, die fragen, ob es eine andere Art geben könnte, die Zweiheiten zu kontemplieren, sollte ihnen gesagt werden: ‚Die gibt es‘. Wie könnte das sein? ‚Welches Leiden auch immer entsteht, all das geschieht infolge von Kontakt‘. Dies ist eine Art der Kontemplation. ‚Mit dem rückstandslosen Enden von Kontakt, gibt es kein Entstehen von Leiden.‘ Dies ist die zweite Art der Kontemplation.“ Diese Erklärung gegeben habend, fährt der Buddha fort, die Vorteile aufzuzeigen, die das Üben der Kontemplation von Zweiheiten mit sich bringt. „Wenn ein Mönch fleißig und eifrig dabei verweilt, in Übereinstimmung mit dieser Kontemplation die Befleckungen zu bekämpfen, ist eine der beiden Früchte zu erwarten: Entweder das vollkommene Wissen

hier und jetzt oder wenn es irgendeinen Überrest des Anhaftens gibt, Nicht-Wiederkehr.

Es ist nach dieser Erklärung, dass der Buddha jene zwei Strophen äußerte.

„Tesam phassaparetānaṁ
bhavasotānusārinaṁ
kummaggapaṭipannānaṁ
ārā saṁyojanakkhayo

Ye ca phassaṁ pariññāya
Aññāya upasame ratā
te ve phassābhisamayā
nicchātā parinibbutā“

„Für jene, die vollständig vom Kontakt versklavt und vom Strom des Werdens mitgenommen werden, die auf dem falschen Weg sind, ist das Abschneiden der Bindungen an das Werden, nämlich die Zerstörung der Fesseln, weit entfernt. Aber jene, die Kontakt verstanden haben und Freude am Gestilltsein haben, durch das aus Verwirklichung geborene Wissen, wahrlich sie sind es, die durch ihr höheres Verständnis von Kontakt hungerlos und vollkommen gestillt sind.“

Ich hoffe, heute einen besonderen Vortrag auf der Grundlage dieser beiden Strophen geben zu können, da dies ein bedeutender Tag ist, der das Ende des Regenzeit-Klausur des Sangha markiert, an dem er den Vinaya-Akt, *Pavāraṇā* genannt, abhält – nämlich der Vollmondtag, der die Regenzeit-Klausur beendet. Auch aus anderen Gründen habe ich mir gedacht, diesen Vortrag auf einer eher praktischen Ebene zu präsentieren – obwohl andere Vorträge ebenfalls Meditations-themen sind. So möchte ich euch alle bitten, von jetzt an aufmerksam zuzuhören, was hier Wort für Wort und Satz für

Satz gesagt wird. Apropos Kontakt: Zunächst muss ich etwas erwähnen, was ich bereits in Bezug auf die allererste Lehrrede im *Dīgha Nikāya* – nämlich dem *Brahmajāla Sutta* – hervorgehoben hatte, und zwar die Tatsache, dass der Buddha alle 62 falschen Ansichten, die dort aufgelistet sind, mit einer sehr kurzen Aussage zurückgewiesen hat.

Nun, wie lautet diese bedeutsame Aussage? „*Tadapi phassa paccayā*“ [2] – „Auch das ist auf Grund von Kontakt.“ In gleicher Weise verkündet der Buddha gegen Ende jener Lehrrede eine Anweisung wie diese, in der er auf die Mönche und Brahmanen Bezug nimmt, die jene Ansichten verkünden:

„Sabbe te chahi phassāyatanehi phussa phussa paṭisaṁvedenti“

„Wieder und wieder Kontakt habend, setzen sie alle das Erleben durch die sechs Sinnesbereiche fort.“

Anschließend werden auch die Konsequenzen davon erwähnt. Infolge jenes Gefühls bekommen sie Verlangen, und aufgrund von Verlangen, Ergreifen, aufgrund von Ergreifen Werden, aufgrund von Werden Geburt und aufgrund von Geburt, Verfall und Tod und den ganzen Rest des Leidens. Was heißt das? Wie in der ersten Strophe gesagt, sind alle Asketen und Brahmanen, die diese 62 Ansichten angenommen haben, durch Kontakt versklavt, im Strom des Werdens gefangen und auf die falsche Spur geraten. Deshalb haben sie keine Freiheit von den Fesseln des Werdens erlangt. Zuletzt verkündet der Buddha, welche Art von Dhamma er darlegt. Über den Mönch, der in dieser Befreiungslehre die *Arahant*schaft erlangt hat, wird gesagt, dass er einer ist, der durch fünf Arten des Verständnisses über die sechs Sinnesbereiche vollkommenes inneres Gestilltsein erreicht hat. Welche sind dies? Wie wir in einem früheren Vortrag erwähnt haben, geht es um das Verständnis von Entstehen, Vergehen, Befriedigung, Elend und Entkommen in

Bezug auf die sechs Sinnesbereiche – das heißt, *samudaya, atthagama, assāda, ādīnava* und *nissaraṇa.* Dies ist die besondere Qualität dieser Befreiungslehre im Hinblick auf Kontakt. Von hier an werden wir eine Reihe von Lehrreden aufnehmen, um das Phänomen des Kontakts weiter zu erklären. Nun solltet ihr dies als eine Pilgerreise betrachten – eine Pilgerreise zu *Nibbāna*. Mit diesem Gedanken im Hinterkopf versucht bitte, diesem Vortrag während dieser Stunde aufmerksam zuzuhören.

Ich brauche dies nicht im Besonderen zu erwähnen, denn ihr kennt die zwölf-gliedrige Formel des Abhängigen Entstehens gut genug. In dieser Formel, die mit „*avijjā paccayā saṅkhārā*" „abhängig von Unwissenheit, Vorbereitungen" – beginnt, wird Kontakt folgendermaßen erwähnt: „... *saḷāyatana paccayā phasso, phassa paccayā vedanā"* – „abhängig von den sechs Sinnesbereichen, Kontakt; abhängig von Kontakt, Gefühl". Aber die tiefste Philosophie des Kontakts wird uns mit der größten Klarheit im *Madhupiṇḍika Sutta (‚Honig-Ball' Sutta)* präsentiert, das in seinem Bedeutungsaroma so reichhaltig ist wie eine Kugel aus Honig. Bei früheren Gelegenheiten haben wir dieses *Madhupiṇḍika Sutta*[3] des *Majjhima Nikāya* ausführlich besprochen. Wir werden besprechen, was in diesem Zusammenhang von Bedeutung ist. Auf Bitten der Mönchsgemeinschaft gibt der ehrwürdige *Arahant* Mahā Kaccāna, der an erster Stelle unter den Schülern steht, die in der Lage sind, das, was in Kürze erklärt wird, ausführlich darzulegen, eine Erklärung von einer kurzen Äußerung des Buddha. Folgender Satz kommt in dieser Erklärung vor:

„... cakkhuñcāvuso, paṭicca rūpe ca uppajjati cakkhuviññāṇaṁ, tiṇṇaṁ saṅgati phasso"

Diese Aussage präsentiert eine sehr tiefgründige Philosophie.

„cakkhuñcāvuso, paṭicca rūpe ca uppajjati cakkhuviññāṇaṁ“
„Abhängig von Auge und Formen entsteht Seh-Bewusstsein.“

Dann kommt der Satz:

„tiṇṇaṁ saṅgati phasso“
„Das Zusammenkommen der drei ist Kontakt.“

Wenn ihr tief darüber nachdenkt, werdet ihr einen äußerst kniffligen Punkt entdecken – einen sehr subtilen sogar. Nun erinnert euch, dass hier die beiden Worte „*paṭicca*“ und „*uppajjati*“ auftauchen. Das ist ein klarer Hinweis darauf, dass das Gesetz des Abhängigen Entstehens mit dem Entstehen von Bewusstsein zu tun hat. Durch Auge und Formen entsteht Seh-Bewusstsein. Aber sobald es entsteht, zählen es die Weltlinge aufgrund ihrer Verblendung, aufgrund ihrer Unwissenheit, als drei. Es ist nicht wirklich gerechtfertigt, diese als drei zu zählen. Warum? Aufgrund von Auge und Formen ist Bewusstsein entstanden. Wir haben erklärt, was Seh-Bewusstsein ist. Die Natur von Bewusstsein ist eben die Unterscheidung als zwei Dinge. Bis Bewusstsein entsteht, gibt es keine Vorstellung von Auge und Form als zwei Dinge. Erst wenn Bewusstsein entsteht, hat man die Vorstellung: „Dies ist mein Auge und es gibt jene Form.

Deshalb sagen wir, dass die Lücke – der Zwischenraum – zwischen den beiden Dingen Bewusstsein ist. Aber wegen des Nicht-Verstehens zählt man Auge, Formen und Bewusstsein als drei. Erst wenn man sie sich als drei vorstellt, entsteht Kontakt. Von da an ist alles Täuschung. Deshalb nennen wir den Kontakt den Kreuzungspunkt. Nachdem wir nun in Bezug auf den Kontakt von zwei Dingen und einer Lücke gesprochen haben, wollen wir uns jetzt einer kraftvollen Lehrrede zuwenden, die wir bei verschiedenen Gelegenheiten besprochen haben – nämlich dem *Majjhe Sutta*[4] unter den „Sechsern“ des *Anguttara*

Nikāya. Lasst mich zunächst die einleitende Geschichte für diejenigen erwähnen, die sie nicht kennen. Als der Buddha in Isipatana in Benares verweilte, versammelte sich eine Gruppe Ordensälterer Mönche nach der Almosenrunde in der Versammlungshalle und begann eine Dhamma-Erörterung – im modernen Sprachgebrauch könnte man es ein Symposium nennen. Was war der entscheidende Punkt? In der Dhamma-Erörterung stand in dieser Hinsicht eine Frage im Vordergrund. Der Erhabene hat im *Metteyya Pañha* des *Pārāyaṇa* die folgende Strophe gesprochen:

Yo ubhante viditvāna
majjhe mantā na lippati
taṁ brūmi mahāpurisoti
sodha sibbanimaccagā

Nachdem sie diese Strophe aufgenommen hatten, extrahierten sie vier Fragen als Thema für ihr Symposium. Welche sind das? Lasst mich zuerst die Bedeutung der Strophe erklären. „*Yo ubhante viditvāna*" – „Er, der beide Enden verstanden hat", „*majjhe mantā na lippati*"– „Haftet mit Weisheit nicht an der Mitte", „*taṁ brūmi mahāpurisoti"* sagte der Buddha: „Ihn nenne ich einen großartigen Mann" – Warum? „*Sodha sibbanimaccagā*" – „Weil er die Näherin in dieser Welt überstiegen hat."

So werden vier Punkte aus dieser rätselhaften Strophe als Fragen herausgelöst: „Was ist das eine Ende in dieser Strophe, von dem gesprochen wird? Was ist das zweite Ende? Was ist die Mitte? Wer ist die Näherin?" Auf diese vier Fragen haben sechs Ordensältere Mönche sechs Interpretationen vorgelegt. Sie scheinen wunderbare Meditationsthemen zu sein. Ich möchte nur das erwähnen, was für den Kontext relevant ist. In Bezug auf die Frage der Sinnesbereiche lautet die Interpretation des fünften Ordensälteren Mönchs wie folgt: „Das eine Ende sind

die sechs inneren Sinnesbereiche, nämlich Auge, Ohr, Nase, Zunge, Körper und Geist. Das zweite Ende sind die sechs äußeren Sinnesbereiche – Formen, Klänge, Gerüche, Geschmacksrichtungen, Berührungen, Gedanken. Die Mitte ist Bewusstsein und die Näherin ist Verlangen." Apropos Näherin: Heutzutage kann es in der Bekleidungsindustrie geschickte Näherinnen geben. Aber diese Näherin übertrifft sie alle, weil sie drei besondere Qualifikationen hat, nämlich: „*ponobhavikā*" – sie setzt die Naht für die nächste Geburt. *„Nandirāgasahagatā"* – sie hat Freude und Anhaftung und „*tatratatrābhinandinī*" – sie erfreut sich mal hier, mal dort. Es ist die Näherin, die den Knoten zwischen den beiden Enden macht und dabei die Mitte ignoriert. Bewusstsein, das sich in der Mitte befindet, ist wegen dieser beiden entstanden. Aber die Näherin, Verlangen, ignoriert diese Tatsache und näht diese beiden Enden zusammen. Zum Beispiel näht sie Auge und Formen zusammen.

Die Geschichte vom Zusammennähen von Auge und Form haben wir bei verschiedenen Gelegenheiten erwähnt. Wenn wir ein Gleichnis anführen sollen, ist ein leicht verständliches die Luftspiegelung. Kurz gesagt, der Buddha hat das gesamte Aggregat von Wahrnehmung mit einer Luftspiegelung verglichen. Wenn wir „Luftspiegelung" sagen, haben wir nur das Auge und Formen im Sinn. Aber der Vergleich des gesamten Aggregats von Wahrnehmung mit einer Luftspiegelung ist eine sehr tiefe, bedeutsame Aussage. Der Einfachheit halber wollen wir uns in diesem Zusammenhang jedoch auf Auge und Formen beschränken. Die meisten von euch wissen, was eine Luftspiegelung ist, aber lasst es uns kurz ins Gedächtnis rufen. Es gibt ein Sanskrit-Wort für die Luftspiegelung – nämlich „*mṛgatṛsṇikā*", welches einen Anblick bedeutet, der in einem Reh Verlangen und Durst weckt. Zu Zeiten der Dürre gibt es in der Ferne eine Erscheinung, die fließendem Wasser ähnelt. Das Reh stellt sich darin Wasser vor. Was ist seine Haltung? „Ich bin hier und das Wasser ist dort. Ich bin hier und das Wasser ist dort." Obwohl

es sich selbst sagt „Ich bin hier und das Wasser ist dort“, nimmt es mit jedem Schritt, den es macht, sein Auge mit. Trotzdem sagt es weiter: „Ich bin hier, das Wasser ist dort“. Was es sich als Wasser vorstellt, weicht ebenfalls zurück.

Nun, das ist die Natur der Luftspiegelung. Es handelt sich um ein endloses Bestreben. Die Luftspiegelung ist trügerisch. Was diese Irreführung aufrechterhält, ist die einer Zauberei ähnelnde Täuschung in Seh-Bewusstsein. Das Reh läuft weiter, ohne sich der oben erwähnten Lücke bewusst zu sein. Es ist hinsichtlich des dazwischen liegenden Raums unwissend. Aufgrund dieser Täuschung läuft das Reh und wird müde. Der Buddha hat darauf hingewiesen, dass nicht nur das Reh, sondern die gesamte Welt der Lebewesen durch diese Luftspiegelung von Wahrnehmung getäuscht wird. Es ist diese Näherin „Verlangen“, die diesen subtilen Trick anwendet. Es wird gesagt, dass diese Näherin den Knoten setzt. Wie kann man sich von diesen Knoten befreien? Ein Hinweis auf diese Befreiung findet sich in dieser Strophe selbst. *„Yo ubhante viditvāna – majjhe mantā na lippati“, „mantā“* bedeutet Weisheit. Ihr mögt sagen: „Aber wir haben keine Weisheit. Es ist etwas, das bei den *Arahants* automatisch aufgeht.“ Das solltet ihr nicht sagen. Der Same der Weisheit ist in jedem von uns vorhanden: *„yonisomanasikāra“* – radikale Aufmerksamkeit.

„*Yonisomanasikāra*“ ist ein sehr kraftvolles Wort in dieser Befreiungslehre – besonders für Einsichtsmeditierende. Aber leider müssen wir erwähnen, dass wir in den Kommentaren keine klare Erklärung dafür finden. Es wird als „*upāya manasikāra*“ (geschickte Aufmerksamkeit) und „*patha manasikāra*“ (dem Pfad entsprechende Aufmerksamkeit) erklärt. Der Einfachheit halber nennen wir es „weise Aufmerksamkeit“. Aber es steckt eine große Tiefe darin. „*Yoni*“ bedeutet: Ort des Ursprungs – das Zugrundeliegende. Daher bedeutet „*yoniso-*

manasikāra“ „auf den Ort des Ursprungs gerichtete Aufmerksamkeit“. Ihr könnt bereits erahnen, was der Ort des Ursprungs ist. Es ist Kontakt (*phassa*), den wir den Kreuzungspunkt genannt haben. Deshalb finden wir im *Brahmajāla Sutta* die bedeutsame Aussage: „*tadapi phassa paccayā*“ („Auch das ist abhängig von Kontakt“). Es scheint, dass diese Tatsache aus irgendeinem Grund bisher nicht zu Tage getreten ist. Kontakt ist das, was der Ursprungsort zu sein scheint. Also ist die auf den Ort des Ursprungs gerichtete Aufmerksamkeit *yoniso-manasikāra*.

Ab jetzt müssen wir verschiedene Gleichnisse anführen. Es gibt ein Spiel namens „Tischtennis“. Wir wollen uns dieses Spiel in Erinnerung rufen. Der so genannte Ping-Pong-Ball und die beiden Schläger sind die notwendigen Utensilien. In der Mitte des TT-Tisches befindet sich ein niedriges Netz. Wie geht man bei diesem Spiel vor? Der Ball, dem der Spieler auf der anderen Seite mit seinem Schläger eine gezielte Drehung versetzt, muss von dem Spieler auf dieser Seite zurückgespielt werden, bevor er auf den Boden fällt. Zum besseren Verständnis unseres Gleichnisses wollen wir den Spieler auf der anderen Seite *Māra* nennen. Der Spieler auf dieser Seite ist der Meditierende. Betrachten wir es als ein Tischtennisspiel zwischen *Māra* und dem Meditierenden. Es gibt keinen „schlagfertigen Rabauken“ der *Māra* gleichkommt. Erinnert euch einfach an die Nuancen des Begriffs „Radau“ in der Gesellschaft. Wir haben den ganzen Weg im *Saṁsāra* zurückgelegt, weil wir uns in *Māra*s Schlagabtausch verfangen haben. Jetzt werden wir *Māra* besiegen. Sogar um ihn zu besiegen, muss der Meditierende den Schläger in die Hand nehmen. Was macht ein unfähiger oder ungeschickter Spieler? Wenn der Spieler auf der anderen Seite den Ball auf diese Seite schickt, lässt er ihn wegspringen und mühsam gibt er ihn zurück, indem er seinen Körper in diese und jene Richtung biegt. So kann er nicht weitermachen. Er wird schon bald der Verlierer

sein. Der Fähige hingegen bleibt gerade stehen und gibt den Ball zurück, sobald er seine Seite des Tisches berührt. Er lässt es nicht zu, dass er wegspringt. Man sollte dieses „Wegspringen“ selbst als ein Gleichnis für „*papañca*“ – begriffliche Ausbreitung – nehmen. Im Kontext des Dhamma ist dieses „Wegspringen“ mit *papañca* vergleichbar. „*Papañca*“ nicht nachzugeben, bedeutet auf der Stelle aufmerksam zu sein, ohne Gedanken zu gestatten wegzuspringen. Was heißt das „auf der Stelle“? Der Punkt des Kontakts – „*phassa*“. „Auf der Stelle“ auf den Kontaktpunkt zu achten, ist so, als würde man den Ball auf die andere Seite zurückspielen, sobald er diese Seite berührt. Ihr müsst das mit äußerster Schnelligkeit tun. Derjenige, der es sehr schnell tut, besiegt *Māra* schlussendlich. *Māra* wird seinen Schläger wegwerfen müssen.

Lasst uns ein anderes Gleichnis aufgreifen. Es handelt sich nicht um ein Spiel, sondern um einen Kampf. Wir kehren jetzt in das Zeitalter der Schwertkämpfe zurück. Nicht nur in Sri Lanka, sondern auch in Ländern wie England benutzte man das Schwert sowohl zum Angriff als auch zur Verteidigung. Sie hatten ein Schwert am Gürtel hängen. Wenn zwei solche Personen streiten, fordert die eine die andere zum Kampf heraus und zieht das Schwert aus der Scheide. Manchmal wurde der Kampf als Duell ausgetragen. Ohne Schild, um sich zu schützen, würde ein Abwehren und Zustoßen mit dem Schwert fortgesetzt werden. Denkt einmal darüber nach. Wie schnell muss man das Schwert schwingen, um zu gewinnen. Man muss darauf vorbereitet sein, jeden Schlag des Gegners abzuwehren. Wir haben diese beiden Gleichnisse angeführt, um zu zeigen, wie schnell die Aufmerksamkeit sein muss. Ob es sich um den Schläger oder das Schwert handelt, man muss seine Aufmerksamkeit bis zum Äußersten beschleunigen. Da wir das Gleichnis des Tischtennisspiels als praktische Veranschaulichung gegeben haben, nehmen wir an, dass *Māra* einen „Form-Ball“ schickt. Sobald der „Form-Ball“ kommt,

sollte man ihn, ohne ihn in „*papañca*“ „wegspringen“ zu lassen, zur gegenüberliegenden Seite zurückgeben. Wie macht man das? Was ist der Schläger, der auf dieser Buddha-Seite verwendet wird? „A*nicca, anicca*“ – „unbeständig, unbeständig“. *Māra* mag den Ball erneut schicken. Aber mit diesem „*anicca*“-Schläger drehen wir ihn zu der anderen Seite hin. Wir haben dieses Gleichnis gegeben, um euch mit „*aniccānupassanā*“ – „Kontemplation der Unbeständigkeit“ – vertraut zu machen.

Bei einer früheren Gelegenheit haben wir bereits einen sehr kraftvollen Vortrag über die Kontemplation der Unbeständigkeit erwähnt. Im *Saḷāyatana Vagga* des *Saṁyutta Nikāya* gibt es zwei Lehrreden mit dem gleichen Titel „*Dvayaṁ*“. Letztes Mal haben wir eine von ihnen besprochen. Jetzt ist das zweite „*Dvayaṁ“-Sutta* für den vorliegenden Kontext relevant.[5] So beginnt der Buddha diese Lehrrede: „*Dvayaṁ bhikkhave paṭicca viññāṇaṁ sambhoti*.“ „Mönche, abhängig von einer Zweiheit entsteht Bewusstsein.“ „*Kathañca bhikkhave dvayaṁ paṭicca viññāṇaṁ sambhoti.*“ „Wie, ihr Mönche, entsteht Bewusstsein in Abhängigkeit von einer Zweiheit?“ „*Cakkhuñca paṭicca rūpe ca uppajjati cakkhu-viññāṇaṁ*.“ „In Abhängigkeit von Auge und Formen entsteht Seh-Bewusstsein.“ Dann folgt eine Reihe von bedeutsamen Worten. „*Cakkhuṁ aniccaṁ vipariṇāmi aññathābhāvī, rūpā aniccā vipariṇāmino aññathābhāvino.*“ „Das Auge ist unbeständig, veränderlich und anders werdend. Formen sind unbeständig, veränderlich und anders werdend.“ Dann wird gesagt: „*Itthetaṁ dvayaṁ calañceva vayañca aniccaṁ vipariṇāmī aññathābhāvī*.“ Somit ist diese Zweiheit instabil, dem Vergehen unterworfen, unbeständig, sich wandelnd und anders werdend. Das ist noch nicht alles. „*Cakkhuviññāṇaṁ aniccaṁ vipariṇāmī aññathābhāvī.*“ „Seh-Bewusstsein ist unbeständig, veränderlich, anders werdend.“ „*Yopi hetu yopi paccayo cakkhuviññāṇassa uppādāya …“* „Was auch immer es für eine Bedingung für das Entstehen des Seh-Bewusstseins gibt, auch das ist unbeständig.“

Dann stellt der Buddha eine Frage an die Mönche: „Ihr Mönche, wie kann etwas, das aufgrund einer unbeständigen Bedingung entsteht, beständig sein?“ Wenn die Bedingungen unbeständig sind, wie kann Seh-Bewusstsein, das in Abhängigkeit von ihnen entstanden ist, beständig sein? Es gibt drei Begriffe, die verwendet werden, um die Zusammenstellung dieser drei Faktoren zu bezeichnen: „*tiṇṇaṁ dhammānaṁ saṅgati sannipāto samavāyo*“ – Das Zusammenkommen, die Zusammenkunft, das Miteinander – das ist es, was „Kontakt“ genannt wird. Dann kommt die Feststellung: „*Cakkhusamphassopi anicco vipariṇāmī aññathābhāvī*.“ „Auch der Kontakt des Auges ist unbeständig, veränderlich, anders werdend.“ Dann wird wieder die Frage aufgeworfen: Wie kann der Kontakt des Auges, der aufgrund unbeständiger Bedingungen entstanden ist, beständig sein? Nun kommt eine bedeutsame Erklärung: „*Phuṭṭho bhikkhave, vedeti, phuṭṭho sañjānāti, phuṭṭho ceteti*.“ „Berührt, ihr Mönche, fühlt man, berührt nimmt man wahr, berührt beabsichtigt man.“ Man beachte also: Der Ursprung und das Zugrundeliegende von Gefühl, Wahrnehmung und Absicht ist Kontakt selbst. Nicht umsonst haben wir gesagt, dass „*yonisomanasikāra*“ oder radikale Aufmerksamkeit das geistige Aufmerken auf den Punkt der Berührung ist. Schlussfolgernd wird gesagt, dass all diese Dinge instabil, vergehend, unbeständig und anders werdend sind: *„itthetepi dhammā calā ceva vayā ca aniccā vipariṇāmino aññathābhāvino.“*

Dies ist die wunderbare Darstellung der Kontemplation der Vergänglichkeit durch den Buddha. Vor diesem Hintergrund kann man nun verstehen, ganz gleich ob es sich um den Schläger oder das Schwert handelt, was dabei wichtig ist, ist die Geschwindigkeit der ausgerichteten Aufmerksamkeit. In dem Moment, in dem man die Geschwindigkeit der Aufmerksamkeit auf das Äußerste beschleunigt hat, kann man das Geheimnis dieser Luftspiegelung verstehen. Wir haben jetzt genug über das Auge gesagt. Es sind sechs. Wenden wir also

unsere Aufmerksamkeit dem Ohr zu. Ich hoffe, dass ich auch das mit Gleichnissen erklären kann. Lasst mich zunächst erwähnen, dass ich auf das *Majjhe Sutta* zurückgreifen muss, wenn ich über jeden einzelnen Sinnesbereich spreche. Nach den Ausführungen im *Majjhe Sutta* wird das Ohr folgendermaßen beschrieben. Das Ohr ist das eine Ende, der Klang ist das zweite Ende und das Hör-Bewusstsein befindet sich in der Mitte. Die Näherin ist wie üblich das Verlangen. Was tut diese Näherin? Sie setzt den Stich in das Ohr und den Ton und ignoriert das Hör-Bewusstsein. Auch in diesem Fall ist es hilfreich, die Aufmerksamkeit zu beschleunigen. Ich möchte ein Gleichnis geben, um die Beschleunigung der Aufmerksamkeit zu illustrieren. Es mag ein wenig unkonventionell sein.

Wie ihr wisst, lebt auf den Bäumen ein käferähnliches Insekt von etwa zwei Zentimetern Größe, das wir „*Rähäyyā*“ („Zikade“) nennen. Diese Kreatur beginnt gegen 4 Uhr nachmittags mit ihrer Musik. Wenn eine „*Rähäyyā* “ den Anfang macht, stimmen andere in den Chor ein. Es ist eine äußerst raue Musik, die das Ohr irritiert. Wenn ihr mit mir Nachsicht habt, werde ich sie imitieren:

„R-R-R……R-R-R-R-R……..R-R“

Manchmal frage ich mich, ob es „*Rähäyyā* “ heißt, weil es uns lehrt, wie wir unsere „R’s“ rollen sollen. Natürlich kenne ich die Etymologie des Wortes nicht. *Rähäyyā*-Musik ist eine große Störung für unsere Meditation der Ruhe und Gelassenheit (z. B. „*samatha*“), weil sie sich ins Ohr bohrt. Aber sie erinnert uns daran, dass es etwas gibt, das „Trommelfell“ genannt wird. Das wunderbarste Musikinstrument der Welt ist das Trommelfell. *Rähäyyā* erinnert uns an die Tatsache, dass wir ein Trommelfell haben. Obwohl es unser „Feind“ in „*samatha*“ ist, können wir es in „*vipassanā*“ (Einsichtsmeditation) zu unserem „Freund“ machen, wenn wir radikale

Aufmerksamkeit mit Achtsamkeit (*sati*) und vollem Gewahrsein („*sampajañña*“) einsetzen. Zwischen zwei „R's“ (R....R) befindet sich *Nibbāna*, wenn man seine Aufmerksamkeit dorthin lenkt. Nur wenn man sich in dem „Knoten“ des Verlangens der Näherin verfängt, wird es zu einer rauen und irritierenden Musik. Schließlich wird man erkennen, dass es sich nur um eine Aneinanderreihung von „R's“ handelt. Gemäß der Terminologie der Einsichtsmeditation können wir sagen, dass man die „Wahrnehmung der Kompaktheit“ (*ghanasaññā*) hinter sich lassen und die Wahrnehmung des Angehäuften (*rāsisaññā*) erwecken kann, wenn man seine Aufmerksamkeit auf der Stelle mit Achtsamkeit und vollem Gewahrsein lenkt. Letztlich ist *Rähäyyā* also ein Insekt, das uns ein Meditationsthema für *Nibbāna* liefert, obwohl es scheinbar eine Störung der Ruhe ist.

Ich muss gestehen, dass ich vergessen habe, eine Sache zu erwähnen, als ich über das Auge sprach. Alle Gleichnisse, die ich über das Auge gegeben habe, sind grob, wenn man sie mit dem Gleichnis vergleicht, das der Buddha im *Indriyabhāvanā Sutta* gibt.[6] Es ist die letzte Abhandlung im *Majjhima Nikāya*. Es ist eine wunderbare Lehrrede, die der Buddha an den Ehrwürdigen Ānanda richtete. Wir können sagen, dass die Quintessenz dieser Lehrrede die höchste und unvergleichliche Entwicklung der Sinnesfähigkeiten (*anuttarā indriyabhāvanā*) ist. Sie wird mit einer Reihe von Gleichnissen illustriert. Das Gleichnis, das der Buddha dort in Bezug auf das Auge gegeben hat, übertrifft alle unsere Gleichnisse bezüglich der Beschleunigung der Aufmerksamkeit. Das Gleichnis lautet: So schnell, wie ein Mann mit Sehvermögen seine Augen öffnet und schließt und die Augen schließt und öffnet, sollte man radikale Aufmerksamkeit in Bezug auf Formen, die vor die Augen kommen, üben. Für die Augen hat der Buddha also ein treffendes Gleichnis gegeben, das sich auf das Auge bezieht.

Was das Ohr betrifft, so gibt er ein Gleichnis über das Ohr selbst. So wie ein starker Mann mit seinen Fingern mit vollkommener Leichtigkeit schnippt, so schnell sollte man auf ein Geräusch achten. Übrigens wird das Schnippen der Finger oft als Hinweis auf einen Augenblick (*khaṇa*) verstanden. Der Buddha sagt, dass ein Mönch beim Hören eines Geräusches erfreut oder unzufrieden sein kann oder eine Mischung aus beidem haben kann, aber dass er diese Gefühle sofort loswerden und seinen Geist in Gleichmut ruhen lassen soll.

Dann kommen wir zu der Nase. Auch hier, wenn wir zum *Majjhe Sutta* zurückkehren, ist die Nase das eine Ende, der Geruch ist das zweite Ende und Nasen-Bewusstsein liegt in der Mitte. Das Verlangen der Näherin ignoriert die Mitte und setzt den Stich. Wenn wir etwas riechen, nehmen wir eigentlich die Luft auf, die den Geruch trägt. Wenn es ein angenehmer Geruch ist, nehmen wir ihn mit Anhaftung auf. Luft ist der Träger des Geruchs.

Im *Sagāthaka Vagga* des *Saṁyutta Nikāya*[7] gibt es eine Geschichte über Anhaftung an wohlriechenden Gerüchen. Im Kosala-Land lebte ein im Wald wohnender Mönch in einer Hütte im Dschungel. Eines Tages, als er von seiner Almosenrunde zurückkehrte, stieg er in einen Teich hinab und roch enthusiastisch an einer Lotusblume. Eine Waldgottheit sah dies und beschuldigte ihn, ein Dieb des Duftes zu sein. Zu seiner Verteidigung sagte der Mönch: „Wie kannst du mich einen Dieb des Duftes nennen? Ich habe die Blume nicht gepflückt und sie auch nicht weggenommen.“ Aber die Gottheit sagte: „Du bist hier, um deinen Geist zu läutern. So erscheint selbst ein kleiner Fehler als ein schwerwiegender.“ Der Mönch gestand seine Schuld und dankte der Gottheit, dass sie ihn darauf hingewiesen hatte. Es scheint also, dass sogar das absichtliche Riechen an einer Blume eine Verunreinigung darstellt. Die Täuschung der Luftspiegelung wird dadurch aufrechterhalten.

Man stellt sich vor, dass der Duft in der Blume ist.[8]

In Bezug auf die Zunge sagt das „*Majjhe Sutta*“: Die Zunge ist das eine Ende, der Geschmack ist das andere Ende und Zungen-Bewusstsein ist in der Mitte. Wenn es um schmackhafte Dinge geht, kann es sich um Eiscreme oder ein Stück Hühnerfleisch handeln. Was passiert, sobald man das Eis oder das Stück Hühnerfleisch sieht? Es bildet sich Speichel auf der Zunge. Der Speichel ist der Träger des Geschmacks, so wie die Luft der Träger des Geruchs ist. Der Speichel macht sich bereit, den Geschmack aufzunehmen. Also verschlingt man gierig das leckere Ding. Die Gier nach Geschmack ist so stark, dass der Buddha die Meditationen über die Elemente und die Widerlichkeit empfohlen hat, um sie zu bekämpfen. Er erklärt, dass jemand, der gierig nach Geschmack ist, niemals sein Herz (zu *Nibbāna*) erwecken wird. „*Rasataṇhāya gadhito hadayaṁ nāvabujjhati*.“ [9]

Manchmal gibt er ein Gleichnis, das einen erschaudern lässt, wenn man darüber nachdenkt. Im *Nālaka Sutta* des *Sutta Nipāta*, wenn er den Pfad der Praxis beschreibt, der einem *muni* (Weisen) angemessen ist, erwähnt er ihn kurz: „*Khuradhārūpamo bhava*.“[10] – „Sei einer, der das Gleichnis der Rasierklinge im Kopf hat.“ Das vom Buddha gegebene Gleichnis über die Rasierklinge lautet wie folgt: Eine Rasierklinge ist mit Honig beschmiert. Die Rasierklinge wird einem Gierigen zum Ablecken gegeben. Kann er es tun, ohne sich in die Zunge zu schneiden? Das ist ein Gleichnis, das den Gierigen in Schrecken versetzt. Der Geschmack ist ein so subtiles Verlangen. Warum gibt uns der Buddha ein so abschreckendes Gleichnis? Weil er das Verlangen nach Geschmack besiegt hat. Auch die anderen *Arahants* führen das Beispiel des Buddha an. „*Rasapaṭisaṁvedī kho pana so bhavaṁ Gotamo āhāraṁ āhāreti no ca rasarāgapaṭisaṁvedī*.“[11] Der Brahmanenjunge Uttara bemerkte einst: „Geschmack erfahrend, nimmt der Ehrwürdige Gotama

Nahrung zu sich, aber er erfährt keine Anhaftungen an Geschmack.“ Die Geschmacksnerven des Buddha sind so fein wie unsere. Sie werden nicht untätig, wenn er Buddhaschaft erlangt. Aber er hat keine Anhaftung an Geschmack. Heutzutage können die Menschen diese wunderbare Tatsache nicht verstehen. Dies bedeutet, dass es *Nibbāna* sogar an der Zungenspitze gibt. Ein Meditierender kann dies bis zu einem gewissen Grad erkennen, wenn er mit Achtsamkeit und vollem Gewahrsein Nahrung zu sich nimmt. Schließlich befindet sich der Geschmack weder auf der Zunge noch im „verzehrfertigem Huhn“. Erst in dem „Augenblick“, in dem Zunge und das verzehrfertige Huhn zusammenkommen, wird der Geschmack aktiv. Nachdem wir nun über den Speichel gesprochen haben, sehen wir, wie treffend das Gleichnis ist, das der Buddha dafür gegeben hat. Als er über das Auge sprach, gab er ein Gleichnis, das zum Auge passt, und als er über das Ohr sprach, ein Gleichnis, das zum Ohr passt. Seht nun, wie treffend das Gleichnis über die Zunge ist. So wie ein starker Mann mit größter Leichtigkeit ein wenig Speichel an der Zungenspitze sammelt und ihn ausspuckt, so schnell sollte ein Mönch, sobald die Anhaftung an Geschmack entstanden ist, seinen Geist von Vorlieben und Abneigungen befreien und ihn in Gleichmut ruhen lassen.

Lasst uns nun die Frage nach Körper und berührbaren Dingen aufgreifen. Auch in diesem Zusammenhang sagt das *Majjhe Sutta*, dass der Körper das eine Ende ist, die berührbaren Dinge das zweite Ende und Körper-Bewusstsein die Mitte. Auch dort entsteht Körper-Bewusstsein genau wegen des Körpers und der berührbaren Dinge. Aber die Näherin Verlangen näht die beiden zusammen. Ihr solltet euch alle diese Gleichnisse merken. Deshalb habe ich euch ermahnt, aufmerksam zuzuhören. Hier entsteht das, was wir tatsächlich „Kontakt“ (*phassa*) nennen. Deshalb bezeichnete der Buddha es als ein „Nahrungsmittel“ (*āhāra*). Er wies darauf hin, dass es

vier Arten von Nahrungen (*cattāro āhāra*[12]) gibt, die die Wesen erhalten. Die erste ist das grob- oder feinstoffliche Essen, die in Häppchen (*kabaliṅkāra āhāra*) eingenommen wird. Die zweite ist Kontakt (*phassa*). Die dritte ist absichtliches Denken, das im Geist abläuft (*manosañcetanā*). Die vierte ist Bewusstsein (*viññāṇaṁ*). Es führt zu einer sehr tiefgründigen Dhamma-Abhandlung. Aber auch hier ist das Gleichnis, das der Buddha für den Kontakt gegeben hat, eines, das einen erschaudern lässt. Es findet sich im „*Puttamaṁsa Sutta*". Ohne die ganze Geschichte zu erzählen, werden wir nur das Gleichnis wiedergeben. Dort verwendet der Buddha den Ausdruck „*niccammā gāvī*" – wörtlich „die Kuh, die gehäutet wurde". Aber wir dürfen darunter nicht eine Kuh verstehen, die zu Tode gehäutet ist, sondern nur, dass sich an einigen Stellen ihres Körpers die Haut gelöst hat. Der Buddha spricht hier über eine solche Kuh. Er sagt, wenn diese Kuh in der Nähe einer Mauer stehen würde, würden die Lebewesen in der Mauer ihr Fleisch essen. Wenn sie in der Nähe eines Baumes stehen würde, würden sich die Lebewesen im Baum in die Wunde hineinfressen. Wenn sie ins Wasser hineingehen würde, würden sich die Lebewesen im Wasser in ihren Körper hineinfressen. Wenn sie auf freiem Feld, stehen würde, würden die Vögel an ihren Wunden picken. Wo auch immer die Kuh stehen würde, würden sich die Lebewesen dort in sie hineinfressen. Denkt einmal über die Tiefe dieses Gleichnisses nach. Wie erleben wir das Vergnügen von körperlichem Kontakt? Nach Kontakt kommt als Nächstes Gefühl. Über diese Aussage solltet ihr nachdenken: Es gibt einen Unterschied zwischen dem Gefühl, das wir mit der Haut erleben, und dem Gefühl, das wir ohne die Haut erleben. Nehmen wir an, wir haben eine offene Wunde. Von anderen weichen Dingen ganz zu schweigen, fühlt ein Tuch aus Samt sich extrem weich an. Wenn ein Tuch aus Samt die Wunde berührt, empfinden wir dann ein angenehmes Gefühl? Was ist jetzt geschehen?

Lasst uns diesem Gleichnis ein Postskriptum hinzufügen. Der Buddha hat den ganzen Körper mit einer Wunde verglichen.[13] Wenn der ganze Körper eine „Wunde“ ist, was könnte die Haut sein? Die Haut ist der „Verband“, der ihn bedeckt. Um diesen Verband zu schmücken, investieren die Weltlinge, besonders die Frauen, so viel. Um den Verband zu „bemalen“ und ihn modisch zu machen, geben sich vor allem die Frauen große Mühe. Wenn ein kleiner Kratzer entsteht, ist die Freude an der Berührung dahin. Ich muss euch keine Beispiele nennen. Denkt einfach über den Unterschied zwischen dem Gefühl mit Haut und ohne Haut nach. Das vom Buddha gegebene Gleichnis der „*niccammā gāvī*“ (gehäuteten Kuh) ist also äußerst tiefgründig.

Kehren wir nun zu dem Gleichnis zurück, das der Buddha in Bezug auf das Gefühl der Berührung im *Indriyabhāvanā Sutta* gegeben hat. Es geht um die Reaktion auf das Gefühl der Berührung. Er gibt sogar eine Formel an, um zu zeigen, wie schnell ein Mönch eine Vorliebe oder eine Abneigung oder eine Mischung aus beidem beim Erleben einer Berührungsempfindung vertreiben sollte. Er gibt eine aufschlussreiche Formel an, die verwendet werden kann, damit der Geist in Gleichmut ruhen kann. Ein Mönch sollte reflektieren: „Hier ist eine Vorliebe, eine Abneigung oder beides in mir entstanden. Aber das ist etwas Vorbereitetes, Grobes und abhängig Entstandenes. Dies ist friedlich, dies ist hervorragend, nämlich Gleichmut („… *tañca kho saṅkhataṁ oḷārikaṁ paṭiccasamuppannaṁ. Etaṁ santaṁ etaṁ paṇītaṁ yadidaṁ upekkhā*“). Tatsächlich wird dieses Prinzip auf jede Sinnesfähigkeit angewandt. In Bezug auf den Körper wird das Gleichnis im *Indriyabhāvanā Sutta* gegeben, um die Schnelligkeit zu veranschaulichen, mit der man seinen Geist zu „*upekkhā*“ oder Gleichmut bringt: „So schnell, wie ein starker Mann seinen gebeugten Arm strecken oder seinen ausgestreckten Arm beugen würde.“ Dieses Gleichnis taucht in den buddhistischen

Schriften häufig auf, wenn es um die Geschwindigkeit geht, mit der jemand, der übersinnliche Kräfte besitzt, von einem Ort „verschwindet“ und an einem anderen Ort wieder erscheint. Somit hat der Buddha, wenn er über den Körper spricht, ein Gleichnis über den Körper selbst genommen.

Nun kommen wir zum Geist. Um Zeit für die Beschäftigung mit dem Geist zu gewinnen, habe ich mich kurz mit den anderen Sinnen beschäftigt. Der Geist ist der kniffligste Punkt bei der Naht der Näherin Verlangen. Er ist der letzte „Trumpf“ von *Māra*. Dort ist es, wo alle Wesen in der Welt, einschließlich des Wissenschaftlers und des Philosophen, steckengeblieben sind. Auch hier wollen wir zunächst die „zwei Enden“ des *Majjhe Sutta* aufgreifen. Der Geist ist das eine Ende. Das andere Ende sind die Geist-Objekte (*dhammā*). Diejenige, die den Knoten zwischen ihnen macht, ist die Näherin Verlangen. In diesem Zusammenhang müssen wir einen sehr tiefen Punkt erklären. Lasst uns auf den Begriff „*manasikāra*“ zurückgreifen. In der Pāli-Sprache ist die Etymologie des Wortes „*manasi*“ ein Lokativ – es bedeutet „im Geist“ und „*kāra*“ bedeutet „tun“. Also deutet „*manasikāra*“ auf ein „Tun“ im Geist hin. Dieses „Tun“ im Geist lenken wir ungewollt auf ein Objekt. Das ist ein sehr tiefgründiger Punkt. Nun, da wir das Wort „*manasikāra“* erwähnt haben, wollen wir eine andere Lehrrede einbringen, der wir schon früher begegnet sind. Wir haben sie bereits besprochen. Wenn ich ihren Titel erwähne, werden diejenigen unter euch, die sie früher gehört haben, sie leicht verstehen – nämlich das *Kimmūlaka Sutta*.[14] Auch das ist eine ganz wundervolle Lehrrede.

Der Buddha fragt die Mönche: „Wie, ihr Mönche, würdet ihr antworten, wenn Wander-Asketen anderer Sekten eine Reihe von Fragen wie diese aufwerfen würden?“ Die Mönche gestehen: „Wir wissen nicht, wie wir antworten sollten. Würde der Erhabene selbst uns die Antworten sagen.“ Es ist

bemerkenswert, dass der Buddha selbst die Fragen stellt. Das zeigt, wie wichtig und tiefgründig die Fragen sind. Nun wiederholt der Buddha die Fragen und sagt: „Wenn sie euch befragen, solltet ihr besser diese Antworten geben." Wir haben diese Lehrrede bereits besprochen. In diesem Zusammenhang werden wir also nur die ersten drei Fragen aufgreifen, die relevant sind. „*Kimmūlakā āvuso sabbe dhammā*?" „Was, Freunde, ist die Wurzel aller Dinge?" „*Kiṁ sambhavā sabbe dhammā*?" „Was ist der Ursprung aller Dinge?" „*Kiṁ samudayā sabbe dhammā*?" „Was ist das Entstehen aller Dinge?" Die Antwort auf die erste Frage lautet: „*Chandamūlakā āvuso sabbe dhammā*." „Interesse, Freunde, ist die Wurzel aller Dinge." Wir haben „*chanda*" als die leichteste Schattierung des Verlangens definiert. In der Tat ist sie so leicht, dass sie kaum erkennbar ist. Nach der traditionellen Erklärungsweise ist „Verlangen schlecht, aber das Wünschen nach dem Heilsamen (*Kusala-cchanda*) ist in Ordnung." Aber selbst das muss aufgegeben werden. Deshalb heißt es im Dhamma „*Chandaṁ nissāya chandaṁ pajahatha.*" „Abhängig vom Wünschen, gib das Wünschen auf." Das ist ein wunderbarer Mittlerer Weg. In der schlussendlichen Betrachtung muss selbst das aufgegeben werden. Das Wünschen nach dem Heilsamen ist gut. Man kann nicht ohne es auskommen. Das Wünschen nach Ruhe und Einsicht muss vorhanden sein. Aber es kommt eine Zeit, in der man auch das aufgeben muss.

Das zeigt die Tatsache, dass „*chanda*", das wir mit „Interesse" wiedergegeben haben, die Wurzel aller Dinge ist. Denkt nur daran, warum ein Problem wie aus dem Nichts in unserem Geist auftaucht. Es ist „Interesse", wie subtil es auch sein mag. Aber es taucht auf. Was es findet oder entdeckt, ist Aufmerksamkeit – „*manasikāra sambhavā*". Es entsteht durch „Kontakt" – „*phassa samudayā*". Ich weiß nicht viel über den Computer, aber soweit ich sehen kann, sind alle drei oben genannten Eigenschaften im Computer zu finden. Wir sprachen

von „*chanda*“ (Interesse), „*manasikāra“* (Aufmerksamkeit) und „*phassa“* (Kontakt). Von diesen ist „*chanda*“ die „Maus“. Wie ihr wisst, arbeitet die Maus ungesehen – im Verborgenen. Man kann sie nicht einmal arbeiten sehen. Was geschieht, wenn die Maus aktiv ist? Der „Cursor“ wird in Gang gesetzt. Das ist Aufmerksamkeit. „Interesse" ist also die „Wurzel“ – die „Maus“, die im Verborgenen arbeitet. Was tut sie im Verborgenen? Sie setzt den „Cursor“ in Gang. Worauf zielt der Cursor ab? Das „Menü“ – das ist *phassa* – „Kontakt“. Von da an „genießt“ man, was der Computer „auftischt“. Wir haben diese Analyse gemacht, um die Erklärung so praktisch wie möglich zu machen.

Es scheint also, dass „Interesse“ die Wurzel aller Dinge ist. Bis der Buddha darauf hinwies, war sich die Welt dessen nicht bewusst. Jedes Mal, wenn wir eine tiefgründige Abhandlung beenden, zitieren wir zwei einfache Strophen, die jeder kennt. Rufen wir sie uns in Erinnerung – zumindest den relevanten Teil. *„Manopubbaṅgamā dhammā – manoseṭṭhā manomayā“*.[15] Die ganze Zeit über hatte die kommentierende Tradition dies anders interpretiert. Wie wir bei der Erläuterung der Zeile „*manopubbaṅgamā dhammā*“ dargelegt haben, kommt von den beiden Begriffen „*mano*“ (Geist) und „*dhammā*“ (Geist-Objekte) auf beiden Seiten der Geist als „Vorläufer“ (*manopubbaṅgamā*) zuerst. „*Manoseṭṭhā“* – die Geist-Objekte haben den Geist als ihr Oberhaupt. Nicht nur das, „*manomayā*“ – die Geist-Objekte sind „vom Geist gemacht“. Deshalb gibt es dieses Wort mit seiner eigentümlichen Etymologie: „*manasikāra*“ (wörtlich: das Tun innerhalb des Geistes), d.h. Aufmerksamkeit. Wir waren uns nicht bewusst, dass ein Objekt des Geistes vom Geist selbst geschaffen wird. Demnach sieht es so aus, als ob diese ganze Spielerei mit etwas betrieben wird, das der Geist selbst geschaffen hat. Seht nur, wie subtil der Knoten der Näherin Verlangen ist. Indem die Geschwindigkeit der Aufmerksamkeit beschleunigt wird, wie im Tischtennisspiel, kann man damit gleichziehen. Das Geheimnis der Aufmerksamkeit (*manasikāra*)

wird durch die Beschleunigung der „radikalen Aufmerksamkeit“ (*yoniso-manasikāra*) entdeckt. Das heißt, indem man sofort – und zwar auf der Stelle – aufmerksam ist. Das ist etwas fast „Unvorstellbares“.

Es kommt eine Zeit, in der der Ursprungsort eines Gedankens ans Licht kommt. Es gibt in der Tat ein paar Zeilen einer Strophe in einer bestimmten Lehrrede, die selbst die Kommentare nicht richtig erklären: „*Disvā āyatanuppādaṁ – sammā cittaṁ vimuccati*.“[16] „Nachdem das Entstehen der Sinnesbereiche gesehen worden ist – ist der Geist ganz befreit.“ Was ist damit gemeint, dass, wenn man zu irgendeinem Zeitpunkt das Entstehen der Sinnesbereiche sieht, der Geist befreit ist? Das Entstehen der Sinnesbereiche geschieht mit einer kaum wahrnehmbaren Geschwindigkeit. Der Prozess des Gebens-und-Nehmens zwischen dem Geist und dem Geist-Objekt geht mit extremer Geschwindigkeit vor sich. Jeder denkt, dass das Geist-Objekt vor dem Geist steht, denn man kann argumentieren: Wie können wir ohne ein Objekt denken? Aber durch die Etymologie des Begriffs „*manasi-kāra*“ kann man verstehen, dass das Geist-Objekt selbst vom Geist geschaffen wird. Deshalb sagen wir „*manomayā*“. Bei welcher Gelegenheit auch immer man es zu verstehen beginnt, wird die Zauber-Show des Bewusstseins enthüllt. Es ist dieser Zauberer – dieser Zauberkünstler – der diese Verwirrung erzeugt. Was wir in dieser Zauber-Show finden, ist der Geist und sein Objekt, das er selbst geschaffen hat. Letztendlich läuft es auf dasselbe Problem hinaus wie beim Reh und der Luftspiegelung. Nur wenn man die radikale Aufmerksamkeit bis zum Äußersten beschleunigt, schafft man es zu verstehen, wie es ist.

Wir brauchen kein eigenes Gleichnis zu geben. Jedes Gleichnis, das wir geben können, bleibt weit hinter dem Gleichnis zurück, das der Buddha in Bezug auf den Geist gegeben hat. „Angenommen, ihr Mönche, ein Mann lässt zwei

oder drei Wassertropfen in einen eisernen Kessel fallen, der den ganzen Tag lang erhitzt worden ist. Das Fallen dieser Wassertropfen ist langsam, aber ihr Trocknen und Verdampfen ist augenblicklich." Versucht euch das vorzustellen. Du lässt zwei oder drei Wassertropfen von oben in einen stark erhitzten Eisenkessel fallen. Wenn Du den Tropfen beim Fallen zusieht, schaffst Du es nicht, ihr Verdampfen zu sehen.

In diesem Gleichnis scheinen wir einen Hinweis darauf zu bekommen, was zwischen Geist und Geist-Objekt geschieht. Aber falls ein Meditierender durch Beschleunigung der radikalen Aufmerksamkeit sogar dies begreift, hat er das Entstehen der Sinnesbereiche gesehen: wie die beiden zusammenkommen und Bewusstsein entsteht. Das Entstehen von Bewusstsein zu sehen, bedeutet, das Gesetz des Abhängigen Entstehens zu sehen: *„Cakkhuñca paṭicca rūpe ca uppajjati cakkhuviññāṇaṁ."* Man beachte die Bedeutung der beiden Worte: *„paṭicca uppajjati"* – In Abhängigkeit von Auge und Formen entsteht Seh-Bewusstsein. Der Buddha hat gelehrt, dass Bewusstsein eine Zauber-Show ist. Deshalb heißt es: *„majjhe mantā na lippati"*. Mit Weisheit haftet nicht an der Mitte. „*Yo ubhante viditvāna"* – „Derjenige, der beide Enden verstanden hat." Warum hat jemand, der beide Enden versteht, keine Anhaftung an der Mitte? Weil er Weisheit besitzt. Er hat den Zauber von Bewusstsein aufgedeckt. Wir haben so oft gesagt, dass, wenn jemand das Innere einer Zaubershow sieht, der Zauber für ihn nicht mehr da ist. Das geschieht bei der oben erwähnten Gelegenheit. Dann trägt die radikale Aufmerksamkeit oder „*yoniso manasikāra*", die wir den „Samen" der Weisheit genannt haben, ihre Früchte als Weisheit selbst. In dieser Weisheit hat Bewusstsein keinen Platz. Deshalb heißt es *„paññā bhāvetabbā viññāṇaṁ pariññeyyaṁ"*[17] – „Weisheit muss entwickelt werden, Bewusstsein muss begriffen werden." Um Bewusstsein zu begreifen, muss Weisheit entwickelt werden. Auf dem Höhepunkt der Entwicklung von Weisheit wird das

Geheimnis von Bewusstsein enthüllt. Es wird in dem oben erwähnten Moment enthüllt. Das Entstehen der Sinnesbereiche wird auf der Stelle gesehen. Zusammen mit dem Erkennen des Entstehens der Sinnesbereiche wird auch ihre Beendigung offensichtlich, denn was auch immer entstanden ist, muss enden. Das ist die Erkenntnis der Beendigung (*nirodha*). Dann gibt es das friedvolle und ausgezeichnete *Nibbāna*, wie es in dem denkwürdigen Leitspruch ausgedrückt wird, der mit *„Etaṁ santaṁ etaṁ paṇītaṁ"* (Dies ist friedvoll, dies ist hervorragend ... usw.) beginnt.

Nun stellt sich die Frage nach dem Objekt des Geistes – dem Dhamma. Wir haben gesagt, dass ein Meditierender nicht ohne es auskommen kann. Es gibt eine sehr wichtige Lehrrede, die für die Erörterung dieses Punktes relevant ist – nämlich das *Alagaddūpama Sutta*.[18] In dieser Lehrrede hat der Buddha das Gleichnis vom Floß gegeben. Er verkündet: *„Kullūpamaṁ vo bhikkhave dhammaṁ desissāsi."* „Ihr Mönche, ich werde euch ein Dhamma darlegen, das mit einem Floß vergleichbar ist." Ein Mann, der auf eine lange Reise geht, stößt auf eine große Wasserfläche. Es gibt weder eine Fähre noch eine Brücke. Da es keine andere Möglichkeit gibt, sammelt er hier und dort einige Äste auf, bindet sie mit Schlingpflanzen zusammen und improvisiert ein Floß. Mit Hilfe dieses Floßes und unter Anstrengung seiner Hände und Füße gelangt er ans andere Ufer. Am anderen Ufer angekommen, braucht er das Floß nicht mehr. Also lässt er es im Wasser treiben. Die Moral aus diesem Gleichnis ziehend, sagt der Buddha: *„Kullūpamo mayā bhikkhave dhammo desito nittharaṇatthāya, no gahaṇatthāya."* „Ich habe den Dhamma mit dem Gleichnis vom Floß, nur zum Überqueren, nicht zum Festhalten gelehrt." In demselben Zusammenhang sagt er: „Wenn man dieses Gleichnis verstanden hat, muss man sogar die Dinge aufgeben, die mit dem Dhamma zu tun haben. Was soll man da erst von den Dingen auf der Seite des Adhamma sagen – das sind jene, die im Gegensatz zum

Dhamma stehen.

Wenn ich auf ein anderes Gleichnis hinweisen darf, damit ihr diese kurzgefasste Moral versteht; ich habe bereits das Gleichnis der sieben Staffelkutschen im *Rathavinīta-Sutta* besprochen.[19] Es ist ein Gleichnis, das dem modernen Staffel-Wettlauf ähnelt. König Pasenadi von Kosala hat eine dringende Angelegenheit in Sāketa zu erledigen, und sieben Staffelkutschen werden für ihn bereitgestellt. Weil die Pferde müde werden, steigt der König aus der ersten Staffelkutsche aus und besteigt die zweite Staffelkutsche. Ebenso aus der zweiten in die dritte und aus der dritten in die vierte und so weiter, und schließlich kommt er mit der siebten Kutsche in Sāketa an. Nachdem er aus der siebten Kutsche ausgestiegen ist, erledigt er seine geschäftliche Angelegenheit. Dieses Gleichnis veranschaulicht die Abfolge der sieben Läuterungen. Die Läuterung der Tugend ist zweckdienlich bis zur Läuterung des Geistes, die Läuterung des Geistes ist zweckdienlich bis zur Läuterung der Ansicht, und auf diese Weise sind sieben Läuterungen erwähnt. Die siebte ist die Läuterung durch Wissen und Schau, aber sogar das muss aufgegeben werden, denn vollkommenes *Nibbāna* ist ohne Festhalten (*anupādā parinibbāna*). Dies ist sehr wunderbar. In keinem anderen religiösen System findet man etwas Vergleichbares. Aufgeben selbst ist *Nibbāna*.

Um dies zu erklären, haben wir in unseren Vorträgen und Büchern zwei Begriffe verwendet, nämlich „pragmatisch“ und „relativ“. Weil es pragmatisch ist, machen wir davon Gebrauch, weil es relativ ist, geben wir es auf. Jetzt werde ich euch ein neues Gleichnis geben, das ihr noch nie gehört habt. Wie ihr wisst, gibt es Staffel-Wettrennen. In diesem Rennen, das ich beschreiben werde, gibt es zwei Mannschaften – die *Māra*-Mannschaft und die Buddha-Mannschaft. Wir befassen uns nicht mit den Teilnehmern der *Māra*-Mannschaft. In der Buddha-Mannschaft gibt es vier Läufer. Bei einem Staffellauf

benutzen sie einen Staffelstab, den sie tragen und weitergeben. Der Staffelstab muss das Ziel erreichen, damit eine Mannschaft gewinnt. Läufer Nr. 1 beginnt zu laufen. Er läuft in aufopferungsvoller Geisteshaltung. Er rennt mit aller Kraft und keucht den ganzen Weg über. Als er den zweiten Läufer erreicht, übergibt er ihm erfolgreich den Staffelstab, fällt aber selbst tot um. Sein Partner schaut nicht zurück, um zu sehen, ob sein Freund tot ist, sondern läuft in gleicher Geisteshaltung und gibt sein Bestes. Er läuft und läuft und übergibt den Staffelstab an den dritten Läufer und fällt tot um. Der Dritte läuft in gleicher Geisteshaltung und mit dem gleichen Elan und übergibt den Staffelstab an den Vierten, fällt aber tot um. Der vierte läuft mit demselben Elan und mit aller Kraft bis zur Siegessäule. Dort übergibt er den Staffelstab dem Richter und fällt selbst tot um. Wer bekommt den Preis? Wer hat das Rennen gewonnen? Ist der „Staffelstab" der Sieger? Es gibt niemanden, der den Preis erhält. Nimm an, dass auch *Nibbāna* etwas Ähnliches ist. Jeder scheint das Problem von „Selbst" und „Nicht-Selbst" („*attā*" und „*anattā*") zu haben. Wer erlangt *Nibbāna*? Das zurückweisend hat der Buddha gesagt: „Diese Brahmanen erheben gegen mich den falschen Vorwurf, ich würde Vernichtung lehren."[20] Auch wir werden dessen beschuldigt, weil wir in unseren Vorträgen das Buddha-Wort hervorheben. Aber so antwortet der Buddha auf den Vorwurf, Vernichtung zu lehren: „Früher wie heute weise ich nur auf das Leiden und die Beendigung des Leidens hin. „*Dukkhameva uppajjamānaṁ uppajjati dukkhaṁ nirujjhamānaṁ nirujjhati*."[21] „Was entsteht, ist nur Leiden, und was endet, ist nur Leiden." Es hat mit der Frage von Personen überhaupt nicht zu tun. Wenn dem so ist, gibt es nichts zu beklagen. Diejenigen, die es beklagen, tun dies aus Unwissenheit.

Nun denn, wenn ihr alle mit mir auf diese Pilgerreise mitgegangen seid, ist das Ziel der Geist. Aber natürlich kann man es durch jeden der sechs Sinne erreichen. Deshalb haben

wir gesagt, dass es *Nibbāna* sogar an der Zungenspitze gibt, vorausgesetzt, der Meditierende lenkt seine radikale Aufmerksamkeit richtig. Einige altertümlichen Episoden können bis zu einem gewissen Punkt wahr sein, obwohl es in den Kommentaren Übertreibungen gibt. Es wird gesagt, dass es in der Vergangenheit in den heiligen Städten wie *Anuradhapura* und *Mihintale* keinen Sitz in den Klöstern gab, auf dem nicht irgendein Mönch die Heiligkeit erlangt hätte, während er in der Morgendämmerung den Brei zu sich nahm, indem er weise über das Essen kontemplierte. Wenn man es regelmäßig praktiziert, kommt man, sobald man das Geheimnis auf der Zungenspitze entdeckt, direkt zum Geist. Schließlich kommt man beim Geist an. Was auch immer durch andere Sinne gesammelt wird, läuft letztendlich auf den Geist und die Geist-Objekte hinaus. Es ist dort, wo die Erkenntnis ihren Höhepunkt erreicht. Wenn man dieses Geheimnis entdeckt, wird die Zauber-Show von Bewusstsein auf der Stelle enthüllt. Die Weisheit ist vervollkommnet und die Reise endet. Die Buddha-Mannschaft hat gewonnen, und die *Māra*-Mannschaft hat verloren.

Jetzt, liebe Zuhörer, da ihr aufmerksam zugehört habt, was wir gesagt haben, versucht, der Buddha-Mannschaft zum Sieg zu verhelfen. Denkt nicht, dass ihr mit dem Erreichen der Arahantschaft irgendwo hingeht. Erwartet nicht ein „Einfältiges Simon“ („*Siyadoris*“) *Nibbāna*.* Versucht, das Buddha-Team zu verstärken, indem ihr euch an jenen toten Läufern orientiert. Das ist also die Illustration für die vier überweltlichen Pfade und die vier Früchte. Versucht, die vier Läufer zu erkennen. Ich möchte jetzt zum Schluss kommen. Von allen bisher gehaltenen Vorträgen ist dies wahrscheinlich der praktischste. Bitte macht den besten Gebrauch von dieser Unterweisung. Mögen die

* Ein dümmlich vorgestelltes *Nibbāna* an einem nicht beschreibbaren Ort. Der ehrw. Ñāṇananda greift diese Anspielung ausführlicher in einem anderen Vortrag auf.

Verdienste des Zuhörens von dieser Unterweisung dazu beitragen, dass ihr hier und jetzt *Nibbāna* erlangt! Welche Wesen es auch immer geben mag, von der niedrigsten Hölle bis zur höchsten Brahma-Welt, mit dem Wunsch, sich an diesem Vortrag zu erfreuen, mögen sie mit Hilfe dieses Vortrags mit dessen Meditations-Themen, das höchste Ziel erreichen – das Todlose *Nibbāna*!

****

1 Sn. p. 143 Dvayatānupassanā Sutta – Sn 736, 737
2 D. I 42,43 Brahmajala Sutta – D 1
3 M. I 108 Madhupiṇḍika Sutta – M 18
4 A. III 399 Majjhe Sutta – A VI, 61
5 S. IV 68 Dutiya Dvayaṁ Sutta – S 35:92-93
6 M. III 298 Indriyabhāvanā Sutta – M 152
7 S. I 204 Padumapuppa Sutta – S 9:14
8 Das im Indriyabhāvanā Sutta (M 152) gegebene Gleichnis:
„So wie, Ānanda, Wassertropfen über das leicht geneigte Lotusblütenblatt rollen und nicht daran kleben bleiben, so schnell und einfach endet ein entstandenes Mögen, Nicht-Mögen oder beides Mögen und Nicht-Mögen und Gleichmut wird in einem errichtet; dieses, Ānanda, wird die höchste Entwicklung der Sinnesfähigkeiten in der Schulung der Edlen in Bezug auf die durch die Nase erfahrbaren Gerüche genannt."
(Beachtet die Zuordnung des Geruchs zu dem Lotus.)
9 Thag. V 733 Pārāsariya Theragāthā – Th 733
10 Sn. p.138 Nālaka Sutta – Sn III, 11
11 M. II 138 Brahmāyu Sutta; S. IV 164 Koṭṭhika Sutta – M 91; S. 35:191
12 S. II 11 Āhāra Sutta; S. II 97 Puttamaṁsa Sutta – S 12:11; 12:63
13 S. IV 83 Uddaka Sutta – S 35:103
14 A. IV 338 Kimmūlaka Sutta – A X, 58
15 Dhp. Yamaka Vagga – vv. 1,2 – Dh 1 u. 2
16 A. III 378 Soṇa Sutta – A VI, 55
17 M. I 293 Mahā Vedalla Sutta – M 43
18 M. I 135 Alagaddūpama Sutta – M 22
19 M. I 145 Rathavinīta Sutta – M 24
20 M. I 140 Alagaddūpama Sutta – M 22
21 S. II 16 Kaccānagotta Sutta – 12:15



DĀNA-EDITION
Verlag Beyerlein & Steinschulte
www.Buddhareden.de