

Die Hier-und-Jetzt-Interpretation des Abhängigen Entstehens – Paṭiccasamuppāda

Über die Entstehung der Selbst-Vorstellung im menschlichen Geist

Version 2.0, Juli 2018

Khun Reinhard

<https://www.khunreinhard.com>
KR.emailcontact@gmail.com

INHALT	Seite
1. Vorwort	2
2. Einführung	3
2.1 Das Problem mit ‚Ich‘, ‚mir‘ und ‚mein‘	3
2.2 Die 2. Edle Wahrheit – <i>Entstehen in Abhängigkeit</i>	4
3. Die Drei-Leben-Interpretation des <i>Abhängigen Entstehens</i>	9
4. Die Hier-und-Jetzt-Interpretation von <i>Paṭiccasamuppāda</i>	13
4.1 Vom Nichtwissen zur Empfindung – Elemente ① bis ⑦	14
4.2 Rückblick	22
4.3 Von Verlangen bis <i>Dukkha</i> – Elemente ⑧ bis ⑫	27
4.4 Beispiel: Pizza Mahlzeit	33
4.5 Das Verlöschen von <i>Dukkha</i>	36
5. Zusammenfassung	37
6. Literatur	39
7. Über den Autor	41



1. Vorwort

Die Lehre von *anattā* (Nicht-Selbst, kein beständiges, ewiges Selbst, kein unveränderlicher Kern, keine unveränderliche Substanz in allen Objekten und Erfahrungen, keine Seele) ist einer der Pfeiler des Buddhismus, ist was den Buddhismus von allen anderen Religionen unterscheidet, da diese in der einen oder anderen Form ein unveränderliches Selbst bzw. eine Seele postulieren. Ich bin immer sehr interessiert an dieser Lehre gewesen und habe mich bemüht sie zu verstehen, auch weil sie in vollständigem Gegensatz zu meinen Vorstellungen und Erfahrungen stand. Vor vielen Jahren lernte ich die Sichtweise des 1993 verstorbenen Buddhādāsa Bhikkhu, eines herausragenden buddhistischen Mönchs im Thailand des ausgehenden vergangenen Jahrhunderts, zu diesem Thema kennen. Seine Hier-und-Jetzt Interpretation von *Paṭiccasamuppāda* oder vom *Abhängigen Entstehen* [siehe Literatur / 5 /] vermittelte mir einen Eindruck, wie die Vorstellung eines momentanen Selbst im menschlichen Geist entsteht, wie die Vorstellung eines ‚Selbst‘ eines ‚Ich‘, von ‚mir‘ und ‚mein‘ im unwissenden menschlichen Geist zu Unzufriedenheit, Kummer und Leid führt.

Dadurch konnte ich in etwa begreifen, wie eine augenblickliche Vorstellung eines Selbst im Geist auftaucht und davon ausgehend versuchte ich dann zu verstehen, wie der Geist aus den momentanen Selbst-Vorstellungen mit Hilfe der Gedächtnisfunktion die Idee eines beständigen Selbst, das das Leben von der Wiege bis zur Bahre lebt, hervorruft. Dieses Konzept stellt meinen Wissensdurst zufrieden ohne anderen buddhistischen Prinzipien zu widersprechen.

Bereits vor einigen Jahren habe ich in meinem Buch ‚Einführung in den Buddhismus und die buddhistische Meditation‘¹ – ein Kurs für Anfänger (-innen) einige meiner Ideen bezüglich des *Abhängigen Entstehens* vorgestellt. Im Vergleich zu dem genannten Buch präsentiert der hier vorliegende Artikel eine detailliertere Übersicht der Theorie, verzichtet dafür aber auf eine Beschreibung der bildlichen Darstellungen des *Rads des Lebens*. Ein Beispiel am Ende dieses Texts soll helfen zu verstehen, wie der Prozess des *Abhängigen Entstehens* sowie die Konstruktion der Selbst-Vorstellung im menschlichen Geist ablaufen.

Wenn immer möglich, habe ich die frühen buddhistischen Sutten in den Nikāyas als Quelle benutzt, habe versucht, auf die nachfolgenden Kommentare weitestgehend zu verzichten. Jegliche Fehlinterpretation dieser Texte liegt allein in der Verantwortung des Autors. Die verwendeten Zitate sind entweder im laufenden Text oder in den Fußnoten angegeben sodass Leser (-innen), die die Nikāyas nicht zur Hand haben, diese leicht verfolgen können. Hin und wieder habe ich Erklärungen oder Kommentare innerhalb von Zitaten vorgenommen. Diese Zusätze sind deutlich in blauer Farbe und [eckigen Klammern] kenntlich gemacht. Ausdrücke in Pāli² sowie gebräuchliche buddhistische Ausdrücke sind *kursiv* dargestellt.

Kommentare und Kritik bezüglich dieses Artikels sind willkommen.

Vorwort zur 2. Auflage

In der vorliegenden 2. Auflage sind einige Zitate neu hinzugekommen und Abschnitt 4.2 Rückblick überarbeitet worden.

Prof. Jan Nattier bin ich sehr dankbar für ihre wertvollen Hinweise bezüglich der Nikayās, mancher Pāli Ausdrücke und des Themas an sich.

¹ Eine Vorschau des Buches ‚Einführung in den Buddhismus und die buddhistische Meditation‘ von Khun Reinhard steht unter <http://www.amazon.de/dp/B00GRJZDH8> zur Verfügung.

² Pāli und Sanskrit sind zwei nahe verwandte Literatursprachen im alten Indien. Der Pāli-Kanon (*Tipitaka*) ist eine Sammlung früher Schriften des Buddhismus.

2. Einführung

2.1 Das Problem mit ‚Ich‘, ‚mir‘ und ‚mein‘

Im Buddhismus sind die Person oder die Kombination aus Körper und Geist als die *Fünf Daseinsgruppen*, bestehend aus Körper oder Form, Gefühl, Wahrnehmung, absichtsvollem geistigem Gestalten und Sinnesbewusstsein, bekannt. Der ungeschulte Mensch haftet an ihnen als ‚Ich‘ oder ‚mein‘, erachtet jedes dieser Elemente oder die Kombination aller als Selbst³. Aufgrund dieses Anhaftens sind sie auch als die *Fünf Daseinsgruppen* gepeinigt durch Anhaften bekannt. Diese *Fünf Daseinsgruppen* gepeinigt durch Anhaften treten mit der inneren und äußeren Welt durch Vermittlung der Sinnesorgane (Augen, Ohren, Nase, Zunge, Körper(-oberfläche) und Geist) in Verbindung und weil diese Kontakte unter dem Einfluss von Unwissenheit durch Gier, Arroganz und falschen Ansichten dominiert sind, entstehen in der Folge die ‚Selbst-‘, ‚Ich-‘ und ‚mein-‘ Vorstellungen⁴. Die Lehre vom *Abhängigen Entstehen* erlaubt, diesen Prozess im Einzelnen zu verfolgen und zu verstehen.

Buddhisten zufolge ist der Glaube an ein beständiges, unveränderliches Selbst die Ursache all unserer Schwierigkeiten im Leben und wenn wir nicht darauf bestehen würden, der/die Erfahrende all dessen zu sein, das diesem Körper und Geist widerfährt, würde unser Leben sehr viel einfacher sein. Weil wir aber den Daseinsgruppen anhaften als wären sie ein Selbst, enden wir mit *Dukkha*⁵, da wir dann der Meinung sind, es gäbe ein ‚Ich‘, das das Leben lebt und alles was im Verlaufe des Lebens geschieht, geschieht ‚mir‘. Wir haften an den Daseinsgruppen als Selbst und projizieren dies nach außen in die Welt mit der Folge, uns in einer Welt zu wähnen, die für uns sehr real ist. Da ist ein ‚Ich‘ und die Welt, in der ich existiere erscheint vertraut, eine beruhigende Welt, weil das ‚Ich‘ sie als solche sieht. Wir sehen weder den Prozess unablässiger Veränderungen, noch sehen wir die Daseinsgruppen. Stattdessen hängen wir an unseren Vorstellungen, sehen dauerhafte Dinge und Personen. Diese Vorstellungen sind so wahr für uns, so wirklich, dass wir an ihnen als Wirklichkeit anhaften. Die einzige Möglichkeit diesem falschen Verständnis der Welt zu entkommen, ist die Entwicklung von *Einsicht*, Einsicht in die wahre Natur der Erscheinungen. Ohne diese Einsicht bewegen wir uns weiter in diesem Halbdunkel der Unwissenheit, das uns denken

³ „Ehrwürdige, auf welche Weise entsteht die Persönlichkeitsansicht?“

„Freund Visākha, ein nicht unterrichteter Weltling, der die Edlen nicht beachtet und in ihrem Dhamma nicht bewandert und geschult ist, der aufrechte Menschen nicht beachtet und in ihrem Dhamma nicht bewandert und geschult ist,

- betrachtet Form als Selbst, oder Selbst als Form besitzend, oder Form als im Selbst enthalten, oder Selbst als in Form enthalten.
- Er betrachtet Gefühl als Selbst, oder Selbst als Gefühl besitzend, oder Gefühl als im Selbst enthalten, oder Selbst als im Gefühl enthalten.
- Er betrachtet Wahrnehmung als Selbst, oder Selbst als Wahrnehmung besitzend, oder Wahrnehmung als im Selbst enthalten, oder Selbst als in der Wahrnehmung enthalten.
- Er betrachtet Gestaltungen als Selbst, oder Selbst als Gestaltungen besitzend, oder die Gestaltungen als im Selbst enthalten, oder Selbst als in den Gestaltungen enthalten.
- Er betrachtet Bewusstsein als Selbst, oder Selbst als Bewusstsein besitzend, oder Bewusstsein als im Selbst enthalten, oder Selbst als im Bewusstsein enthalten.

Auf diese Weise entsteht die Persönlichkeitsansicht.“ [Cūlavēdalla Sutta, MN 44, in / 2 /]

⁴ „Nun, ihr Bhikkhus, ist dies der Weg, der zum Ursprung [\[Entstehen\]](#) der Persönlichkeit führt. (I) Man betrachtet das Auge so: ‚Dies ist mein, dies bin ich, dies ist mein Selbst.‘ Man betrachtet Formen so: ... Man betrachtet Sehbewusstsein so: ... Man betrachtet Sehkontakt so: ... Man betrachtet Gefühl so: ... Man betrachtet Begehren so: ‚Dies ist mein, dies bin ich, dies ist mein Selbst.‘

Man betrachtet das Ohr, die Nase, die Zunge, den Körper, den Geist so: ...“

[*Chachakka Sutta*, MN 148, in / 2 /]

⁵ *Dukkha* ist ein Pāli Wort und entspricht einer Anzahl von Ausdrücken im Deutschen, z.B. Leiden, Schmerzen, unbefriedigend, Kummer, Elend, Angst, Unzufriedenheit, Unannehmlichkeit, Stress, Frustration etc.

macht, es gebe ein ‚Ich‘, das die Welt erfährt. Doch diese Welt ist mehr oder weniger eine Spiegelung meiner selbst, hat dieselben Eigenschaften, ist beständig und besteht aus sich selbst heraus, ist voller Objekte, die uns Spaß machen oder abstoßen – wir haben *Dukkha*. Die Erkenntnis von *Dukkha* in seinen mannigfachen Erscheinungen ist die erste der *Vier Edlen Wahrheiten* im Buddhismus.

Der Buddha sagte, wir erleben das Leben als *Dukkha* weil wir fälschlicherweise der Vorstellung anhaften, es gäbe ein ununterbrochen existierendes ‚Selbst‘, das irgendwie zu Beginn unseres Lebens geboren würde (oder vielleicht von irgendetwas davor herrührt) und das anschließend während unseres ganzen Lebens da ist, das alle Dinge, die zu sehen, hören, riechen, schmecken, fühlen sind, erlebt, das all unser Denken besorgt. Es gibt ein ‚Ich‘ und dieses ‚Ich‘ ist immer dasselbe ‚Ich‘ während unseres ganzen Lebens. Es ist eine Konstante, wie eine ununterbrochene Linie von der Geburt bis zum Tod. Es ist ein großer Fehler, so zu denken, denn wenn wir das tun, wird aus einem schlichten, natürlichen Prozess, dem wir das Etikett ‚Leben‘ aufdrücken, ein Problem von Anfang bis Ende.

Wenn wir der Selbst-Idee nicht anhaften, wenn wir uns davon nicht täuschen lassen, wenn wir ihr nicht erlauben, Egoismus im Geist zusammenzubrauen, gibt es keine Probleme, wird lediglich der fundamentale, natürliche Lebensprozess ablaufen, niemand der/die es erlebt. Dann wird kein ‚Ich‘ vorhanden sein, das Leben in einen egoistischen Vorgang zu verwandeln. Unglücklicherweise aber ist der ungeschulte Mensch selbstsüchtig, mit *Dukkha* als Folge, und das hat gewaltigen Einfluss auf diesen Globus. Wir betrachten diesen Planeten als unser Eigentum, er wird ‚unser‘. Mutter Erde gehört uns und wir behandeln sie, wie es uns beliebt. Sie ist etwas, das wir benutzen und ausbeuten können, das wir in die Güter umformen können, die uns in der modernen Welt Vergnügen bereiten, die uns durch ihren Gebrauch ein Entkommen von *Dukkha* ermöglichen sollen. Alles was wir zur Erfüllung unseres luxuriösen Verlangens benötigen, muss der Planet, auf dem wir leben liefern. Boden, Luft und Wasser werden vergiftet, Bodenschätze ausgebeutet. Jeder der Umwelt zugefügte Schaden rührt letztlich aus unserer Unfähigkeit, mit dem Leben weise umzugehen.

Es ist offensichtlich, dass wir die Entwicklung der Selbst-Vorstellung, von ‚Ich‘, ‚mir‘ und ‚mein‘ im menschlichen Geist verstehen müssen. Kennen wir die Ursache, wird es möglich sein, die Wirkungen zu beeinflussen und letztlich vielleicht sogar völlig zu vermeiden und so nicht nur uns persönlich, sondern auch den Gesellschaften in denen und dem Planeten auf dem wir leben von Nutzen zu sein.

2.2 Die 2. Edle Wahrheit – Entstehen in Abhängigkeit

Die erste der *Vier Edlen Wahrheiten* des Buddhismus beschreibt, dass es so etwas wie *Dukkha* im menschlichen Leben gibt. Die zweite *Edle Wahrheit* erklärt mit Hilfe der Lehre vom *Abhängigen Entstehen* die Ursache dieser unbefriedigenden Zustände. Als Ānanda, einer der engsten Schüler und Vertrauten des Buddha, bezüglich der Lehre vom *Entstehen in Abhängigkeit* bemerkte:

„Erstaunlich, o Herr, außerordentlich ist es, o Herr, wie tief doch, o Herr, diese Bedingte Entstehung ist, und wie tief sie hinableuchtet: und gleichwohl scheint es mir, als ob sie ganz und gar offenbar wäre!“ wurde er vom Buddha folgendermaßen belehrt: „Sage das nicht, Anando, sage das nicht, Anando; tief ist freilich, Anando, diese Bedingte Entstehung und leuchtet tief hinab: weil diese Satzung, Anando, nicht verstanden, nicht durchschaut wird, darum kann dieses Geschlecht, [...] dem Abwege, der üblen Fährte, dem Verderben, der Wandelwelt nicht entkommen.“⁶

⁶ *Mahānidāna Sutta*, DN 15.1 in / 1 /

Als Beweis für die Antwort des Buddha können die verschiedenen Formen und unterschiedlichen Erklärungen dienen, die heute bezüglich dieser Lehre gegeben werden. Die meist diskutierten scheinen zu sein:

- Die Drei-Leben-Theorie. Sie erklärt das *Abhängige Entstehen* als drei Leben umfassend, ein vergangenes, das jetzige und ein zukünftiges Leben, um der vorherrschenden Wiedergeburtstheorie zu entsprechen.
- Die Hier-und-Jetzt-Theorie macht geltend, dass sich die Lehre vom *Abhängigen Entstehen* nur auf die Gegenwart, auf das Hier-und-Jetzt bezieht. Nach dieser Theorie beschreibt das *Abhängige Entstehen* Geburt und Tod der Selbst-Vorstellung, des Ego, was viele, viele Male täglich geschieht.

Beide Theorien zielen darauf ab, das Entstehen des Leids im menschlichen Geist zu beschreiben und wie dem ein Ende gesetzt werden kann. Für die Anhänger der Drei-Leben-Theorie scheint dabei die Fesselung an *samsara*, den wiederholten Kreislauf von Geburt, Altern und Tod und die Befreiung davon das Hauptproblem menschlicher Existenz darzustellen. Die Befürworterinnen der Hier-und-Jetzt-Interpretation richten ihr Augenmerk dagegen eher auf unseren alltäglichen Kummer, unsere Leidenschaften und existentiellen Ängste bezüglich Altern und Tod und wie damit umzugehen ist, wie dem begegnet werden kann.

Damit kommen wir zu den überlieferten Formen der Doktrin. Wir finden Beschreibungen der Lehre vom *Abhängigen Entstehen* (wie vom historischen Buddha beschrieben?) an verschiedenen Stellen der Nikāyas, leider aber in unterschiedlichen Versionen, und andere Schulen des Buddhismus und alte Quelltexte in verschiedenen Sprachen wie Pāli, singhalesisch, burmesisch, Sanskrit oder chinesisch weisen zusätzlich Diskrepanzen auf. Ein Vergleich einiger unterschiedlicher Versionen des *Abhängigen Entstehens* findet sich beispielsweise bei Bucknell [/ 6 /]. In den Nikāyas finden wir z.B. unterschiedliche Versionen in der *Nidānasamyutta*⁷ und der *Mahānidāna Sutta*⁸.

Die Abfolge der einzelnen Glieder des *Entstehens in Abhängigkeit* wird üblicherweise zuerst in der Reihenfolge, die das Entstehen von *Dukkha* beschreibt, gegeben, gefolgt von der Reihenfolge, die zum Erlöschen desselben führt. Das zugrunde liegende Prinzip ist das Gesetz von Ursache und Wirkung (*idappaccayatā*), entwickelt aus der grundlegenden Form, die in den buddhistischen Schriften durch

“Wenn jenes ist, tritt dieses ein; aus der Entstehung von jenem folgt die Entstehung von diesem; wenn jenes nicht ist, tritt dieses nicht ein; aus der Aufhebung von jenem folgt die Aufhebung von diesem.”⁹

gegeben ist, zum üblichen 12-gliedrigen Schema des *Abhängigen Entstehens*. Während das allgemeine Gesetz von Ursache und Wirkung das gesamte Universum regiert, beschreibt *Paṭiccasamuppāda* wie dieses Gesetz im menschlichen Geist wirkt. Unter dem Vorbehalt, dass verschiedene Versionen des *Entstehens in Abhängigkeit* vorliegen (Unterschiede bestehen hauptsächlich bezüglich Anzahl, Reihenfolge und Inhalt der ersten sechs Glieder der Folge) kann die folgende Sequenz als die Standard Version¹⁰ angesehen werden.

⁷ SN 12.1 in / 3 /

⁸ DN 15.3 in / 1 /

⁹ *Nidānasamyutta*, SN 12.37 in / 3 /

¹⁰ Die Standard Version ist die verbreitetste Form dieser Lehre in den Nikāyas und wird üblicherweise zur Erklärung der Drei-Leben-Theorie herangezogen, doch kann die Drei-Leben-Theorie nicht als die Standard Version angesehen werden.

Der Erhabene sprach also: „Welches ist aber, ihr Bhikkhus, das Gesetz von der ursächlichen Entstehung?

Aus dem Nichtwissen (①) als Ursache entstehen die [geistigen] Gestaltungen; (①) = Glied Nummer
aus den Gestaltungen (②) als Ursache entsteht das Bewusstsein;
aus dem Bewusstsein (③) als Ursache entsteht Name und Form [Geistigkeit und Körperlichkeit];
aus Name und Form (④) als Ursache entstehen die Sechs Sinnesbereiche;
aus den Sechs Sinnesbereichen (⑤) als Ursache entsteht Berührung [Kontakt];
aus Kontakt (⑥) als Ursache entsteht Empfindung;
aus der Empfindung (⑦) als Ursache entsteht der Durst [Verlangen];
aus dem Durst (⑧) als Ursache entsteht das Erfassen [Anhaften];
aus dem Erfassen (⑨) als Ursache entsteht das Werden;
aus dem Werden (⑩) als Ursache entsteht die Geburt;
aus der Geburt (⑪) als Ursache entstehen Alter und Tod, Schmerz, Kummer, Leid, Betrübnis und Verzweiflung (⑫).

Auf solche Art kommt der Ursprung der ganzen Masse des Leidens [Dukkha] zustande. Dies, ihr Bhikkhus, heißt ihre Entstehung.“

„Aus dem restlosen Verschwinden aber und der Aufhebung des Nichtwissens folgt Aufhebung der Gestaltungen;

aus der Aufhebung der Gestaltungen folgt Aufhebung des Bewusstseins;
aus der Aufhebung des Bewusstseins folgt Aufhebung von Name und Form;
aus der Aufhebung von Name und Form folgt Aufhebung der Sechs Sinnesbereiche;
aus der Aufhebung der Sechs Sinnesbereiche folgt Aufhebung der Berührung;
aus der Aufhebung der Berührung folgt Aufhebung der Empfindung;
aus der Aufhebung der Empfindung folgt Aufhebung des Durstes;
aus der Aufhebung des Durstes folgt Aufhebung des Erfassens;
aus der Aufhebung des Erfassens folgt Aufhebung des Werdens;
aus der Aufhebung des Werdens folgt Aufhebung der Geburt;
durch Aufhebung der Geburt werden Alter und Tod, Schmerz, Kummer, Leid, Betrübnis und Verzweiflung aufgehoben.

Auf solche Art kommt die Aufhebung der ganzen Masse des Leidens [Dukkha] zustande.“¹¹

In der *Mahānidāna Sutta*¹² und der *Mahāpadāna Sutta*¹³ fehlen Nichtwissen (①) und Gestaltungen (②) im Vergleich zur Standard Version. Dafür tritt dort eine Wechselwirkung zwischen Bewusstsein (③) und Name und Form (④) auf.

Nach Bhikkhu Ñāṇananda¹⁴ fehlen Nichtwissen und Gestaltungen nur formal, doch seien sie implizit gegeben. Nichtwissen ist die Grundvoraussetzung für das Entstehen von *Dukkha*. Ohne Nichtwissen oder Unwissenheit bezüglich der wahren Natur der Dinge würde der Kreis des *Abhängigen Entstehens* nicht vollständig durchlaufen, nicht einmal starten. Ein weiser Sinneskontakt, Empfindung und Erkennen würden selbstverständlich auftreten, doch wird der Geist daraus keine Vorlieben oder Abneigungen gestalten.

Mahānidāna Sutta

“Geistigkeit und Körperlichkeit (④) bedingt Bewusstsein (③),
Bewusstsein (③) bedingt Geistigkeit und Körperlichkeit [Name und Form] (④),
Geistigkeit und Körperlichkeit (④) bedingt Berührung [Kontakt] (⑥) ...”

¹¹ *Nidānasamyutta*, SN 12.1 in / 3 /

¹² DN 15[97] in / 1 /

¹³ DN 14.3 in / 1 /

¹⁴ Bhikkhu Ñāṇananda in / 9 /, Seite 77

Mahāpadāna Sutta

“Geistigkeit und Körperlichkeit (④) bedingt Bewusstsein (③),
Bewusstsein (③) bedingt Geistigkeit und Körperlichkeit (④),
Geistigkeit und Körperlichkeit (④) bedingt sechsfaches Reich [die Sechs Sinnesbereiche] (⑤) ...”

In der *Mahānidāna Sutta* wurden die Sechs Sinnesbereiche (⑤) vernachlässigt während sie in der *Mahāpadāna Sutta* angegeben sind. Letztere entspricht damit der Reihenfolge der Standard Version (Name und Form (④) bedingt die sechs Sinnesbereiche (⑤)).

In beiden Suttas besteht eine Wechselwirkung oder eine Schleife zwischen Name und Form und Bewusstsein und in der *Mahāpadāna Sutta* wird ausdrücklich festgestellt, dass die Ursache-Wirkung-Beziehung nicht weiter als bis zu dieser Schleife zurückgeht:

„Bewusstsein muss sein, dass Geistigkeit und Körperlichkeit ist; durch Bewusstsein bedingt ist Geistigkeit und Körperlichkeit. [...] Geistigkeit und Körperlichkeit muss sein, dass Bewusstsein ist; durch Geistigkeit und Körperlichkeit bedingt ist Bewusstsein. [...] Wieder hervor kehrt es, dieses Bewusstsein, aus Geistigkeit und Körperlichkeit: weiter geht es nicht. Insofern kommt es zu entstehen und vergehen und ersterben, zu schwinden und erscheinen: als nämlich durch Geistigkeit und Körperlichkeit bedingt Bewusstsein ist; durch Bewusstsein bedingt Geistigkeit und Körperlichkeit ist; durch Geistigkeit und Körperlichkeit bedingt die Sechs Sinnesbereiche sind ...”¹⁵ (zurück nach Seite 26)

Diese Schleife ist von Interesse für die weitere Beschreibung in diesem Artikel.

Eine andere Version des *Abhängigen Entstehens* beginnt unter Vernachlässigung der ersten vier Glieder mit den Sechs Sinnesbereichen (⑤) und endet mit Durst (⑧), wird an anderer Stelle in derselben Sutta aber bis Element (⑫) weitergeführt.¹⁶ Sehr ungewöhnlich ist eine Abfolge, die mit Durst (⑧) beginnt, zurück springt nach Bewusstsein (③), fortfährt mit Name und Form (④), zurück springt nach Gestaltungen (②), vorwärts springt nach Werden (⑩), um dann den Kreis über Geburt (⑪) und Alter und Tod, Schmerz ... (⑫) zu vollenden¹⁷.

Eine weitere spezielle Form des *Abhängigen Entstehens*, die auch als seine transzendente Form bezeichnet wird, mit der wir uns hier aber nicht beschäftigen, finden wir in der *Upanisa Sutta*¹⁸ [siehe Bhikkhu Bodhi / 10 /].

In dieser kurzen Einführung sind bereits sechs verschiedenen Versionen des *Abhängigen Entstehens* erwähnt worden und weitere sind in den frühen buddhistischen Schriften und Kommentaren zu finden [siehe Bucknell / 6 /]. Es mag sein, dass der Buddha unterschiedliche Versionen zu verschiedenen Anläss-

¹⁵ Mahāpadāna Sutta, DN 14.3 in / 1 /]

¹⁶ „Infolge des Sehens und der (sichtbaren) Formen entsteht das Bewusstsein des Sehens; die Verbindung der drei ist die Berührung. Aus der Berührung als Ursache entsteht die Empfindung; aus der Empfindung als Ursache entsteht der Durst. Dies, ihr Bhikkhus, ist des Leidens Ursprung.“
[*Nidānasamyutta*, *Dukkha Sutta*, SN 12.43 in / 3 /]

¹⁷ „Wenn nach dem Nahrungsstoff essbare Speise, ihr Bhikkhus, Begierde vorhanden ist, wenn Freude daran vorhanden ist, wenn Durst danach vorhanden ist, da hat das Bewusstsein einen Halt gefunden und ist zu Wachstum gekommen.“

Wo das Bewusstsein einen Halt gefunden hat und zu Wachstum gekommen ist, da tritt Geist und Körper in die Erscheinung.

Wo Geist und Körper in die Erscheinung tritt, da findet Mehrung der Gestaltungen statt.

Wo Mehrung der Gestaltungen stattfindet, da tritt künftighin Wiedergeburt und Neuerstehung ein.

Wo künftighin Wiedergeburt und Neuerstehung eintritt, da gibt es künftighin Geburt, Alter und Tod.

Wo künftighin Geburt, Alter und Tod sind, das, ihr Bhikkhus, behaupte ich, ist mit Schmerz verbunden, mit Angst verbunden, mit Verzweiflung verbunden.“ [Nidānasamyutta, *Atthirāga Sutta*, SN 12.64 in / 3 /]

¹⁸ *Nidānasamyutta*, *Upanisa Sutta*, SN 12.23 in / 3 /

sen verschiedenen Personen entsprechend deren Verständnisfähigkeiten oder um einen bestimmten Zweck oder ein bestimmtes Thema zu betonen gelehrt hat, doch ist es auch sehr gut möglich, dass während der ersten 400 Jahre rein mündlicher (und während weiterer 2000 Jahre schriftlicher) Überlieferung manche Texte entstellt oder verfälscht wurden. Es soll daran erinnert werden, dass diese Lehre vom Buddha selbst als ‚tief‘ bezeichnet wurde und davon ausgegangen werden kann, dass nicht alle Mönche und Nonnen, die diese Lehre durch eine Art von Sprechgesang (chanting im Englischen) weitergegeben haben, sie auch wirklich verstanden haben. Selbst zu Lebzeiten Buddhas sah sich dieser genötigt, die falschen Ansichten seiner Schüler(-innen) bezüglich seiner Lehre zu korrigieren (siehe [Fußnote 25](#) auf Seite 10).

Die vielen unterschiedlichen Versionen des *Abhängigen Entstehens* erlauben etliche Interpretationen dieser Lehre, die durch Textstellen in den Nikāyas gerechtfertigt werden können. Bis zu welchem Grad, falls überhaupt, ist es möglich oder erlaubt eine denkbare Erklärung basierend auf Version A durch Bezug auf Version B und/oder Version C oder gar mit Textstellen, die gar nicht in direktem Zusammenhang mit dem *Abhängigen Entstehen* stehen, zu unterstützen oder zu belegen? Ist es beispielsweise akzeptabel, die Standard Version als Basis zu nehmen aber anzunehmen, dass es eine Wechselwirkung (Schleife) zwischen Bewusstsein und Name und Form, wie in der *Mahāpadāna Sutta* (siehe oben) beschrieben, gibt? Genau dies ist der hier gewählte Ansatz für die weitere Beschreibung des *Abhängigen Entstehens*.

Der folgenden Erklärung des *Abhängigen Entstehens* liegt die Standard Version von *Paṭiccasamupāda* zugrunde, doch wird eine Schleife zwischen Bewusstsein (③) und Name und Form (④) wie in der *Mahāpadāna Sutta* beschrieben vorausgesetzt, auch weil diese Wechselwirkung nicht nur dort, sondern an weiteren Stellen in den Nikāyas (siehe z.B. [Fußnote 26](#) auf Seiten 10/11) ebenfalls erwähnt wird.

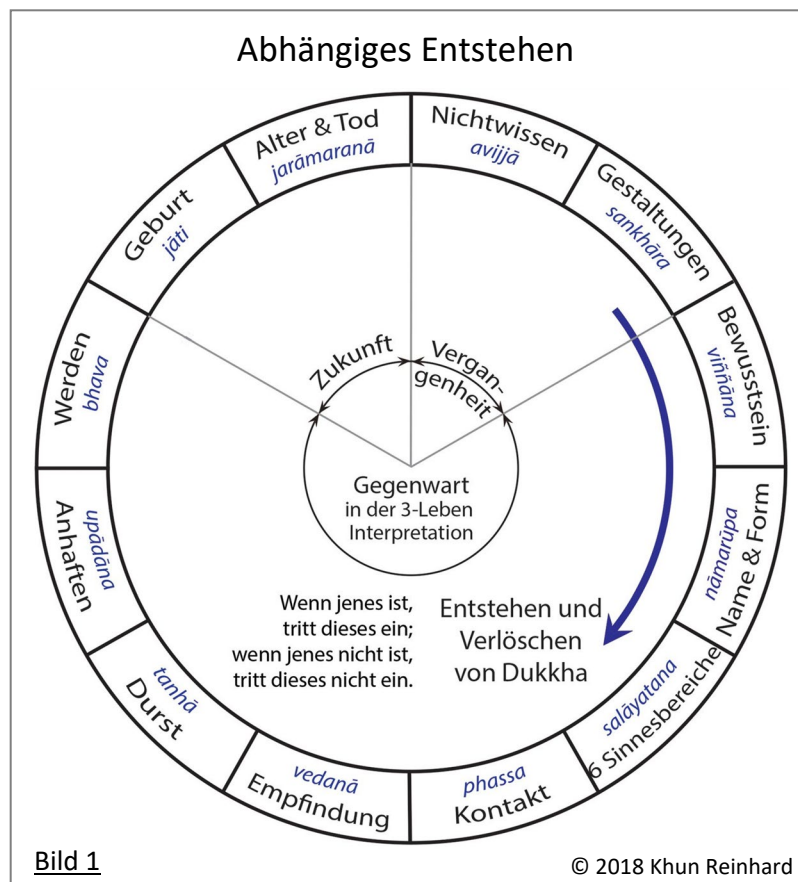
Ich habe mich bemüht, so nah wie möglich an der linearen, kausalen Abhängigkeit wie auf Seite 6 vorgestellt, zu bleiben, musste aber feststellen, dass ohne die Annahme verschiedener Interaktionen und Schleifen keine praktische Anwendbarkeit dieser Lehre auf das tägliche Leben gegeben ist. Andere müssen ähnliche Erfahrungen gemacht haben, wie beispielsweise ein Kommentar zur Einführung in den *Nidānavagga*¹⁹ zeigt. Was hier vorgestellt wird, ist daher nur eine mögliche Erklärung basierend auf den frühen buddhistischen Sutten und einigen wenigen modernen Kommentatoren.

Zunächst wird die traditionelle oder orthodoxe Drei-Leben-Theorie, wie sie in den Kommentaren zu den Nikāyas zu finden ist, kurz beschrieben. Diese Theorie ist nicht unwidersprochen als ursprüngliche Lehre des historischen Buddhas anerkannt, doch viele intelligente Menschen glauben daran. Daran anschließend wird das Hier-und-Jetzt-Modell des *Entstehens in Abhängigkeit* einschließlich meiner persönlichen Interpretation detaillierter vorgestellt.

¹⁹ „Die Reihenfolge der Faktoren sollte nicht als linear-kausaler Prozess angesehen werden, in dem jeder vorhergehende Faktor das Entstehen des nachfolgenden lediglich durch einfache Kausalität bedingt. Die Beziehung zwischen den Faktoren ist immer ein komplexes Zusammenwirken, nicht nur eine lineare Abhängigkeit.“
[Bhikkhu Bodhi in Introduction to the *Nidānavagga*, SN, Seiten 522/523 in / 7 /. Aus dem Englischen übersetzt vom Autor.] ([zurück nach Seite 22](#))

3. Die Drei-Leben-Interpretation des *Abhängigen Entstehens*

Das Drei-Leben-Modell des *Abhängigen Entstehens*, auch bekannt als *Der Kreislauf von Leben und Tod* oder als *Das Rad des Lebens*, wird als anfangs- und endloser Kreis²⁰ wie in Bild 1 dargestellt.



Nichtwissen (auch Unwissenheit) und Gestaltungen (oder geistiges Zusammenbrauen) repräsentieren das vorhergegangene Leben, die Elemente von Bewusstsein bis Werden stehen für die gegenwärtige Existenz und Geburt und Alter und Tod einschließlich Schmerz, Kummer, Leid, Betrübnis und Verzweiflung verkörpern das zukünftige Leben.

Fehlendes Wissen und mangende Weisheit verleiten den Menschen zu allerlei Phantastereien und daraus folgenden, absichtlichen, karmisch relevanten Handlungen [Karma ist willentliche geistige, verbale oder körperliche Handlung, nicht Schicksal oder Bestimmung], die als Frucht oder Resultat (*vipāka* in Pāli) zu erneuter Geburt mit einem entsprechenden Bewusstsein und Körper in gemäßer Umgebung führen. Unsere gegenwärtigen, ebenfalls von mangender Weisheit geleiteten, karmisch wirksamen Handlungen haben wiederum eine erneute Geburt zur Folge und so müssen wir wieder und immer wieder geboren werden. Dieser Prozess kommt erst dann zu einem Ende, wenn wir genügend Weisheit entwickelt haben, um nur noch karmisch neutrale Handlungen begehen, die nicht zu erneuter Wiedergeburt führen – doch bedarf es dazu Buddha ähnlicher Qualitäten.²¹

²⁰ Tatsächlich erscheint die Kreisform nirgends in den Nikāyas, eine Aussage wie ‚aus Alter und Tod, Schmerz, Kummer, Leid, Betrübnis und Verzweiflung (12) als Ursache entsteht das Nichtwissen (1)‘ gibt es dort nicht. In den Nikāyas finden wir immer nur die auf Seite 6 vorgestellte lineare Darstellung des Entstehens und Verlöschens von Dukkha. Während die Hier-und-Jetzt Theorie des geschlossenen Kreislaufs nicht bedarf – die Abfolge beginnt mit jedem bedeutungsvollen Sinneskontakt aufs Neue und endet mit dem Verlöschen dieses Ereignisses – funktioniert die Drei-Leben-Interpretation ohne geschlossenen Kreislauf nicht. (*zurück nach Seite 33*)

²¹ Weiterführende Informationen zu Karma beispielsweise in meinem Artikel *Karma and Merit in (Thai) Buddhism* (siehe Link auf Seite 41)

Es ist zweifelhaft, dass der Buddha das Gesetz vom *Abhängigen Entstehen* als drei Leben umfassend beschrieben und aufgefasst hat:

- Die Lehre vom *Abhängigen Entstehen* wird vielfach und in verschiedenen Versionen in den frühen buddhistischen Schriften (Nikāyas) behandelt, doch nicht ein einziges Mal wurde vom Buddha eine Drei-Leben-Version gelehrt. Buddhādāsa Bhikkhu schreibt unumwunden: „*Paticcasamupada* als drei Leben umfassend zu erklären ist falsch. Es steht nicht in Einklang mit den Pāli Schriften. Es ist sowohl den Buchstaben wie dem Sinn der Schriften nach falsch.“²² Er wie P.A. Payutto²³ machen als Ursache (der weiten Verbreitung) der Drei-Leben-Theorie Buddhaghosa's Buch ‚*Visuddhimagga*‘ (Der Weg zur Reinheit) aus.
- Der Buddha hat niemals den Ausdruck ‚Wiedergeburt‘ (in Pāli etwa *punajāti* or *punabbhavābhiniḅbatti*²⁴) in Zusammenhang mit dem *Abhängigen Entstehen* gebraucht. Er benutzte immer das Wort ‚Geburt‘ (*jāti*).
- Wie passt die Lehre von ‚Nicht-Selbst‘ (*anattā*) und die Vorstellung von Wiedergeburt zusammen? Manche reden von einem Bewusstseinsstrom, doch hat der Buddha diese Idee, vorgebracht von Bhikkhu (Mönch) Sati, Sohn eines Fischers, vehement in der *Mahātanhāsankhaya Sutta*²⁵ zurückgewiesen. Es braucht etwas Identisches, um den Ausdruck ‚Wieder‘-Geburt zu rechtfertigen, welches aber dem ‚Nicht-Selbst‘-Prinzip widersprechen würde, oder aber, wenn nichts Identisches vorhanden ist, handelt es sich nicht um ‚Wieder‘-Geburt sondern um die Geburt von etwas Neuem und anderen.
- Bewusstsein und Name und Form (Geist und Körper) sind aufeinander angewiesen.²⁶ Das eine kann ohne das andere nicht sein. Es gibt kein Bewusstsein ohne Körper und keinen gesunden,

²² Buddhādāsa Bhikkhu in / 5 /, Seite 63. Übersetzung aus dem Englischen vom Autor.

²³ „Die Interpretation des Abhängigen Entstehens als mehrere Lebenszeiten umfassend geht auf das Buch *Visuddhimagga* des Ehrwürdigen Buddhaghosa aus dem 5. Jahrhundert n. Chr. zurück. [P.A. Payutto in / 8 /, Seite 275]. Übersetzung aus dem Englischen vom Autor.

²⁴ In den Sutten sind die Ausdrücke für Wiedergeburt hauptsächlich *punabbhava* (q.v.), ‚erneute Existenz‘, und *abhinibbatti* ‚entstehen‘ oder beide kombiniert als *punabbhavābhiniḅbatti*.“ [Buddhist Dictionary / 12 /, *patisandhi*, Seite 120]. Übersetzung aus dem Englischen vom Autor.

²⁵ „So wie ich das Dhamma, das vom Erhabenen gelehrt wird, verstehe, ist es ein und dasselbe Bewusstsein, das den Kreislauf der Wiedergeburten durchläuft, nicht ein anderes.“

„Das stimmt, ehrwürdiger Herr. So wie ich das Dhamma, das vom Erhabenen gelehrt wird, verstehe, ist es ein und dasselbe Bewusstsein, das den Kreislauf der Wiedergeburten durchläuft, nicht ein anderes.“

„Was ist jenes Bewusstsein, Sāti?“

„Ehrwürdiger Herr, es ist das, was spricht und fühlt und hier und da die Resultate guter und schlechter Taten erfährt.“

„Du fehlgeleiteter Mensch, wen sollte ich jemals das Dhamma auf solche Weise gelehrt haben? Du fehlgeleiteter Mensch, habe ich nicht in vielen Lehrreden dargelegt, dass Bewusstsein bedingt entsteht, weil es ohne Bedingung keine Entstehung von Bewusstsein gibt? Aber, du fehlgeleiteter Mensch, du hast uns durch dein falsches Verständnis falsch dargestellt und dich dadurch selbst verletzt und viel Unverdienst angehäuft; denn dies wird dir lange zum Schaden und zum Leid gereichen.“

[*Mahātanhāsankhaya Sutta*, MN 38 in / 2 /] (*zurück nach Seite 8*)

²⁶ „So will ich dir denn, Verehrter, ein Gleichnis ersinnen; durch ein Gleichnis erfassen hier manche einsichtige Männer den Sinn eines Wortes: Gerade so, Verehrter, wie wenn da zwei Rohrbündel aneinander gelehnt stünden. Ganz ebenso, Verehrter, entsteht

- aus Geist und Körper als Ursache das Bewusstsein;
- aus dem Bewusstsein als Ursache entsteht Geist und Körper;
- aus Geist und Körper als Ursache entstehen die sechs Sinnesbereiche; ...

Auf solche Art kommt der Ursprung der ganzen Masse des Leidens zustande. - Wenn man aber, Verehrter, von diesen Rohrbündeln das eine an sich zöge, so fiel das andere um, und wenn man das andere an sich zöge, so fiel das erste um. Ganz ebenso, Verehrter, folgt

- aus der Aufhebung von Geist und Körper die Aufhebung des Bewusstseins;
- aus der Aufhebung des Bewusstseins folgt Aufhebung von Geist und Körper;

funktionierenden Körper ohne Bewusstsein²⁷. Dies mag der Grund sein, aus dem Theravāda Buddhisten geltend machen, dass Wiedergeburt unverzüglich stattfindet.

- „Eine Person, die im jetzigen Leben Nibbana realisiert (ein *arahant*), hat das Ende allen Leids in diesem Leben erreicht – er oder sie muss nicht zunächst sterben, um diesen Zustand zu erleben; er/sie wird nicht wiedergeboren [der Drei-Leben-Theorie nach sollte aber Geburt, Altern und Tod, ... erneut erfahren werden]. Der Kreislauf des Abhängigen Entstehens in Bezug auf das Entstehen (oder Verlöschen) des Leids tritt vollständig in der Gegenwart auf; es ist nicht notwendig, dies auf ein vorangegangenes Leben zurückzuführen oder auf ein zukünftiges Leben zu warten.“²⁸

Andererseits gibt es in den frühen buddhistischen Schriften Passagen, die vermuten lassen, dass der Buddha auch Wiedergeburt gelehrt hat, z.B.:

- Die Schriften legen nahe, dass sich für den Buddha die Lehren über Nicht-Selbst und Wiedergeburt nicht ausschlossen, weil es danach scheint, dass der Buddha ‚seine‘ früheren Leben erinnern konnte²⁹. Diejenigen, die an das Drei-Leben-Modell glauben, nehmen diese Textstellen wörtlich, während andere, die der Hier-und-Jetzt-Interpretation anhängen, sie als metaphorisch betrachten.
- Die Erklärungen des Buddha bezüglich Altern und Tod, z.B. in der *Vibhaṅga Sutta*, erlauben die Vermutung, dass er hier in Zusammenhang mit dem *Abhängigen Entstehen* über körperliche Geburt und körperlichen Tod sprach³⁰.

Wie dem auch sei. Es ist schwierig zu beweisen, welches die ‚richtige‘ Interpretation des *Abhängigen Entstehens* ist, insbesondere für jemand, der/ die die frühen buddhistischen Schriften nicht in den

- aus der Aufhebung von Geist und Körper folgt Aufhebung der sechs Sinnesbereiche; ... Auf solche Art kommt die Aufhebung der ganzen Masse des Leidens zustande.“ [*Nidānasamyutta, Naḷakalāpī Sutta*, SN 12.67 in / 3 /] ([zurück nach Seite 8](#)) ([zurück nach Seite 16](#)) ([zurück nach Seite 25](#))

²⁷ „Wenn nun, ihr Mönche, einer sagt: ‚Außerhalb von Körperlichkeit, Gefühl, Wahrnehmung, Gestaltungen will ich des Bewusstseins Kommen oder Gehen, Schwinden oder Entstehen, Wachstum, Entwicklung, Fülle verkünden‘ - so besteht keine Möglichkeit dafür.“ [*Khandhasamyutta*, SN 22.53 in / 3 /] ([zurück nach Seite 19](#))

²⁸ P.A. Payutto in / 8 /, Seite 225. Modifizierte Übersetzung aus dem Englischen vom Autor.

²⁹ „Wenn sein konzentrierter Geist auf solche Weise geläutert, klar, makellos, der Unvollkommenheit ledig, gefügig, nutzbar, stetig und unerschütterlich ist, richtet er ihn auf das Wissen von der Erinnerung an frühere Leben. Er erinnert sich an viele frühere Leben, das heißt, an eine Geburt, zwei Geburten, drei Geburten, vier Geburten, fünf Geburten, zehn Geburten, zwanzig Geburten, dreißig Geburten, vierzig Geburten, fünfzig Geburten, hundert Geburten, tausend Geburten, hunderttausend Geburten, viele Äonen, in denen sich das Weltall zusammenschloss, viele Äonen, in denen sich das Weltall ausdehnte, viele Äonen, in denen sich das Weltall zusammenschloss und ausdehnte: 'Dort wurde ich soundso genannt, war von solcher Familie, mit solcher Erscheinung, solcherart war meine Nahrung, so mein Erleben von Glück und Schmerz, so meine Lebensspanne; und nachdem ich von dort verschieden war, erschien ich woanders wieder; auch dort wurde ich soundso genannt, war von solcher Familie, mit solcher Erscheinung, war meine Nahrung solcherart, so mein Erleben von Glück und Schmerz, so meine Lebensspanne; und nachdem ich von dort verschieden war, erschien ich hier wieder.' So erinnert er sich an viele frühere Leben mit ihren Aspekten und Besonderheiten.“

[z.B. *Bhayabherava Sutta*, MN 4.27 / *Kandaraka Sutta*, MN 51.24 beide in / 2 /]

³⁰ Was aber, ihr Bhikkhus, ist Alter und Tod? Das Altern der verschiedenen Einzelwesen in den verschiedenen Klassen von Wesen, ihr Hinsiechen, ihr Gebrechlichwerden, das Ergrauen der Haare, das Welkwerden der Haut, die Abnahme der Lebenskraft, der Verfall der Sinne: das heißt Alter. - Das Fortgehen und Ausscheiden der verschiedenen Einzelwesen aus den verschiedenen Klassen von Wesen, ihre Vernichtung, ihr Verschwinden, ihr Hingang und Sterben, der Ablauf der Lebenszeit, die Vernichtung der Wesensbestandteile, das Abwerfen der Leiblichkeit: das heißt Tod. So ist dieses das Alter, dieses der Tod: das, ihr Bhikkhus, heißt Alter und Tod. Was aber, ihr Bhikkhus, ist Geburt? Die Geburt der verschiedenen Einzelwesen in den verschiedenen Klassen von Wesen, ihr Geborenwerden, ihr Eintritt ins Dasein, ihr Wiederentstehen das Auftreten der Wesensbestandteile, die Erlangung der Sinnesbereiche: das, ihr Bhikkhus, heißt Geburt. [*Vibhaṅga Sutta*, SN 12.2 in / 3 /]

Sprachen (z.B. Pāli, Sanskrit oder eine der chinesischen Sprachen) lesen kann, in denen sie geschrieben wurden. Ich bin auf deutsche oder englische Übersetzungen dieser Texte und zugehöriger Kommentare angewiesen und kann aus diesem Grund auch nicht an einer scholastischen Debatte zur Übersetzung eines bestimmten Terms in einer bestimmten Sutta teilnehmen, die die Bedeutung des Textes in der einen (Wiedergeburt) oder anderen (Hier-und-Jetzt) Richtung beeinflussen könnte.

An diesem Thema und an den Streitfragen Interessierte, finden weitere Informationen auf den folgenden Webseiten (in englischer Sprache):

1. <http://www.nanavira.org/notes-on-dhamma/paticcasamuppada>
2. <https://www.buddhismwithoutboundaries.com/showthread.php?193-Paticcasamuppada-II-In-which-Bhikkhu-Bodhi-Debates-at-Nanavira%27s-Ghost-and-Mettiko-Bhikkhu-rebuts/page1> to page6
(beide Seiten zuletzt am 20.05.2017 besucht)

Der erste Link führt zu einem Artikel des verstorbenen Bhikkhu Ñāṇavīra, in dem er die traditionelle Drei-Leben-Theorie des *Abhängigen Entstehens* in Frage stellt. Der zweite Link führt zu einer Webseite, auf der zunächst die Antwort von Bhikkhu Bodhi, eines prominenten Vertreters der Drei-Leben-Theorie, auf Bhikkhu Ñāṇavīras These veröffentlicht ist, gefolgt von einer Diskussion in einem Forum, das einen interessanten Überblick über das Für und Wider beider Theorien gibt.

4. Die Hier-und-Jetzt-Interpretation des *Abhängigen Entstehens*

Basierend auf demselben Schema und denselben Gliedern wie die Drei-Leben-Theorie kann Bild 1 auch zur Beschreibung des Entstehens und Beendens von *Dukkha* mithilfe des Hier-und-Jetzt-Modells des *Abhängigen Entstehens* herangezogen werden (vergessen sie den innersten Kreis sowie die Unterteilung in Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft). Ein bekannter Protagonist der Hier-und-Jetzt-Theorie des *Abhängigen Entstehens* war Buddhādāsa Bhikkhu (siehe / 5 /, / 17 /). Er setzte die Entstehung von Problemen (*Dukkha*) mit dem Entstehen der Selbst-Vorstellung im menschlichen Geist gleich – beides geschieht viele Male täglich, solange der Geist unter dem Einfluss von Nichtwissen steht.

Auf den ersten Blick gibt es zwei Hauptursachen für das Entstehen des Leidens:

- Die unmittelbare Ursache ist Durst/ Verlangen/ Begehren³¹ oder ungesundes, von Unwissenheit geleitetes Erwünschen.
- Die Grund- oder Hauptursache ist Nichtwissen oder Unwissenheit.³²

Doch wie in Bild 1 dargestellt, ist tatsächlich jedoch ein komplexes Denkmuster beteiligt, bestehend aus zwölf Gliedern, die bei oberflächlichem Hinsehen ohne Anfang und Ende in der gegebenen Reihenfolge und in Abhängigkeit voneinander entstehen.

Im Allgemeinen gibt es nicht nur eine einzelne Ursache. Wir können von einer führenden oder Hauptursache und unterstützenden Bedingungen sprechen. Ein Samenkorn kann als Hauptursache angesehen werden, doch ohne weitere unterstützende Bedingungen wie Boden, Wasser, Sonnenschein usw. könnte sich daraus kein Baum entwickeln. Bezüglich der Formulierungen des *Abhängigen Entstehens* kann beispielsweise in der Abfolge „Nichtwissen ist die Ursache der Gestaltungen“ das Nichtwissen als die Hauptursache angesehen werden, doch weitere unterstützende Bedingungen mögen hinzutreten.

Der Buddha sagte: „Jemand, der *Bedingte Entstehung* sieht, sieht den *Dhamma*³³; jemand, der den *Dhamma* sieht, sieht *Bedingte Entstehung*.“³⁴ Diejenigen, die den *Dhamma* nicht sehen, sind unwissend bezüglich des *Dhamma* und deshalb anfällig für Kummer und Leid (*Dukkha*). Nichtwissen ist der Ausgangspunkt für das Entstehen von *Dukkha*, ist deshalb das Anfangsglied des *Abhängigen Entstehens*, doch nicht die ‚Erste Ursache‘, da das Nichtwissen von den Verunreinigungen [*āsavas* in Pāli] abhängt und eine dieser Verunreinigungen ist wiederum Nichtwissen.³⁵ Wir haben es hier mit einer Schleife, Schleife Nr. 1, zu tun (nicht die einzige im Prozess des *Abhängigen Entstehens*): Nichtwissen ist eine Bedingung für die

³¹ „Und was ist der Ursprung von *Dukkha* [des Leidens]? Es ist das Begehren, das erneutes Dasein bringt, das von Ergötzen und Begierde begleitet ist, und das sich an diesem und jenem ergötzt; nämlich Begehren nach Sinnintensität [-freuden], Begehren nach Dasein [zu existieren] und Begehren nach Daseinsmöglichkeit [nicht zu existieren]. Dies nennt man den Ursprung von *Dukkha*.“

[*Sammāditṭhi Sutta* MN 9.16 in / 2 /. Modifiziert vom Autor] (zurück nach Seite 27)

³² Durst/ Verlangen (*tanhā*) oder ungesundes Erwünschen wird durch Unwissenheit bedingt und erhalten, während gesundes Erwünschen/ Streben (*chanda*) auf weiser Reflexion beruht. Unwissenheit ist die Bedingung, die Verlangen zu Verlangen macht.

³³ (Das oder den) *Dhamma* in Pāli oder *Dharma* in Sanskrit bedeutet kurz gefasst: natürliches Phänomen oder auch die Lehre Buddhas.

³⁴ *Mahāhatthipadopama Sutta*, MN 28.38 in / 2 /

³⁵ „Und was sind die Triebe [Verunreinigungen], was ist der Ursprung der Triebe, was ist das Aufhören der Triebe, was ist der Weg, der zum Aufhören der Triebe führt? Es gibt drei Triebe: den Sinnestrieb [*kamāsava*], den Werdenstrieb [*bhavāsava*] und den Unwissenheitstrieb [*avijjāsava*]. Mit dem Ursprung von Unwissenheit ist der Ursprung der Triebe. Mit dem Aufhören von Unwissenheit ist das Aufhören der Triebe. Der Weg, der zum Aufhören der Triebe führt, ist eben dieser Edle Achtfache Pfad; nämlich Richtige Ansicht, Richtige Absicht, Richtige Rede, Richtiges Handeln, Richtige Lebensweise, Richtige Anstrengung, Richtige Achtsamkeit, Richtige Konzentration. [*Sammāditṭhi Sutta*, MN 9.70 in / 2 /] (zurück nach Seite 26)

Verunreinigungen, die Verunreinigungen – die eine Verunreinigung namens Nichtwissen beinhalten – sind andererseits eine Bedingung für das Nichtwissen.

P.A. Payutto [/ 13 /, Seite 18] erklärt: „Nichtwissen an die erste Stelle zu setzen unterstellt nicht, dass es die ‚Erste Ursache‘ oder Schöpfung aller Dinge ist. Nichtwissen wird aus Gründen der Klarheit an den Anfang gestellt, um einen möglichst praktischen Startpunkt zu haben. Tatsächlich sind wir aber vorsichtig, Nichtwissen als die ‚Erste Ursache‘ anzusehen wie die folgende Beschreibung des abhängigen Entstehens von Nichtwissen zeigt – Nichtwissen entsteht mit dem Auftreten der Verunreinigungen und hört mit deren Ende auf.“ Im Abhidhamma werden vier statt drei Verunreinigungen genannt, die P.A. Payutto wie folgt beschreibt: „Die Verunreinigungen sind vier an der Zahl, nämlich: das Interesse an der Befriedigung der Wünsche, hervorgerufen durch die fünf Sinne; Anklammern an Meinungen und Überzeugungen, z.B. der Körper sei ein Selbst oder gehöre einem Selbst; Verlangen nach unterschiedlichen Seinszuständen und das Bestreben diese zu erreichen und zu erhalten; Unkenntnis von der wahren Natur der Dinge.“ [/ 13 /, Seite 44].

4.1 Vom Nichtwissen zur Empfindung – Element Nr. ① bis Element Nr. ⑦

Nun soll verdeutlicht werden, wie unsere Selbst- oder Ich-Vorstellung geboren wird, wie das Leiden entsteht, und was wir tun können, das Entstehen des Unbefriedigenden im Leben zu vermeiden. Teile der folgenden Beschreibung basieren auf Erläuterungen von Tan Dhammavidu³⁶ zu den Ausführungen von Buddhādāsa Bhikkhu.

Es sei darauf hingewiesen, dass wenn im Folgenden von Leiden gesprochen wird, es sich um spirituelles oder geistiges Leiden und nicht um körperliches Leiden oder seelische Erkrankungen handelt. Körperliche Beeinträchtigungen und Leiden wie Kopf- oder Zahnschmerzen, Schmerzen nach Verletzungen, Operationen usw. sind Teil des Lebens und mehr oder weniger unvermeidlich. Hingegen ist spirituelles Leiden wie Unzufriedenheit, Ärger, Hass, Neid, Eifersucht ... vermeidbar, zumindest reduzierbar und davon handelt die Lehre Buddhas.

(1) Nichtwissen, Unwissenheit (*avijjā*)

Im buddhistischen Sinn bedeutet Nichtwissen oder Unwissenheit Unkenntnis der *Vier Edlen Wahrheiten*: bedeutet das Unbefriedigende im Leben nicht zu erkennen; nichts über dessen Entstehung und Beendigung zu wissen und den Weg, das Unbefriedigende im Leben zu beenden, nicht zu kennen. Es bedeutet auch, nichts über Vergänglichkeit, die Wechselhaftigkeit des Lebens zu wissen und der Selbst-Vorstellung anzuhaften. Wenn wir nicht wissen was *Dukkha* ist und was es verursacht, kennen wir auch unser Verhalten nicht, welches *Dukkha* ermöglicht zu entstehen, wissen wir nicht, wie ein Leben ohne *Dukkha* wäre und hätten keine Idee, wie wir uns verhalten müssten, um uns von *Dukkha* zu befreien; wir haben ein Problem. All dies wird als Nichtwissen bezeichnet. Unwissenheit in diesem Sinne hat nichts mit mangelnder Intelligenz oder mangelndem Buchwissen zu tun. Wir könnten clever wie Albert Einstein sein, doch litten wir, so lange wir dieses Verständnis nicht hätten, nach wie vor unter Nichtwissen nach buddhistischer Definition.

³⁶ Verschiedene Versionen dieses Themas sind von Tan Dhammavidu, einem englischen Mönch, in seinen Vorträgen zu Teilnehmern an den Meditations-Retreats an der Internationalen Dharma Hermitage von Wat Suan Mokkh, Thailand, referiert worden. Der Autor hat diesen Erklärungen zwischen Mai 2004 und Februar 2007 wiederholt gelauscht.

Jonathan Watts / 11 / gibt zwei weitere Definitionen von *Unwissenheit*:

- „Nichtwissen ist das Anhaften an falsche Sichtweisen der Welt, von denen die zwei wichtigsten sind, dass die Dinge unabhängig voneinander, unveränderlich, dauerhaft seien ODER vollkommen unwirklich seien.
- Aus mehr psychologischer Sichtweise bedeutet Nichtwissen verworrenes Denken auf der Basis von Mutmaßungen und Phantasien, hervorgerufen durch Überzeugungen, Ängste und angesammelte Charaktereigenschaften.“

Unwissenheit ist die Grundvoraussetzung für das Entstehen von *Dukkha*. Ohne Unwissenheit gäbe es kein Verlangen, gäbe es kein *Dukkha*. Wenn wir Nichtwissen durch *Weisheit* ersetzen könnten, wären wir aller Probleme ledig.

(2) Gestaltungen (*saṅkhāra*)

Es gibt drei Arten von Gestaltungen: Gestaltungen von Körper, Sprache und Geist.³⁷

Gestaltungen von Körper – Einatmen und Ausatmen gestalten den Körper

Gestaltungen von Sprache – (Logisches) Denken und Nachdenken gestalten die Sprache

Gestaltungen von Geist – Wahrnehmung und Gefühle gestalten den Geist

„Der allgemeingültige Ausdruck ‚Gestaltungen‘, näher bestimmt durch den Zusammenhang, mag benutzt werden. Dieser Ausdruck verweist entweder auf den Akt des ‚Gestaltens‘ oder aber auf den passiven Zustands des ‚Gestaltet worden seins‘ oder auf beide.“³⁸

In Zusammenhang mit dem *Entstehen durch Abhängigkeit* treten sowohl die aktive wie die passive Bedeutung von *saṅkhāra* in Erscheinung:

Passiv. Die geistigen Gestaltungen sind durch Nichtwissen auf eine Weise bedingt (gestaltet), die zu Leiden (*Dukkha*) führt – dies setzt den Prozess des *Abhängigen Entstehens* in Bewegung. Mit dem Verlöschen des Nichtwissens verschwinden die mentalen, sprachlichen und körperlichen Gestaltungen allerdings nicht im buchstäblichen Sinn, sie sind nach wie vor vorhanden – der Buddha starb im Augenblick der Erleuchtung nicht auf der Stelle; er atmete, dachte (lehrte) und fühlte weitere 45 Jahre lang – doch sind die Gestaltungen nun von Weisheit geleitet und haben kein Leiden zur Folge.

Aktiv. „Aus den Gestaltungen als Ursache entsteht das Bewusstsein.“ Von den drei Gestaltungen sind die mentalen Gestaltungen von wirklichem Interesse im Ablauf des *Abhängigen Entstehens*. Die geistigen Gestaltungen haben zunächst unsere geistigen und daran anknüpfend evtl. auch verbalen und körperlichen Aktionen zur Folge. *Karma*, absichtliche geistige, verbale und körperliche Handlung, hat seinen Platz hier, doch muss deshalb im weiteren Verlauf nicht die Drei-Leben-Theorie bemüht werden.³⁹

³⁷ „Ehrwürdige, wie viele Gestaltungen gibt es?“

„Es gibt folgende drei Gestaltungen, Freund Visākha:

- die Gestaltung des Körpers,
- die Gestaltung der Sprache und
- die Gestaltung des Geistes.“

„Was aber, Ehrwürdige, ist die Gestaltung des Körpers? Was ist die Gestaltung der Sprache? Was ist die Gestaltung des Geistes?“

- „Das Einatmen und das Ausatmen, Freund Visākha, ist die Gestaltung des Körpers;
- Gedankenfassung und diskursives Denken sind die Gestaltung der Sprache;
- Wahrnehmung und Gefühl sind die Gestaltung des Geistes.“

[Cūlavadda Sutta, MN 44.13-15 in / 2 /]

³⁸ Nyanatiloka Mahathera, Buddhist Dictionary / 12 /. Übersetzung aus dem Englischen vom Autor.

³⁹ *Karma* bedeutet ‚Handlung‘ oder ‚Tat‘; was immer wir tun, sagen oder denken ist *karma*. Diese absichtlichen geistigen, verbalen oder körperlichen Handlungen haben ein Resultat oder eine Frucht (*vipāka*) zur Folge, entweder im gegenwärtigen Leben oder im Zusammenhang mit einer zukünftigen Wiedergeburt. „In Zusammenhang

Nach P.A. Payutto umfasst Mentale Gestaltungen oder Geistiges Zusammenbrauen: „geistige Aktivitäten, willentlichen Vorsatz, Absichten, Entscheidungen und die daraus resultierenden Aktionen; die Organisation des Denkprozesses in Übereinstimmung mit angesammelten Gewohnheiten, Fähigkeiten, Vorlieben und Überzeugungen; das Konditionieren des Geistes und des Denkprozesses.“⁴⁰

Anstatt das Leben zu sehen und zu erleben wie es tatsächlich ist, erlebt der unwissende Mensch das Leben, die äußere Welt, sich selbst und andere entsprechend seiner Ansichten und Vorurteile, seiner Vorlieben und Abneigungen, seiner Hoffnungen und Ängste, usw. „Das Ergebnis ist verwirrtes Denken, gegründet auf diesen Hoffnungen, Ängsten, Vorurteilen und Charaktereigenschaften. [...] Dieses verwirrte Denken und darauf gegründete Absichten bedingen unsere Wahrnehmung, den Zustand des Bewusstseins. [...] Der Hintergrund auf dem wir sehen, hören, erkennen wird beeinflusst durch unser Denken und unsere Absichten: wir sehen was wir sehen wollen und übersehen (ignorieren) anderes [[selektive Wahrnehmung](#)]; wir akzeptieren was unsere Ideen unterstützt und weisen entgegenstehende zurück.“⁴¹ Daher gilt: Geistiges Zusammenbrauen, willentliche geistige, verbale oder körperliche Handlungen beeinflussen die Wahrnehmung, begründen den Zustand des Bewusstseins.

(3) Bewusstsein (*viññāna*)

Bewusstsein ist immer ein gebundenes Bewusstsein, d.h. es ist Bewusstsein von etwas, ist kein abstraktes, frei schwebendes, aus sich selbst heraus bestehendes Bewusstsein. Es ist abhängig von Name und Form und Name und Form ist abhängig von Bewusstsein wie vom Ehrwürdigen Sāriputta im Gleichnis von den zwei Rohrbündeln beschrieben (siehe [Fußnote 26](#), Seiten 10/11). Sie stützen sich gegenseitig; sind aufeinander angewiesen. Wenn eines aus seiner Position gezogen wird, wird das andere umfallen müssen. Sie sind nicht eins und doch auch nicht zwei. Bhikkhu Ñāṇananda [/ 9 / Band 1, z.B. Seite 21] vergleicht diese wechselseitige Abhängigkeit voneinander, diese Dualität von Bewusstsein und Name und Form mit einem Wirbel oder Strudel – sie repräsentieren eine weitere Schleife, Schleife Nr. 2, im Prozess des *Abhängigen Entstehens*.

Das Objekt des Bewusstseins ist Name und Form und eine seiner wesentlichen Funktionen ist die Unterscheidung der drei elementaren Empfindungen – angenehm, unangenehm und weder angenehm noch unangenehm oder neutral – dem ersten Aspekt von *nāma* in Name und Form.

mit einer künftigen Wiedergeburt' ist allgemein verbreiteter Glaube und es gibt verschiedene Textstellen in den Nikāyas, die diesen Glauben zu unterstützen scheinen – dies ist die weltliche oder moralische Ebene dieser Lehre. Auf höherer Ebene, der Ebene, die zur Beendigung allen Leids führt, auf der von dauernder Veränderung gesprochen wird, gibt es kein unveränderliches ‚Ich‘, kein ‚mir‘ und ‚mein‘. Und da es kein ‚Selbst‘ oder ‚Ich‘ gibt, gibt es auch keinen ‚Schöpfer‘ oder ‚Tuenden‘ von *karma* und selbstverständlich auch keinen ‚Empfänger‘ der Frucht. Es gibt nur karmisch relevantes Tun (keine ‚Handelnde‘) gefolgt von seiner Frucht (keine ‚Empfängerin‘), verursacht und empfangen von den *Fünf Daseinsgruppen*. Es gibt nur Ursache und Wirkung, endlos, und beide geschehen hier und jetzt. Ich begehe nicht heute eine negative Tat und empfangen das Ergebnis in der nächsten Woche oder in 10 Jahren – das karmische Resultat dieser Tat ist zwischenzeitlich nirgendwo gelagert. Alles *karma* ist zunächst geistig da jeglicher verbalen oder körperlichen Handlung eine geistige vorausgeht und ich erfahre deren Ergebnis ebenfalls zunächst auf geistiger Ebene. Die gerade jetzt begangene böse Tat hat einen unmittelbaren Effekt auf ‚mich‘ (z.B. empfinde ich Bedauern oder Unzufriedenheit darob) und mit diesem veränderten Geisteszustand begehe ‚Ich‘ eine neue Handlung mit einem erneuten Effekt auf ‚mich‘ usw. Es gibt einen kontinuierlichen Strom von *karma* und *vipāka* – ‚Ich‘ verändere mich von Augenblick zu Augenblick aufgrund physikalischer und anderer Naturgesetze und auch aufgrund des *Gesetzes von Karma*. *Karma*, gefolgt von seiner Frucht, wird mehr oder weniger im Hier-und-Jetzt kontinuierlich erzeugt und erfahren.“

[Khun Reinhard, *Karma and Merit in (Thai) Buddhism* (siehe Link auf Seite 41). Übersetzung aus dem Englischen vom Autor. Eine Version dieses Artikels in deutscher Sprache ist in Vorbereitung].

⁴⁰ P.A. Payutto in / 13 /, Seite 55. Übersetzung aus dem Englischen vom Autor.

⁴¹ P.A. Payutto in / 13 /, Seite 57. Modifizierte Übersetzung aus dem Englischen vom Autor.

Bewusstsein wird als ‚Wissendes‘ bezeichnet, doch alles, was es tatsächlich weiß, ist dass ein Sinneseindruck stattfindet. Es gibt sechs verschiedene Arten von *Bewusstsein*, für jeden Sinn eines: Augen-, Ohren-, Nasen-, Zungen-, Körper- und Geistbewusstsein. Die westliche Ideenwelt spricht von fünf Sinnen, in der östlichen wird zusätzlich auch der Geist als Sinn betrachtet.

Zwei Beispiele sollen zur Erklärung von *Bewusstsein* beitragen:

- a) Wir betrachten eine rote Blume. Das Auge sieht die Blume und Augenbewusstsein entsteht. So findet Sehen statt. Das ist schon alles was Bewusstsein vermag. Es weiß nicht, dass eine Blume gesehen wird oder dass ihre Farbe Rot ist. Diese Etiketten werden durch eine andere Funktion des Geistes, durch Wahrnehmung oder Erkennen aufgeklebt. Sie sind eng verknüpft mit Bewusstsein, werden daher auch als Begleiterin oder Kamerad von Bewusstsein bezeichnet.
- b) Wir lesen ein spannendes Buch. Gleichzeitig treffen die Schallwellen von auf der Straße vorbeifahrenden Autos oder von Vogelgezwitscher auf unsere Trommelfelle. Wir sind jedoch nur unseres Lesens gewahr, haben kein Bewusstsein von den Geräuschen, d.h. wir hören sie einfach nicht. Es liegt nur Augenbewusstsein, evtl. auch Denkbewusstsein doch kein Ohrbewusstsein vor.

Bewusstsein ist unbeständig und kein Selbst (siehe Kasten **Bewusstsein**).

Bewusstsein

„Bewusstsein (*viññāna* in Pāli) ist eine der *Fünf Daseinsgruppen* (Anhäufungen; *khandha* in Pāli). [...] Es ist untrennbar verbunden mit den anderen drei geistigen Prozessen (Empfindung, Wahrnehmung, und absichtsvollem geistigen Gestalten) und liefert das bloße Erkennen eines Objekts, während die anderen drei mehr konkrete Funktionen beitragen. [...]

Genau wie die anderen Gruppen der Existenz ist das Bewusstsein instabil und bildet keine dauerhafte Geist-Substanz. Auch ist es keine [nach dem Tod] in einen anderen Körper übergehende Einheit oder Seele. Die Drei Charakteristiken, unbeständig, unbefriedigend und ohne Selbst, werden in den [buddhistischen] Schriften häufig auf das Bewusstsein angewandt.“ (Buddhist Dictionary / 12 / Übersetzung aus dem Englischen vom Autor.)

„Genau genommen sind Empfindung, Wahrnehmung, absichtsvolles geistiges Gestalten und Bewusstsein untrennbare Teile desselben Prozesses. Sie sind verschieden voneinander durch ihre individuellen Charakteristiken des Fühlens, Wahrnehmens, Gestaltens und Erkennens, so dass sie als vier getrennte *khandas* (Anhäufungen) angesehen werden. Beurteilen wir diese *khandas* gemäß ihrem psychologischen Wert, dann werden Empfindung und Wahrnehmung als passive und empfangende Teile von *viññāna* (Bewusstsein), die *sankharas* [geistige Aktivitäten oder Gestaltungen] als der aktive Zustand angesehen. *Viññāna* ist ihr Führer, die ursprüngliche Ursache, ohne die sie nicht auftreten. Daher ist *viññāna* der unentbehrliche Teil, der die anderen drei geistigen Prozesse mit sich bringt. Zum Zwecke der Analyse der Hauptabschnitte des Bewusstseins und um die objektiven Relationen verschiedener Vorstellungen von ihrer Individualität zu zeigen, werden sie gemäß ihrer Charakteristiken als vier Anhäufungen im Sinne von Gruppen oder Sammlungen logisch unterteilt.“

(Buddhist Meditation in Theory and Practise / 14 /, Seite 352. Übersetzung aus dem Englischen vom Autor.)

(4) Name und Form (*nāma-rūpa*)

„Was aber, ihr Bhikkhus, ist Name und Form [Geist und Körper]?

- Empfindung (*vedanā*) [angenehm, unangenehm, neutral];
- Wahrnehmung (*saññā*) [Form, Farbe, Geruch, usw.];
- Absicht, Willen (*cetanā*) [Bedeutung oder Zweck];
- Kontakt (*phassa*) [Sinneserfahrung];
- Aufmerksamkeit (*manasikāra*) [gerichtetes Interesse]. Diese fünf zusammen heißen Name.

Die vier hauptsächlichsten Elemente (Erde, Wasser, Feuer und Luft) und die durch diese vier Elemente bedingte Form: Das heißt Form. Dieser Name und diese Form heißen zusammen Name und Form.“⁴²

Der Ausdruck Name lässt auf *nāmas* Funktion des Benennens schließen, doch heißt das nicht, dass einem Objekt ein konventioneller Name gegeben wird. „(Wieder-) Erkennen erfolgt nicht in erster Linie mittels eines Namens im konventionellen, sprachlichen Sinn, sondern mittels Empfindung, Wahrnehmung, Absicht, Kontakt und Aufmerksamkeit. [...] Mit Hilfe dieser fünf [Funktionen von Name] erkennen wir die vier Hauptelemente Erde, Wasser, Feuer und Luft anhand ihrer Qualitäten wie hart und weich, warm und kalt usw. Darum wird Name auch *rūpasaññā* (Wahrnehmung von Form) genannt. Diese fünf Faktoren heißen Name lediglich in einem formalen Sinn.“⁴³ „Wir erkennen die vier Hauptelemente und Form nur durch die Bestandteile der Name-Gruppe. Durch die Mitglieder dieser Gruppe (beispielsweise Empfindung und Wahrnehmung) bekommt Form/ Körper sprachlichen Ausdruck und die Name-Gruppe erfährt eine Widerstandsempfindung von Form/ Körper.“⁴⁴

„Name und Form selbst sind voneinander abhängig und wirken gegenseitig aufeinander ein. Form kann nicht ohne Name und Name nicht ohne Form sein [sind untrennbar miteinander verbunden]. Darum haben wir diese Abhängigkeit mit dem geheimnisvollen ‚inneren Knoten‘ (*antojatā*) identifiziert. [Eine weitere Schleife, Schleife Nr. 3]. Analog haben wir die gegenseitige Abhängigkeit und Einwirkung von Bewusstsein und Name & Form als den ‚äußeren Knoten‘ (*bahijatā*) erkannt [Schleife Nr. 2].“⁴⁵

Manchmal wird die Bezeichnung ‚Geist und Körper‘ anstelle von Name und Form gebraucht. Da die Bezeichnung Geist auch angesehen werden kann als handle es sich dabei um die vier immateriellen Daseinsgruppen (Empfindung, Wahrnehmung, mentale Gestaltungen und Bewusstsein), kann der Ausdruck ‚Geist und Körper‘ irreführend sein. Bhikkhu Ñāṇavīra schreibt: „Wenn *nāma* als ‚Geist‘ oder ‚geistig‘ verstanden wird, beinhaltet es unweigerlich Bewusstsein. Dies ist absolut ohne Rechtfertigung in den Suttan.“⁴⁶ Und bei Bucknell finden wir: „Diese Beobachtungen von WATSUJI, YINSHUN, und REAT deuten darauf hin, dass *nāma-rūpa*, weit davon entfernt ‚Geist & Körper‘ oder ähnliches zu bedeuten, eine gemeinsame Bezeichnung für die sechs Arten von Sinnesobjekten sind“ und fügt in einer Fußnote hinzu: „Dies unterstützt den Vorschlag, dass *nāma-rūpa* eine Einteilung in geistige (wahrgenommen durch den sechsten Sinnesbereich) und körperliche (wahrgenommen durch die anderen fünf Sinnesbereiche) Sinnesobjekte repräsentiert.“⁴⁷ Meiner Meinung nach hat dies, wie auch von Buddhādāsa Bhikkhu vorgeschlagen, zwei Ebenen von Sinneskontakten auf körperlicher und geistiger Ebene zur Folge (siehe die Beschreibung von Kontakt weiter unten).

Form tritt sowohl intern als Person (als der Körper mit seinen Sinnesorganen) als auch extern als die physikalische Welt auf. Bewusstsein, Geist und Körper sind voneinander abhängig und untrennbar. Kein emp-

⁴² Vibhaṅga Sutta, SN 12.2 (12) in / 3 /, modifiziert vom Autor

⁴³ Bhikkhu Ñāṇananda in / 9 / Vol. 1, Seite 40. Modifizierte Übersetzung aus dem Englischen vom Autor.

⁴⁴ Bhikkhu Ñāṇananda in / 9 / Vol. 1, Seiten 87/89. Modifizierte Übersetzung aus dem Englischen vom Autor.

⁴⁵ Bhikkhu Ñāṇananda in / 9 / Vol. 1, Seite 103. Modifizierte Übersetzung aus dem Englischen vom Autor.

⁴⁶ Bhikkhu Ñāṇavīra in / 15 /. Übersetzung aus dem Englischen vom Autor.

⁴⁷ Roderick Bucknell in / 6 /, Seite 325, Fußnote Seite 326. Übersetzung aus dem Englischen vom Autor.

findender Körper ohne Bewusstsein, kein Bewusstsein ohne lebenden Körper (siehe [Fußnote 27](#) auf Seite 11). „Der Körper und insbesondere die geistigen Funktionen werden vom Zustand des Bewusstseins bestimmt. Ist beispielsweise das geistige Befinden negativ, werden Wahrnehmung, Körpersprache und Verhalten davon beeinflusst. Sind wir ärgerlich, werden unangenehme Empfindungen wahrgenommen, der Geist ist niedergeschlagen und körperliche Zeichen, z.B. der Gesichtsausdruck, sind mürrisch und aggressiv.“⁴⁸ Bewusstsein und die Name und Form - Gruppe treten immer nur gemeinsam auf. Und da willentliche Impulse (mentale Gestaltungen) den Zustand des Bewusstseins begründen, begründen sie gleichfalls die Name und Form - Gruppe.

Geist und Körper brauchen zu ihrem Funktionieren die Wahrnehmung der ‚äußeren‘ Welt. Die Sinneswahrnehmung wird aktiviert, um den notwendigen Input bereit zu stellen. Und so wird gesagt: Aus Name und Form als Ursache entstehen die Sechs Sinnesbereiche.

(5) Sechs Sinnesbereiche (*salāyatana*)

Die Sechs Sinnesbereiche bestehen aus den internen sechs Sinnesorganen (Auge, Ohr ... Geist) und den externen sechs Sinnesobjekten (Form, Schall, Geruch, Geschmack, Körperempfindung, Gedanken). Doch finden sämtliche Sinneseindrücke entweder auf der Körperoberfläche oder aber im Geist statt. So sehen wir dieses Blatt Papier/diesen Bildschirm ca. 0,5m entfernt von uns, doch das Sehen findet tatsächlich auf der Körperoberfläche, auf der Netzhaut des Auges statt, auf den Kopf gestellt, doch der Geist stellt es dann wieder auf die Füße. Daher können auch die äußeren Sinnesobjekte als Teil von Name und Form betrachtet werden.

Sind die Sechs Sinnesbereiche oder Geistiges Zusammenbrauen die Ursache des Bewusstseins?

In der *Madhupindika Sutta* lesen wir: „Bedingt durch Auge und Formen entsteht Sehbewusstsein;“⁴⁹ oder allgemein: Bedingt durch das interne Sinnesorgan und das externe Sinnesobjekt entsteht das entsprechende Bewusstsein, doch hat „die Tatsache, dass ein Sinnesobjekt einem Sinnesorgan präsent wird, nicht ausnahmslos das Auftreten von Bewusstsein zur Folge. Weitere begleitende Faktoren wie Empfänglichkeit, Entschlossenheit und Hinwendung müssen ebenfalls vorhanden sein.“^{50, 51} Jemand, der/die ein spannendes Buch liest, ist sich nur des Inhalts des Buches bewusst, nicht jedoch der Geräusche von der Straße, obwohl diese sein/ihr Trommelfell treffen. Die Aufmerksamkeit ist beim Auge, nicht beim Ohr und deshalb treten Augenbewusstsein und Augenkontakt auf. Im Tiefschlaf mögen Geräusche auf das Ohr treffen, doch findet kein Hören statt weil Ohrbewusstsein nicht aktiv ist.

Der *Madhupindika Sutta* nach entsteht Bewusstsein mit dem Zusammentreffen von Sinnesorgan und Sinnesobjekt, doch in der Standard Version des *Abhängigen Entstehens* heißt es: „Aus den Gestaltungen als Ursache entsteht das Bewusstsein.“ (siehe Seite 6). Ist die Ursache des Bewusstseins nun die Gestaltun-

⁴⁸ P.A. Payutto in / 13 /, Seite 62. Übersetzung aus dem Englischen vom Autor.

⁴⁹ „Bedingt durch Auge und Formen entsteht Sehbewusstsein; das Zusammentreffen der drei ist Kontakt; durch den Kontakt bedingt ist Gefühl. Was man fühlt, das nimmt man wahr. Was man wahrnimmt, darüber denkt man nach. Worüber man nachdenkt, darüber ufert man begrifflich aus. Mit dem als Quelle, worüber man begrifflich ausgeüfert ist, bedrängen einen Menschen die Konzepte, die von begrifflicher Ausuferung geprägt sind, und sich auf vergangene, zukünftige und gegenwärtige Formen, die mit dem Auge erfahrbar sind, beziehen (entsprechend für die anderen Sinnesbereiche).

[*Madhupindika Sutta*, Die Honigkugel, MN 18.16, in / 2 /] ([zurück nach Seite 21](#)) ([zurück nach Seite 26](#))

⁵⁰ P.A. Payutto in / 8 /, Seite 47. Übersetzung aus dem Englischen vom Autor.

⁵¹ „Wenn, Freunde, innerlich das Auge intakt ist, aber keine äußeren Formen in seine Reichweite kommen, und keine passende Hinwendung vorhanden ist, dann gibt es kein Erscheinen des zugehörigen Bewußtseinsanteils. Wenn innerlich das Auge intakt ist, und äußere Formen in seine Reichweite kommen, aber keine passende Hinwendung vorhanden ist, dann gibt es kein Erscheinen des zugehörigen Bewußtseinsanteils. Aber wenn innerlich das Auge intakt ist, und äußere Formen in seine Reichweite kommen, und passende Hinwendung vorhanden ist, dann gibt es das Erscheinen des zugehörigen Bewußtseinsanteils.“

[*Mahāhatthipadopama Sutta*, MN 28.27 in / 2 /]

gen oder das Zusammentreffen eines Sinnesorgans mit dem entsprechenden Sinnesobjekt oder gilt beides? P.A. Payutto erklärt „Wenn Bewusstsein entsteht, beispielsweise wenn wir ein visuelles Objekt sehen, sehen wir tatsächlich nur bestimmte Attribute oder Facetten des fraglichen Objekts. Mit anderen Worten, wir sehen nur diejenigen Aspekte oder Facetten, denen wir entsprechend der Geistigen Gestaltungen (*sañkhāra*), die das Entstehen von Bewusstsein (*viññāna*) bedingen, Bedeutung beimessen.“⁵² Nichtwissen und Gestaltungen stellen lediglich eine Möglichkeit zum Auftreten von Bewusstsein in einem bestimmten Zustand dar (z.B. ärgerlich oder glücklich und einer entsprechenden selektiven Wahrnehmung), während das Zusammentreffen von Auge und Form ein spezifisches Bewusstsein, abhängig von einer spezifischen Form erzeugen.

Bhikkhu Ñāṇananda schreibt: „Das Wesen des Bewusstseins ist die Unterscheidung in zwei Dinge. Bevor das Bewusstsein entsteht, gibt es die Vorstellung von Auge und Form als zwei Dinge nicht. Erst mit dem Erscheinen von Bewusstsein entsteht der Gedanke: ‚Dies ist mein Auge und dort ist jene Form.‘ Aus diesem Grunde sagen wir, die Lücke, der Spalt zwischen den beiden ist Bewusstsein.“^{53, 54}

(6) Kontakt (*phassa*)

Abhängig von unserem geistigen Zustand (unserer Bewusstseinslage oder Stimmung) und der Intensität des Eindrucks, tritt ein Sinneseindruck aus der großen zur Verfügung stehenden Menge hervor; er wird von uns wahrgenommen. Wir widmen ihm unsere Aufmerksamkeit, d.h. ein externes Sinnesobjekt (z.B. Schall), das passende interne Sinnesorgan (Ohr) sowie das zugehörige Sinnesbewusstsein treffen zusammen. Dieses Zusammenkommen wird Kontakt, in diesem Beispiel ‚Ohrkontakt‘ genannt. Sieht das Auge eine Form und Augenbewusstsein entsteht, sprechen wir von ‚Augenkontakt‘ usw.

Nach Buddhadāsa Bhikkhu hat Sinneskontakt zwei Ebenen. Die erste ist der externe, in erster Linie physische Kontakt zwischen innerem und äußerem Sinnesbereich; die zweite Ebene bedeutet den mentalen Aspekt von Kontakt. Geist-Bewusstsein entsteht auf der Basis eines Kontakts auf der ersten Ebene und erkennt die Bedeutung oder den Wert dieses Kontakts. Auf der ersten Ebene wird etwas mit einer bestimmten Form und Farbe bemerkt; auf der zweiten Ebene dann z.B. als Blume erkannt. Beide Ebenen heißen Kontakt, zusammen sind sie der Sinneskontakt.⁵⁵

⁵² P.A. Payutto in / 8 /, Seite 24. Übersetzung aus dem Englischen vom Autor.

⁵³ Bhikkhu Ñāṇananda in / 9 / Vol. 3, Seiten 106/107. Übersetzung aus dem Englischen vom Autor.

⁵⁴ „Ein anderer sprach: ‚Die sechs inneren Sinnesgrundlagen sind das eine Ende, die sechs äußeren Sinnesgrundlagen sind das andere Ende, das Bewusstsein ist die Mitte. Das Begehren aber ist die Näherin . . .“
[AN 61 Buch 6, in / 4 /.]

⁵⁵ „Sinnes-Kontakt hat zwei Ebenen. Die erste Ebene ist extern, der primäre physische Kontakt zwischen den inneren und äußeren Sinnesbereichen, beispielsweise das Auge und ein sichtbares Objekt. Wir können die Form, Farbe, Abmessungen und andere physische Aspekte des sichtbaren Objektes sehen. Dies kann ‚Augen-Kontakt‘ genannt werden und diese Art von Sinnes-Kontakt bedeutet ‚einfacher‘ Kontakt. Es ist schlicht die grundlegende Sinneserfahrung eines empfindenden Wesens in der sinnlichen Welt. Danach folgt die geistige Ebene oder der geistige Aspekt von Kontakt. Geist-Bewusstsein [*manoviññāna*] entsteht auf der Basis physischer Kontakte und kennt die Bedeutung oder den Wert dieses Kontakts: dieses Etwas mit dieser bestimmten Form, Farbe und Größe wird ‚Blume‘ oder was immer es sein mag genannt. Kontakt hat diese zwei Ebenen: die externe oder physische und die interne oder geistige Ebene.

Diese zwei Ebenen von Kontakt treten in unserem täglichen Leben ständig auf. [...] Beide Ebenen werden Kontakt genannt. Zusammen ergeben sie Sinnes-Kontakt, die Augenblick-zu-Augenblick Grundlage unserer täglichen Erfahrungen.

Auf die gleiche Weise wie mit den Augen entsteht Kontakt via Ohren, Nase, Zunge, Körperoberfläche und geistigem Sinn. Kontakt hat in jedem dieser Fälle zwei Ebenen. Für den sechsten, den geistigen Sinn bedeutet beispielsweise eine Erinnerung ‚einfachen‘ Kontakt, während die Benennung derselben die zweite Ebene von Kontakt darstellt.“

[Buddhadāsa Bhikkhu in / 17 /, Seiten 58/59. Modifizierte Übersetzung aus dem Englischen vom Autor.]

(7) Empfindung, Gefühl (*vedanā*)

Es sind die hervorgerufenen Empfindungen, die ein Objekt für den Geist interessant machen. Die meisten Kontakte während unseres Lebens rufen weder eine angenehme noch eine unangenehme Empfindung hervor. Diese Kontakte bewirken eine dritte Art der Empfindung, eine weder positive noch negative oder neutrale Empfindung, und für gewöhnlich ist der Geist an dieser Art von ‚Nicht-Empfindung‘ nicht interessiert. Sie entstehen und vergehen mehr oder weniger unbemerkt – anderenfalls würde der Geist aufgrund der Vielzahl der Kontakte, die ununterbrochen geschehen, vielleicht verrückt werden. Selbst in der Meditation, wo Kontakte mittels der Augen, Nase und Zunge sehr eingeschränkt sind, kann man noch durch zu viele Kontakte überwältigt werden.

Buddhadāsa Bhikkhu spricht von zwei Ebenen oder Arten von Kontakten (siehe oben), die nach meiner Interpretation und der Lehre in der *Madhupindika Sutta* („[...] das Zusammentreffen der drei ist Kontakt; durch den Kontakt bedingt ist Gefühl [Empfindung]...“, siehe [Fußnote 49](#) auf Seite 19) zu zwei Ebenen oder Arten von Empfindungen führen:

- Die erste Art der Empfindung wird durch ein bloßes oder einfaches Sinneserlebnis, z.B. körperlicher Schmerz oder Sehen von etwas Angenehmen bewirkt, die als eine der drei Grundempfindungen positiv (angenehm), negativ (unangenehm) oder neutral (weder positiv noch negativ) erlebt werden.
- Die zweite Art steht für intensivierte Empfindungen, verursacht durch den Geist, nachdem dieser die zunächst entstandene Grundempfindung aufgenommen und verarbeitet hat. Die daraus resultierenden Empfindungen mögen solche von Befriedigung oder Freude bzw., wenn als negativ angesehen, solche von Unzufriedenheit oder Abneigung sein.

Die anfängliche Grundempfindung, ausgelöst durch einen bloßen, körperlichen Sinneskontakt, erhält eine andere Qualität nachdem der Geist dem kontaktierten Objekt Beachtung geschenkt hat. Ein Beispiel mag das verdeutlichen. Angenommen wir sehen eine Person, die uns irgendwie bekannt vorkommt, in einiger Entfernung auf dem Bürgersteig. Eine leicht positiv gefärbte Empfindung entsteht und daraufhin die Absicht oder der Wille herauszufinden, wer die Person ist. Absicht und Aufmerksamkeit bewirken, dass der Kontakt aufrecht gehalten wird, sodass die Wahrnehmung mehr und mehr Details der Person ausfindig machen kann während wir uns ihr nähern. Die leicht positiv gefärbte Empfindung mag aufgrund des aufrecht gehaltenen Interesses und erkannter Details intensivieren, vielleicht schleicht sich eine gewisse Aufregung ein, und zu einem bestimmten Zeitpunkt mögen wir die Person als eine alte Freundin, die wir lange nicht mehr gesehen haben, erkennen. Der Geist vertieft nun den Denkprozess (viele Erinnerungen und Phantasien bezüglich der Zukunft mögen aufsteigen) und plötzlich empfinden wir Glück aufgrund des unmittelbar bevorstehenden Treffens mit unserer Freundin und der Freude, die wir erwarten. Die ursprüngliche Grundempfindung, die den Geist veranlasst hat aufmerksam zu sein, hat sich nach Erkennen und mentalem Gestalten in eine intensivierte Empfindung gewandelt. Darauf folgend mag der Wunsch (Durst) aufsteigen unsere Freundin schnell zu sehen und wir mögen schneller gehen.

Eine neutral Grundempfindung mag, wenn überhaupt, zum Erkennen des sie auslösenden Objekts führen, wird aber kaum zu einer stärkeren Zunahme geistiger Aktivitäten führen – der Kontakt ist unbedeutend und der Prozess des *Abhängigen Entstehens* wird an dieser Stelle abbrechen, bis der nächste Sinneskontakt eintritt.

Das Wort Empfindungen beinhaltet keine Emotionen wie Ärger, Angst, Trauer, Eifersucht, Dankbarkeit, Liebe ...

4.2 Rückblick

Bevor die anderen Elemente des *Bedingten Entstehens* erklärt werden, soll das bisher Besprochene noch einmal etwas näher betrachtet werden.

Aus dem Nichtwissen	als Ursache entstehen die geistigen Gestaltungen;
aus den geistigen Gestaltungen	als Ursache entsteht das Bewusstsein;
aus dem Bewusstsein	als Ursache entsteht Name und Form
aus Name und Form	als Ursache entstehen die Sechs Sinnesbereiche;
aus den Sechs Sinnesbereichen	als Ursache entsteht Kontakt;
aus Kontakt	als Ursache entsteht Empfindung;

Das scheint sehr geradlinig, doch tatsächlich ist es nicht so. Als Bewusstsein und Name und Form vorgestellt wurden, ist erwähnt worden, dass diese beiden voneinander abhängig sind und gegenseitig aufeinander einwirken und darüber hinaus gibt es weitere Rückkopplungen, Wechselwirkungen und Schleifen im Prozess des *Abhängigen Entstehens*. Es ist notwendig, einige dieser Wechselwirkungen und Schleifen näher zu betrachten, wenn wir verstehen wollen, wie der Prozess des *Abhängigen Entstehens* praktisch im menschlichen Geist abläuft. Letztlich soll über die Lehre vom *Abhängigen Entstehen* nicht nur theoretisiert werden, sondern sie soll und muss im Geist erfahren werden.

Der Ausgangspunkt für den Prozess des *Abhängigen Entstehens* ist per Definition Nichtwissen oder Unwissenheit und wir können Unwissenheit als das bestimmende Prinzip für das Entstehen von *Dukkha* und der Selbst-Vorstellung ansehen, doch in der täglichen Lebenserfahrung beginnt der Prozess mit Kontakt – ohne Sinneskontakt (wie in tiefem, traumlosen Schlaf oder in Narkose) wüsste der Geist gar nichts⁵⁶ und der Prozess des *Abhängigen Entstehens* würde nicht ablaufen. An diesem Punkt mag eine Frage auftauchen.

Warum kommen Kontakt und Empfindung je zweimal vor?

Bitte werfen sie einen Blick auf Bild 2 auf Seite 24. Wie lässt sich erklären, dass Kontakt und Empfindung, beide Teil von Name und Form (Element Nr. ④), noch einmal getrennt als Element Nr. ⑥ (Kontakt) bzw. Element Nr. ⑦ (Empfindung) erscheinen? Roderick Bucknell bezweifelt, dass dies „[...] wegerklärt werden könnte, indem die ursächliche Verbindung zwischen den Elementen als nicht streng geordnet angenommen wird, würde dies doch eine ernste Schwächung des Ursache-Wirkung-Zusammenhangs (*idappaccayatā*), den die Patīccasamuppāda-Doktrin veranschaulichen soll, bedeuten.“⁵⁷ Andererseits lesen wir bei Bhikkhu Bodhi „Die Reihenfolge der Faktoren sollte nicht als linear-kausaler Prozess angesehen werden, in dem jeder vorhergehende Faktor das Entstehen des nachfolgenden lediglich durch einfache Kausalität bedingt ...“ (Siehe **Fußnote 19** auf Seite 8).

Nach Bucknell könnte eine mögliche Erklärung sein, dass die heute bekannten Versionen des *Abhängigen Entstehens* während der frühen, rein mündlichen Überlieferung der Lehre verzerrt oder verfälscht wurden und „dass die beiden Verknüpfungen von *viññāna* [Bewusstsein] --> *nāma-rūpa* [Name und Form] und *nāma-rūpa* [Name und Form] --> *salāyatana* [Sechs Sinnesbereiche] bezüglich dieser Lehre verdächtig sind, Überbleibsel aus einer früheren Version zu sein, die blindlings in eine lineare Abfolge überführt

⁵⁶ „Wenn da, Ānanda, Samanas und Brāhmanas, Anhänger der Lehre vom Kamma, verkünden, dass Lust und Leiden selbst verursacht sei, und jene die verkünden dass Lust und Leiden von einem anderen verursacht sei, und jene die verkünden dass Lust und Leiden sowohl selbst verursacht als auch von einem anderen verursacht sei, und jene die verkünden dass Lust und Leiden nicht selbst bewirkt, auch nicht von einem andern bewirkt, sondern durch Zufall entstanden sei, können diese Leute anders empfinden als durch Kontakt? Nein, dieser Fall kommt nicht vor.“ [*Nidānasamyutta, Bhūmija Sutta*, SN 12.25, in / 3 /, modifiziert vom Autor]

⁵⁷ Roderick Bucknell in / 6 /, Seite 322. Übersetzung aus dem Englischen vom Autor.

wurden.⁵⁸ So sind die Sechs Sinnesbereiche (*salāyatana*) beispielsweise in der *Mahānidāna Sutta* nicht erwähnt (siehe Seiten 6/7 dieser Abhandlung).

Hier wird für den weiteren Verlauf der Erklärungen davon ausgegangen, dass die Elemente von Name und Form für Wirkvermögen, Potential oder für die Möglichkeit zu Erfahrungen stehen, während Kontakt (⑥) und Empfindung (⑦) ein aktuelles Ereignis repräsentieren.

Zur Reihenfolge der Elemente von Bewusstsein (③) bis Empfindung (⑦)

Bild 2 auf Seite 24 zeigt die Reihenfolge der Elemente von Unwissenheit bis Empfindung wie in der Standard Version des *Abhängigen Entstehens* gegeben. Zum besseren Verständnis sind einige der Interaktionen zwischen ihnen grafisch dargestellt. Allerdings zeigen die folgenden vier Zitate, dass die tatsächliche zeitliche Abfolge vom abgebildeten Verlauf abweichen kann.

1. „Gefühl, Wahrnehmung und Bewußtsein, Freund - diese Geisteszustände sind miteinander verbunden, nicht getrennt, und es ist unmöglich, einen dieser Zustände von den anderen zu trennen, um den Unterschied zwischen ihnen beschreiben zu können. Denn, was man fühlt, das nimmt man wahr, und was man wahrnimmt, das erfährt man. Deshalb sind diese Geisteszustände miteinander verbunden, nicht getrennt, und es ist unmöglich, einen dieser Zustände von den anderen zu trennen, um den Unterschied zwischen ihnen beschreiben zu können.“⁵⁹
2. „[...] es wäre unrichtig zu denken, dass zuerst *viññāna* [Bewusstsein] auftritt, dann *nāma-rūpa* [Name und Form], dann die Sechs Sinnesbereiche und dann Kontakt. Tatsächlich treten sie alle notwendig gleichzeitig auf.“⁶⁰
3. „Obwohl die drei Elemente *viññāna* als Bewusstsein im Allg., *vedanā* als Streben nach Sinneslust und *saññā* als Wahrnehmung charakteristischer Merkmale zum Zweck der Analyse bewusster Erfahrung unterschieden werden können, bezeichnen sie doch nicht verschiedene Dinge. Sie erscheinen nicht, ein jedes abhängig vom Vorhergehenden in zeitlicher oder sogar logischer Reihenfolge. Stattdessen erscheinen sie alle zusammen als in Wechselbeziehung zueinander stehende Aspekte derselben Sache, allgemeiner bewusster Erfahrung.“⁶¹
4. „Streng genommen sind die Faktoren Bewusstsein (*viññāna*), Kontakt (*phassa*), Empfindung (*vedanā*) und Wahrnehmung (*saññā*) als ‚zusammen entstehende‘ Faktoren (*sahajāta-dhammā*) klassifiziert: sie erscheinen gleichzeitig.“⁶²

Wenn wir für den Augenblick das Konzept des *Abhängigen Entstehens* als geschlossener Kreis (Bild 1) mit Wechselwirkungen und Schleifen (Bild 2) außer Acht lassen, kann der Prozess in relativ leichter Weise beschrieben werden. Der Ausgangspunkt ist ein unwissender (①) Mensch, fähig zu absichtlichen (geistigen) Aktivitäten (②), bewusst (③), und empfindsam (⑦), mit vollständigem Körper und Geist (④), ausgestattet mit Sinnesorganen (⑤), um in Kontakt (⑥) mit der inneren und äußeren Welt zu treten – kurz gesagt, wir haben die *Fünf Daseinsgruppen* (Körper, Empfindung, Wahrnehmung, geistiges Gestalten, Bewusstsein) unter dem Einfluss von Unwissenheit vor uns – dem Buddhismus zufolge die Charakteristik des unerleuchteten Menschen.

Was widerfährt nun diesem unwissenden Menschen in der Welt? Alle Erfahrung beginnt mit Kontakt. Zur Erinnerung: wir betrachten einen Menschen mit funktionierenden Sinnesorganen, dessen Bewusstsein und Geist und Körper durch von Unwissenheit geprägtes geistiges Zusammenbrauen bestimmt sind. Auch wenn wir sagen, dass alles mit Kontakt beginnt, sind die ersten fünf Elemente des *Abhängigen Entstehens* tatsächlich bereits involviert bevor ein Kontakt stattfindet – ist es doch ein Mensch, dessen Körper und

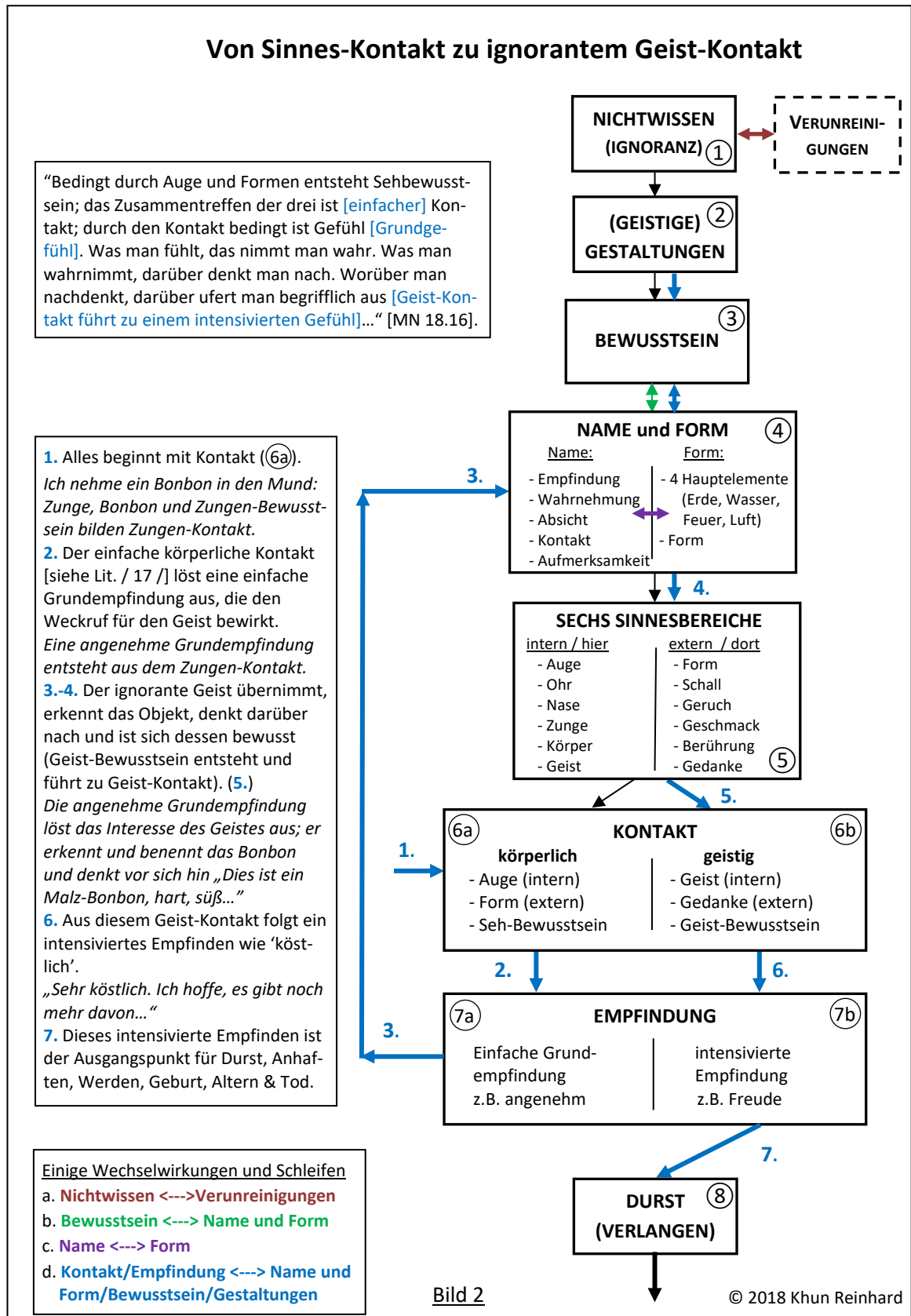
⁵⁸ Roderick Bucknell in / 6 /, Seite 338. Übersetzung aus dem Englischen vom Autor.

⁵⁹ *Mahāvedalla Sutta*, MN 43.09 in / 2 /

⁶⁰ N.Ross Reat in / 18 /, Seite 22. Übersetzung aus dem Englischen vom Autor.

⁶¹ N.Ross Reat in / 18 /, Seite 23. Übersetzung aus dem Englischen vom Autor.

⁶² P.A. Payutto in / 8 /, Seite 53. Übersetzung aus dem Englischen vom Autor.



Im Geist mag es noch komplizierter aussehen als hier auf dem Papier.

Geist sich in einem bestimmten Zustand befinden, der z.B. gelangweilt oder interessiert, glücklich oder traurig, entspannt oder angespannt ist, der diesen Kontakt erlebt.

Kontakt (⑥) wie Empfindung (⑦) werden beide als aus zwei Arten bestehend betrachtet (siehe Seiten 20/21). Aktivitäten von Wahrnehmung, Denken und Geist-Bewusstsein sind erforderlich, um von einem einfachen physischen Kontakt und einer entsprechenden Grundempfindung zum geistigen Aspekt von Kontakt und einer daraus resultierenden intensivierten Empfindung zu gelangen, d.h., wir müssen im Kreislauf des *Abhängigen Entstehens* zu Element ④ (Schleife Nr. 4) zurückgehen. In Bild 2 auf der vorherigen Seite ist diese Schleife mit blauen Pfeilen dargestellt.

Stellen wir uns vor, das Auge sieht eine Form. Das Zusammentreffen des externen Sinnesobjekts (Form) mit dem internen Sinnesorgan (Auge) veranlasst das Auftreten von Augen-Bewusstsein und resultiert in Augen-Kontakt (⑥a). Dies ist Buddhādāsa Bhikkhus externer, einfacher, physischer Kontakt. Dieser Augen-Kontakt hat eine einfache Grundempfindung (⑦a) zur Folge. Ist diese neutral, ist der Geist nicht weiter interessiert, wird das Objekt erkennen aber nicht weiter ins Detail gehen – der nächste Sinnes-Kontakt, bitte. Ein Beispiel für eine neutrale Grundempfindung liegt vor, wenn wir den Tisch vor uns betrachten. Es ist ein Tisch und üblicherweise wird sich weder ein Gefühl von Mögen oder Nichtmögen einstellen, wenn wir ihn ansehen.

Entsteht hingegen eine positive oder negative Grundempfindung aus dem Augen-Kontakt, bewirkt diese sozusagen einen Weckruf für den Geist (④). Er entwickelt Interesse [Aufmerksamkeit in *nāma-rūpa*], erkennt [Wahrnehmung oder Erkennen in *nāma-rūpa*] das Objekt, das die Empfindung verursacht, schaut wiederholt hin [Absicht in *nāma-rūpa*, woraus wiederholter Kontakt und Aufmerksamkeit in *nāma-rūpa* resultieren] und fährt fort mit geistigen Gestaltungen (②). („Das sieht hübsch aus. Wie sie das wohl gemacht haben? ...“) und Geist-Bewusstsein (*manoviññana*) (③) wird entstehen, um dem gewahr zu sein und zwischen Geist und Geist-Objekt zu unterscheiden.⁶³ Daraus folgt Geist-Kontakt (⑥b, Ajahn Buddhādāsas interne oder geistige Ebene von Kontakt) und eine intensiviert Empfindung (⑦b) basierend auf diesem Geist-Kontakt, nicht mehr auf dem ursprünglichen Augen-Kontakt, entsteht. Diese Empfindung ist nun nicht mehr die aus dem physikalischen Kontakt resultierende Grundempfindung, sondern ein intensiviertes Empfinden, vielleicht eine Art Befriedigung, Freude respektive Unzufriedenheit, Abneigung, entstanden nachdem der Geist den ursprünglichen Sinneskontakt verarbeitet hat.

Eine weitere Möglichkeit die Entwicklung eines Geistes empfänglich für Leiden aufgrund von Unwissenheit zu beschreiben erklärt Buddhādāsa Bhikkhu in seinem Buch 'Paticcasamuppāda. Practical Dependent Origination.': „Versteht bitte, dass unser Körper und Geist normalerweise nicht in der Verfassung sind Leiden zu erfahren [[gemeint ist spirituelles Leiden](#)]. Es muss Unwissenheit vorhanden sein oder etwas, das bestimmt, dass sie für die Möglichkeit zu leiden empfänglich werden. Deshalb wird auch gesagt, dass Geist/ Körper nur unter dieser Bedingung ‚entstehen‘. Das bedeutet, dass Unwissenheit Bewusstsein bedingt und dieses Bewusstsein veranlasst den ursprünglichen Geist/Körper sich zu verändern, ‚aufzuwachen‘ und für Leiden empfänglich zu werden. In dieser Art von Geist/Körper, in diesem Augenblick, entstehen die Sinnesbereiche, ebenfalls in bester Verfassung Leiden zu erfahren. Sie schlafen nicht wie gewöhnlich und daher entsteht vervollkommener Kontakt [[vervollkommener Kontakt bedeutet, dem Kon-](#)

⁶³ „Wie von Ven. Sāriputta beschrieben (siehe [Fußnote 26](#) auf Seiten 10/11), bedingen sich Bewusstsein und Geist und Körper gegenseitig. Danach muss, wenn Bewusstsein entsteht, auch Geist und Körper entstehen. Demnach, da Geistiges Zusammenbrauen Bewusstsein bedingt, bedingt es ebenfalls Geist und Körper. Da aber Geist und Körper, um zu existieren auf Bewusstsein angewiesen ist, weil es mit Bewusstsein verknüpft und eine seiner charakteristischen Eigenschaften ist, wird diese Unterscheidung getroffen: Geistiges Zusammenbrauen bedingt Bewusstsein und Bewusstsein bedingt Geist und Körper.“ [P.A. Payutto in / 8 /, Seite 231]

takt wird Bedeutung beigemessen, heißt der Geist startet sein mentales Gestalten], die Voraussetzung für Leiden.“⁶⁴ Der Prozess wird dann über Empfindung, Durst (Verlangen) ... fortgesetzt.

Dieses intensivierte Empfinden, eine Art Freude oder Abneigung, ist nun der Ausgangspunkt für den weiteren Fortgang des *Bedingten Entstehens*. Es ist kein einfaches, z.B. angenehmes Empfinden mehr. Es ist zu einem ‚guten‘ Gefühl mit Bedeutung für uns geworden. Der Geist findet Gefallen an diesem guten Gefühl. Dieses Empfinden ist der Ausgangspunkt für den *Dukkha* erzeugenden Prozess, da hier unser Interesse verstärkt wird. Der Geist konzentriert sich, beginnt festzuhalten. Wir sind unablässig auf der Suche nach Freude, weil wir während unseres Lebens beständig *Dukkha* in der einen oder anderen Art und Weise erfahren. Egal wie hart oder sanft, es ist immer vorhanden. Es zwingt uns in unser gewohnheitsmäßiges Davonlaufen und nach Spaß zu suchen. Wir halten ständig Ausschau nach Vergnügungen aller Art. Wir warten nicht bis es von allein passiert, wir suchen danach. Also, was haben wir für eine Alternative, wenn wir dann tatsächlich etwas wahrnehmen, das in der Lage sein könnte, uns Freude zu bereiten? Wir stürzen uns darauf und der nächste Schritt ist dann *Dukkha*. Ist es ein unangenehmes Empfinden, ist es nicht ganz so deutlich, da der Geist anfänglich zurückweicht. Es ist Durst (Verlangen) vorhanden, doch ist dies das Verlangen, etwas loszuwerden. Etwas Unangenehmes ist aufgetreten, das Schema ist gewohnheitsmäßig. Der Geist läuft in die entgegengesetzte Richtung, doch nach wie vor ist der Antrieb Verlangen.

Wenn wir nicht aufmerksam auf unsere Sinneserfahrungen sind, wenn wir der Empfindungen nicht gewahr werden, reagiert der Geist immer auf diese Weise. Das braucht nun nicht fünf Minuten, nicht einmal 0,5 Sekunden. Dies ist eine Art instinktiver Reaktion, die fast augenblicklich geschieht. Ein durch Meditation geschulter Geist aber mag in der Lage sein, sich sogar noch an diesem Punkt, an dem starke Gefühle von Entzücken oder Abscheu entstehen, zu kontrollieren, bevor sich diese in eine der Formen von Verlangen weiterentwickeln.

Wechselwirkungen und Schleifen und entsprechende Textstellen in den Nikāyas

Bisher sind insgesamt vier Wechselwirkungen und Schleifen im Prozess des *Abhängigen Entstehens* identifiziert worden, die in den verschiedenen Modellen nicht ausdrücklich erwähnt werden, den Nikāyas und Kommentaren nach aber zu existieren scheinen.

- a. Wechselwirkung zwischen Nichtwissen und den Verunreinigungen – Nichtwissen selbst ist eine der Verunreinigungen (siehe **Fußnote 35** auf Seite 13)
- b. Wechselwirkung zwischen Bewusstsein und Name und Form (siehe Zitat der *Mahāpadāna Sutta* auf **Seite 7**) und [der äußere Knoten (Fußnote 65 auf Seite 27)]
- c. Wechselwirkung zwischen Name und Form [der innere Knoten (siehe Fußnote 65, Seite 27)]
- d. Schleife zwischen Kontakt/Empfindung und Name und Form/Bewusstsein/Gestaltungen (siehe **Fußnoten 49** auf Seite 19 und 63 auf Seite 25) (*zurück nach Seite 37*)

⁶⁴ Buddhādāsa Bhikkhu in / 5 /, Seite 33. Übersetzung aus dem Englischen vom Autor.
Khun Reinhard

4.3 Von Verlangen bis *Dukkha* – Element Nr. ⑧ bis Element Nr. ⑫

(8) Durst, Verlangen, Begehren (*tanhā*)

Unwissenheit ist die Grundursache, Durst oder Verlangen ist die unmittelbare Ursache für das Entstehen von *Dukkha* und so bewegt sich der normale Weltling, angetrieben von Verlangen, zwischen Vergnügen und Leid, dabei die weder angenehmen noch unangenehmen Gefühle dazwischen verschmähend⁶⁶; die sind langweilig.

Verlangen ist immer ein Verfolgen, eine Art dynamischer Aktivität des Geistes, ein nach etwas Greifen, ein Versuch etwas festhalten zu wollen. Dieses Etwas, dieses Objekt, ist ein zerbrechliches, Empfindung genanntes Etwas, ist das Entzücken oder die Abneigung die entsteht, nachdem der Geist Sinneseindrücke verarbeitet hat. Es ist lediglich etwas, das im Geist entsteht, aber wir sehen es als die Wirklichkeit, als etwas Gutes und wir versuchen uns daran festzuklammern. Verlangen heißt, in Gefühlen, Empfindungen, Illusionen zu schwelgen. Verlangen ist bereits eine Form des Leidens.

Es werden drei Arten von Verlangen unterschieden (siehe [Fußnote 31](#) auf Seite 13):

- Verlangen nach Sinnesfreuden – eine Jagd nach Vergnügungen. Erleben wir etwas Unangenehmes, versuchen wir dem zu entgehen indem wir nach etwas Angenehmen suchen. Eine neutrale Empfindung ist einer unangenehmen vorzuziehen, d.h., wenn nichts offensichtlich Positives verfügbar ist, dann tut es ein neutrales Gefühl auch.
- Verlangen zu existieren – in glücklichen Geisteszuständen oder in Umständen, die eine leichte Befriedigung der Sinne erlauben (z.B. Wohlstand).
- Verlangen nicht zu existieren – in unglücklichen Geisteszuständen oder in Umständen, die keine leichte Befriedigung der Sinne erlauben (z.B. Armut). Das Verlangen zu existieren und Verlangen nicht zu existieren sind die zwei Seiten derselben Medaille.

⁶⁵ „Jatā-Bhāradvāja:

„Mit Knoten innen und mit Knoten außen,
mit Knoten verknotet sind die Geschöpfe.

Das frage ich dich, Gotama:
wer wird den Knoten entknoten? ‘

Der Erhabene:

„Der Mann, der in der sittlichen Zucht fest steht,
der Weise, der Denken und Erkenntnis schult,

Der eifrige, tüchtige Bhikkhu,
der wird den Knoten entknoten.

Bei denen Begierde und Haß
und Nichtwissen schwinden,
Die Vollendeten, bei denen die weltlichen Einflüsse vernichtet sind,
durch sie ist der Knoten entknotet.

Wo Name und Form aufgehoben wird
Restlos ohne Überbleibsel,
Und inneres Widerstreben und Formvorstellung,
da wird der Knoten zerschnitten.“ [Jatā (Tangle) Sutta, SN 1.23 in / 3 /. Modifiziert vom Autor]

Bhikkhu Ñāṇananda gibt die folgende Erklärung zur Jatā Sutta:

„Name‘ und ‚Form‘ sind durch ihre Charakteristiken wie Knoten miteinander verheddert. Unserer Meinung nach ist das der innere Knoten (*antojaṭṭā*). Der Buddha hat im Detail erklärt, dass ‚Name & Form‘ und Bewusstsein wechselseitig miteinander verbunden sind. Dies ist der äußere Knoten (*bahijaṭṭā*). [/ 9 / Band 1, Seite 87].

⁶⁶ „Das Wohlgefühl, Brüder, ist das eine Ende, das Wehgefühl das andere Ende, das weder wohlige noch wehe Gefühl ist die Mitte. Das Begehren aber ist die Näherin . . . Denn das Begehren näht beide Enden zusammen zur Entstehung dieser oder jener Daseinsform.“ [Majjhe Sutta, AN 61, Sixes, in / 4 /]

Diese drei Arten des Verlangens treten zusammen auf, sind nicht unabhängig voneinander. Verlangen wir nach Sinnesfreuden, sind die anderen zwei auch vorhanden: Das Angenehme möge dauern sowie die Angst es zu verlieren, d.h. Unangenehmes erfahren.

Verlangen ist eine dynamische Aktivität des Geistes, ein geistiges Streben, gefolgt von einem geistigen Anhaften oder Anklammern.

(9) Anhaften (*upādāna*)

Es werden vier Arten des Anhaftens unterschieden.⁶⁷ Anhaften an:

- Sinnesfreuden
- Meinungen
- Rituale
- Die Selbst-Vorstellung

Verlangen ist die Ursache von Anhaften. Wiederholend und vereinfachend lässt sich sagen: Während Kontakt, Empfindung, Verlangen oder Durst findet nur die alleinige Erfahrung statt. Wir glauben, es sei ständig ein ‚Ich‘, ein Erfahrender vorhanden, doch das ist eine Illusion. Diese Ich-Vorstellung entsteht im Geist erst dann, wenn der Geist der Idee anhaftet, es gäbe ein ‚Ich‘, das erlebt. Anhaften ist ein Erwerb oder eine Inbesitznahme, wohingegen Verlangen ein Nachgehen darstellt. Verlangen ist das Verfolgen eines angenehmen Gefühls, des guten Gefühls, das von irgendeiner Quelle ausgelöst wird. Anhaften ist das Festhalten dieser Quelle, das Verweilen bei ihr, weil es angenehm ist und wir nicht davon loslassen wollen. Anhaften ist ein zum Teil statischer Vorgang. Der Geist verweilt, das Bewusstsein klebt an dem Objekt, währenddessen Verlangen einen dynamischen, beweglichen Prozess darstellt. Wenn der Geist in dieser Form anhält, sich konzentriert, beginnt er die Idee zu entwickeln, dass es eine(n) Erlebende(n) gibt, dass es zwei Teile der Erfahrung gibt:

- Das Erfahrene oder das Objekt [während Kontakt, Empfindung, Verlangen]
- Die (den) Erlebende(n) oder das Subjekt [beginnend mit Anhaften⁶⁸.]

Anhaften verursacht die Aufspaltung einer völlig natürlichen und von selbst ablaufenden Sinneserfahrung in einen subjektiven und einen objektiven Anteil. Zunächst schafft es das zu Erfahrene oder das das Gefühl von Entzücken/Abneigung auslösende Objekt und danach, an zweiter Stelle, kriert es das Subjekt oder den Erfahrenden, der die Erfahrung erfährt (für nähere Erklärungen siehe Kasten **Subjekt-Objekt Spaltung** auf der nächsten Seite). Der Ursprung dieser Subjekt-Objekt-Aufspaltung ist tatsächlich in Name und Form und dessen gegenseitiger Beeinflussung mit Bewusstsein zu finden, doch während Anhaften wird es deutlich bemerkbar.

Dies ist die Entdeckung Buddhas. Er erkannte, wie die Selbst-Vorstellung entsteht. Wenn der Geist in dieser Weise verweilt, bringt er ausnahmslos den Eindruck hervor, dass es ein ‚Ich‘ gibt, das das Erlebnis erlebt. Dies geschieht so schnell und so häufig, Sinneseindrücke finden pausenlos statt und bedeutungsvolle allzu oft, dass es ohne einen voll entwickelten Geist niemals zu erkennen ist, und so verbleiben wir bei der Vorstellung, es gäbe ein einziges ‚Selbst‘. Die Erkenntnis des Buddha besagt, dass jedes Mal, wenn ein bedeutungsvoller Sinneseindruck, d.h. ein angenehmer oder unangenehmer, stattfindet, die Vorstellung

⁶⁷ „Ihr Bhikkhus, es gibt diese vier Arten der Anhaftung. Welche vier? Anhaftung an Sinnesvergnügen, Anhaftung an Ansichten, Anhaftung an Regeln und Ritualen und Anhaftung an eine Lehre von einem Selbst.“
[Cūlasīhanāda Sutta, MN 11.09 in / 2 /]

⁶⁸ „Es ist in ~~Abhängigkeit~~ durch Anhaften, Bruder Ānanda, dass da die Vorstellung besteht «Ich bin», nicht besteht sie ohne Anhaften. Durch Anhaften woran - und nicht ohne Anhaften - besteht nun (die Vorstellung) «Ich bin»? Durch Anhaften an Körperlichkeit, Gefühl, Wahrnehmung, Gestaltungen, Bewusstsein besteht (die Vorstellung) «Ich bin», nicht ohne Anhaften.“ [Khandhasamyutta, Ānanda Sutta, SN 22.83, in / 3 /]
[In der mir vorliegenden deutschen Version steht ‚Abhängigkeit‘, in der englischen Version steht ‚clinging‘ = ‚Anhaften‘. Ich habe mich für ‚Anhaften‘ entsprechend der englischen Version entschieden.]

dass es ein ‚Ich‘ gäbe, das diesen Sinneseindruck erlebt, tatsächlich gerade aus diesem Eindruck heraus geboren wird. Das Selbst war nicht bereits da, zumindest nicht dasselbe Selbst, um zu erleben. Es entsteht immer neu aus jeder bedeutungsvollen Sinneserfahrung.

Subjekt-Objekt Spaltung

Weiter oben wurde erklärt, dass Anhaften die Subjekt-Objekt-Spaltung bewirkt, doch tatsächlich beginnt diese Spaltung viel eher während des Prozesses des *Abhängigen Entstehens* und kann folgendermaßen aufgefasst werden:

Es gibt Kräfte, genannt Makel oder Verunreinigungen, die den bewussten Ebenen des Geistes zuströmen, wenn ignoranter Sinneskontakt stattfindet. Diese Makel bewirken Verzerrungen der Wahrnehmung und pervertieren unsere Reaktionen darauf. Beispielsweise im Falle eines Films, den wir sehen: Unwissenheit über die wahre Natur der Erfahrung (es ist lediglich ein Film) führt zu spontanen, nicht bewusst gesteuerten Reaktionen wie z.B. körperlichen Bewegungen (Hände verkrampfen), Gedanken, verbalen Ausrufen („Toll“). Dies ist der Ausgangspunkt für ein gerade erwachendes Bewusstsein unserer Selbst, so dass das Bewusstsein beider Seiten der Erfahrung gewahr wird (Film und Erlebende des Films). Ich hier drinnen und jenes dort draußen. Dies ist die anfängliche Aufspaltung der Erfahrung, die sich dann weitet, wenn der Geist anhaftet.

Abhängig von diesem Bewusstsein entsteht Name und Form, welches beiden Seiten Bedeutung gibt. Name und Form, innerlich bereits präsent, wird nun nach außen projiziert, d.h. die mentalen Funktionen Empfindung, Wahrnehmung, Kontakt, Absicht, Aufmerksamkeit aus denen Name besteht (siehe [Bild 2](#)), wirken auf den Körper, auf die vier großen Elemente, die Form begründen, ein und erzeugen so die Illusion, dass das, was auf der Leinwand geschieht wirklich ist. Die Sinneskanäle sind nun offen für stimulierende Eindrücke, aus denen Gefühle von Entzücken oder Empörung oder Verwandtes entstehen und die dann Verlangen, Anhaften, Werden und die Geburt des ‚Ich‘, des Erlebenden, bedingen. Aber es kann nicht andauern und Geburt bedingt Altern und Tod, gefolgt von Kummer, Wehklagen und so weiter und so fort.

Bhikkhu Ñāṇananda beschreibt den Beginn der Subjekt-Objekt-Spaltung wie folgt: „Auf dem Hintergrund von Unwissenheit entstehen die Gestaltungen. Es sind diese [mentalen] Gestaltungen, die den Kreislauf zwischen Bewusstsein und Name & Form aufrechterhalten. Das Ergebnis dieses Kreislaufs ist eine Aufspaltung der Sechs Sinnesbereiche in intern und extern.“ [in / 9 /, Band 4, Seite 105]. „Mit dem Entstehen von Bewusstsein entsteht die Idee: ‚Dies ist mein Auge und dort ist jene Form‘.“ [in / 9 /, Band 3, Seite 107].

Jedes bedeutungsvolle Sinneserlebnis veranlasst den Geist sich zu verändern. Wir können beispielsweise übergücklich sein, doch kommt plötzlich jemand und sagt etwas zu ihnen (z.B. „Ihre Oma ist gestorben“) oder wir sehen etwas, was wir nicht sehen möchten (z.B. einen Verkehrsunfall) und augenblicklich verändert sich alles. Die Feinheit ist, dass wir glauben, es wäre dasselbe ‚Ich‘, das beide Zustände erfährt. Tatsächlich aber gibt es ein ‚Ich‘, das übergücklich ist und dann plötzlich, wenn dieses ‚Ich‘ etwas anderes wahrnimmt, entsteht genau in diesem Augenblick ein anderes, vielleicht trauriges ‚Ich‘ aus dem neuen bedeutungsvollen Sinneserlebnis. Das widerfährt uns Menschen unaufhörlich. Wir glauben, es gäbe ein konstantes ‚Ich‘, das das Leben von Anfang bis Ende, vielleicht über eine Zeitspanne von 80 Jahren erlebt, aber so ist es nicht. Diese Selbst-Vorstellung entsteht und vergeht fortwährend. Das ist das Kernstück der Lehre Buddhas, das ist der Ursprung von *Dukkha*.

Die Wirkungsweise ist interessant. Das Problem entsteht tatsächlich genau im Augenblick aus dem Erlebnis und der Art wie wir erleben, denn wir erleben ‚Dinge‘ in der Welt. Sinneseindrücke werden sofort sie verursachenden, voneinander verschiedenen Dingen, zugeschrieben, wie z.B. dieses Ding genannt Körper

und die Welt außerhalb von diesem. Zu diesem Zeitpunkt, im Moment eines Sinnes-*Kontakts* ist es noch zu früh zu sagen, es gäbe ein Ich und Andere(s), aber hier ist der Ausgangspunkt für die Entwicklung der Selbst-Vorstellung. Es ist wie ein kleiner Spalt im Geist, der sich dann weitet. Empfindung, Verlangen, Anhaften finden statt und es wird deutlich wahrnehmbar: Subjekt und Objekt. Verlangen bringt Druck in den Prozess. Wenn wir an etwas anhaften, wollen wir nicht davon loslassen, das wäre sehr unnatürlich. Anhaften an Objekte, um die Freude daraus zu pressen, ist für uns normal. Das Bewusstsein verweilt bei dem Objekt und die Idee eines Selbst rührt hierher. Das Ich entsteht weil das Bewusstsein festklebt, Interesse findet. Das wirkt wie Druck auf den bereits vorhandenen kleinen Spalt im Geist. Es gibt bereits eine winzige Dualität aufgrund unserer Unwissenheit von der wahren Natur der Vorgänge, weil wir eine Welt von Vorstellungen, von diesem und jenem erleben. Dieses und jenes sind noch sehr weit entfernt von Selbst und anderes, doch wenn wir an einem Objekt festhalten, wirkt der Druck auf den Spalt und er weitet sich. Wenn der Geist anhaftet, sind da plötzlich zwei ‚Dinge‘: Subjekt und Objekt. Das Objekt, das erfahrene ‚Ding‘ muss bedeutungsvoll sein, um dies zu veranlassen und das, woran der Geist anhaftet, ist diese Bedeutung (die er selbst dem Objekt gibt). An einen sich ständigen verändernden Prozess der Natur, der essentiell bedeutungslos ist, würde er nicht anhaften, warum sollte er? Den würde er lediglich nutzen, um zu nehmen was er benötigt, nicht daran anhaften, um verzweifelt Vergnügen daraus zu saugen.

Anhaften führt immer zum selben Ergebnis: es verursacht eine Trennung oder Dualität im Geist. Es entsteht ein Subjekt, das ein Objekt erlebt. Die Bezeichnung ‚Ich‘ ist zu diesem Zeitpunkt seiner Entwicklung noch etwas verfrüht. Es ist mehr ein Subjekt-Objekt Gefühl, stark genug um bemerkt zu werden, woraus sich dann rasch das Ich-Gefühl entwickelt. Das Interessante an dieser Spaltung ist, dass sie nur so lange dauert wie das Erlebnis, das sie hervorruft.

Anhaften veranlasst den Geist, den Prozess weiter zu entwickeln, der dann unvermeidbar in einer Form von Leiden enden muss.

(10) Werden oder Entstehen (*bhava*)

Der Buddha definierte drei Formen des Werdens:

- das Werden (in der Welt) der Sinnlichkeit,
- das Werden (in der Welt) der Form,
- das Werden (in der Welt) der Formlosigkeit.⁶⁹

Für diejenigen, die an physische Wiedergeburt glauben, bedeuten das Werden in den drei Welten (*loka*) der Sinnlichkeit (*kāmaloka*), der Form (*rūpaloka*) und der Formlosigkeit (*arūpaloka*) konkrete, physische Existenzen, zwischen denen jeweils ein physischer Tod liegt. Die drei Welten sind dabei in insgesamt 31 Untergruppen oder Ebenen der Existenz aufgeteilt. Doch bedarf es keiner physischen Wiedergeburt, um von einer dieser Welten zu einer anderen zu gelangen. Ein in der Meditation Erfahrener, der die korrespondierenden meditativen Versenkungen (*jhāna*) entwickelt hat, kann zwischen den Welten der Sinnlichkeit, der feinstofflichen oder Form-Welt (nach Erreichen von *rūpa-jhāna*) und der nichtstofflichen Welt oder der Welt der Formlosigkeit (nach Erreichen von *arūpa-jhāna*) im Hier-und-Jetzt wechseln.

Während Werden entstehen das Subjekt und das Objekt und entwickeln sich in das illusionäre ‚Ich‘ und das Erlebnis, das dieses ‚Ich‘ erfährt.

⁶⁹ Was aber, ihr Bhikkhus, ist Werden? Die drei Formen des Werdens ihr Bhikkhus: das Werden (in der Welt) der Sinnlichkeit, das Werden (in der Welt) der Form, das Werden (in der Welt) der Formlosigkeit. Das, ihr Bhikkhus, heißt Werden. [Nidānasamyutta, Vibhaṅga Sutta, SN 12.2 in / 3 /]

Jedes Erleben ist augenblicklich. Auf dieser Tatsache fußt der Buddhismus. Bleiben wir im gegenwärtigen Augenblick, beobachten beispielsweise unseren Atem, sind wir so nah wie nur möglich an der Realität, am *Dhamma*. Der Buddha verbrachte sein Leben im gegenwärtigen Augenblick, immer im Hier-und-Jetzt. Doch wir tun das nicht; wir tendieren dazu in der Vergangenheit oder Zukunft zu verweilen, zu planen, vorweg zu nehmen, alte, verstaubte Erlebnisse wieder zu beleben.

Noch einmal: jedes Erleben ist augenblicklich. Es gibt eine Verbindung von einem bewussten Sinneserlebnis zum nächsten, doch ist es nicht wirklich richtig, von einem Erlebnis das, sagen wir, zwei Stunden dauert, zu sprechen. Sehr vereinfachend könnten wir das, doch die einzige Wirklichkeit ist der jeweilige Augenblick. Es ist das *Verlangen zu existieren*, das all die einzelnen Momente zusammenfügt. Sowohl die subjektive wie die objektive Seite sind eine Art von Illusion, aber beide haben eine Grundlage in der Wirklichkeit. „Obwohl sie keine wirkliche Existenz haben, rufen sie doch den Anschein wahrer Existenz hervor. Es gibt also einen Widerspruch in der Art und Weise, wie die Dinge sind und wie sie uns erscheinen. [... *Aber wir*] sollten die tatsächliche Existenz der Phänomene nicht verneinen.“⁷⁰

Dies trifft zu auf all unsere Erfahrungen. Wir wännen uns in einer Welt, die so ist, wie wir es glauben. Doch die Wirklichkeit ist von unserem Glauben verschieden. Es gibt nur dies: den gegenwärtigen Augenblick, hier und jetzt, schnell aufeinander folgend und vergehend. Wenn wir es nicht wahrnehmen in dem Augenblick, da es geschieht, erleben wir das Leben nicht wirklich. Das Leben ist zerstückelt wie ein Morsekodex – 'mal gezackt, 'mal glatt, 'mal glücklich, 'mal traurig ... Unser Erleben ist so, alle bedeutungsvollen Erlebnisse unseres Lebens. *Verlangen nach Existenz* klebt sie unter Zuhilfenahme der Gedächtnisfunktion zusammen, schafft die Illusion, es gäbe ein ‚Ich‘, das das Leben von der Wiege bis zur Bahre lebt. Doch die Wirklichkeit ist der gegenwärtige Augenblick. Die Vergangenheit können wir nicht erleben, höchstens erinnern, doch dieses Erinnern findet hier und jetzt im gegenwärtigen Augenblick statt. Wir können nicht in der Zukunft sein, höchstens Zukünftiges denken, doch auch das geschieht hier und jetzt. Alles ist in der Gegenwart.

Werden oder Entstehen fügt dann **unsere** Realität für uns zusammen. Ständiger Wechsel und Veränderung, Unvorhersehbares ist uns ein Gräuel. Wir brauchen stabile Verhältnisse, um glücklich zu sein. Das Verlangen immer glücklich zu sein, hat diesen Effekt. Wir versuchen verzweifelt Unangenehmes von unserem Leben fernzuhalten, indem wir eine Illusion von Stabilität als Grundlage unseres Glücks zu erzeugen suchen. Da ist ein ‚Ich‘ und es gibt eine stabile Welt, die ich kontrollieren und manipulieren kann, um mich wohl zu fühlen – es ist nicht so.

Schälen wir die Schichten der Täuschungen ab wie die Schalen einer Zwiebel, bis wir letztendlich zur Mitte gelangen, werden wir nichts finden, das unveränderliche Existenz besäße. Was wir finden ist *Leere*. Das ist *Dhamma*. [*Leere* im buddhistischen Sinn ist nicht dasselbe wie *Nichts*, eher *leer von etwas*.]

Zusammenfassend und vereinfachend lässt sich sagen: Während Kontakt, Empfindung und Verlangen findet lediglich Erleben statt. Anhaften besorgt die Dualität, die Subjekt-Objekt-Spaltung und Werden entwickelt dies dann weiter in den Erfahrenden, das ‚Ich‘ und in das Objekt, das vom ‚Ich‘ erlebt wird.

(11) Geburt (*jāti*)

Geburt in der Hier-und-Jetzt-Interpretation von *Paṭiccasamuppāda* steht für die mentale Geburt der voll entwickelten Ego-Vorstellung im Geist. Jedes Mal, wenn die Ich-Vorstellung im Geist entsteht, sprechen wir von *Geburt*, was viele Male täglich vorkommt. Es hat nichts mit der körperlichen Geburt eines Säuglings zu tun.

⁷⁰ Dalai Lama in / 16 /, Seite 228/229. Übersetzung aus dem Englischen vom Autor.
Khun Reinhard

Die Geburt des Egos im Geist steht für die voll entwickelte Illusion, dass es ein ‚Ich‘ gäbe, dass irgendwie von Dauer sei und aus sich selbst heraus existiert, dass eine Welt erfährt, die für mich irgendwie angenehm ist, in der ich seit meiner Geburt lebe, eine irgendwie kontrollierbare Welt, die sich nicht unablässig verändert. Ja, Blätter fallen von den Bäumen, doch damit können wir leben. Hin und wieder kommt der Winter, gefolgt von Frühling und Sommer, aber das ist alles Teil der Welt. Sie ist ein wohliger Platz, weil wir diese Illusion von Stabilität über sie malen. Geburt ist die Illusion, es gäbe ein beständiges, gefestigtes ‚Ich‘, das eine vertraute Welt erlebt, in der es glücklich sein kann.

„[...] ist das ‚Selbst‘ geboren, wird es wie ein Wesen, dass danach trachtet, sich selbst zu erhalten, gerade so wie ein Tier um den Erhalt seines Lebens kämpfen wird. Dies ist die Tragödie der Geburt des ‚Selbst‘, da sich eine ‚Selbst‘-erhaltende Energie entwickelt.“⁷¹

Tan Dhammavidu (siehe Fußnote 74, Seite 33) gebraucht die Analogie des Kochens von Kartoffeln, um den Prozess des Hochkochens der Vorstellung, es existiere ein dauerhaftes Selbst, das das Leben von Anfang bis Ende durchlebt, zu illustrieren: Werden Kartoffeln in Salzwasser gekocht, entwickelt sich nach kurzer Zeit ein Schaum auf der Wasseroberfläche. Obwohl das Wasser kocht und in starker Bewegung ist, bleibt der Schaum relativ unbeweglich. Das kochende Wasser steht für Verlangen, Anhaften und Werden – das Ego wird hochgekocht. Der Schaum repräsentiert Geburt – ein scheinbar stabiles, ausdauerndes Selbst wurde geschaffen. Wenn Verlangen, Anhaften und Werden enden, dann endet die Ich-Vorstellung auch, sie stirbt – das Kochen hört auf und der Schaum verschwindet, wenn die Hitze zurückgenommen wird.

Buddhadāsa Bhikkhu⁷² vergleicht die Entwicklung der Selbst-Vorstellung von Anhaften über Werden bis Geburt mit der Entwicklung eines Fötus in der Gebärmutter.

Anhaften repräsentiert die Befruchtung der Eizelle; entspricht einer ersten ‚Ich‘-Vorstellung.

Während Werden entwickelt sich der Fötus (die Selbst-Vorstellung).

Mit Geburt wird das vollständig entwickelte Baby, die vollständig entwickelte ‚Ich‘-Vorstellung geboren.

(12) Altern, Krankheit und Tod (*jarāmaranā*), Kummer, Leid ... die ganze Masse des Leidens

Gerade wie Geburt nicht körperliche Geburt bedeutet, hat Altern, Krankheit und Tod nichts mit diesen körperlichen Erscheinungen zu tun. *Paṭiccasamuppāda* handelt von geistigen Zuständen in spiritueller Sprache, nicht von körperlichen Zuständen in Alltagssprache. Altern und Tod bedeutet das Aufbrechen und Verschwinden der Illusion von Stabilität, der Illusion, es gäbe ein beständiges Ich, das eine beständige Welt erlebt. Diese Illusion kann nur so lange aufrechterhalten werden, wie der Reiz andauert. Hört der Reiz auf, verschwindet die Illusion ebenfalls. Sie zerbricht und verblasst und was wartet dann? Was immer wartet – *Dukkha* – Sorgen, Klagen, Missfallen, Verzweiflung, Zusammensein müssen mit dem Ungeliebten, Getrennt sein vom Geliebten, etwas Wünschen und es nicht bekommen, Schmerzen, Unbequemlichkeiten, Langeweile in der einen oder anderen Form. Unsere Reaktion darauf ist auch immer dieselbe – wir beginnen sofort nach irgendetwas anderem Freude, Spaß, Glück versprechendem Ausschau zu halten – Kino, Fernsehen, Musik, Sex ... schlafen gehen.

Bei alledem muss jedoch beachtet werden, was Jonathan Watts wie folgt ausdrückt: „[...] dass diese Kritik des Selbst keine Verdammung jeder menschlichen Vorstellung von Identität ist. Diese Art von Anhaften an die absolute Verneinung des Selbst, an seine totale Nichtexistenz, dem Partner des Egoismus, hat der

⁷¹ Jonathan Watts in / 11 /, Seite 6. Übersetzung aus dem Englischen vom Autor.

⁷² Buddhadāsa Bhikkhu in / 17 /, Seite 54. Übersetzung aus dem Englischen vom Autor.

Buddha ebenfalls widerlegt. Vielmehr muss betont werden, dass diese Identität gegründet ist auf den unzutreffenden Strukturen von Egoismus und arroganter Unabhängigkeit.“⁷³

Aber da alles (außer *Nibbana*) vergänglich ist, werden all diese Geisteszustände, das Ego verblasen und sterben. Mit dem nächsten bedeutungsvollen Sinneskontakt wird die Folge (der Kreislauf? Siehe **Fußnote 20** auf Seite 9) dann wieder von vorn beginnen – solange Unwissenheit das Kommando innehat.

4.4 Beispiel: Pizza-Mahlzeit

Am Beispiel einer Pizza-Mahlzeit⁷⁴ soll der vollständige Ablauf des *Abhängigen Entstehens* im Hier-und-Jetzt erläutert werden.

Die folgenden Voraussetzungen und Annahmen sind dabei zu beachten:

- Alle Erfahrung ist augenblicklich und der Geist verarbeitet Informationen sequentiell, d.h. nacheinander, doch weil der Geist so schnell ist, glauben wir, er könne mehrere Prozesse gleichzeitig, d.h. parallel verarbeiten.

Angenommen wir hören ein Geräusch. Unsere Ohren empfangen die Schallwellen und Ohren- oder Hörbewusstsein wird dessen gewahr – Hören findet statt. Danach mögen wir einen Windhauch auf unserer Haut spüren. Die Haut empfängt die Berührung des Windes und das Körperbewusstsein wird dessen gewahr – ein Körpergefühl wird wahrgenommen. Doch wenn wir das Körpergefühl wahrnehmen, sind wir des Hörens nicht mehr gewahr, da jetzt nur das Körperbewusstsein aktiv ist. Das vorhergegangene Hörbewusstsein ist verblasst und ‚gestorben‘ --> Unbeständigkeit. Dann sehen wir etwas. Das Auge ist in Kontakt mit dem Objekt und Augen- oder Sehbewusstsein wird dessen gewahr --> das Sehbewusstsein wird ‚geboren‘ und Sehen findet statt. Das vorangegangene Körperbewusstsein ist nicht mehr aktiv. Wir erinnern etwas. Geistbewusstsein ist aktiv usw. ...

Jeder Geisteszustand hängt von seinem eigenen Bewusstsein ab. Damit eine Art von Bewusstsein aktiv sein oder ‚geboren‘ werden kann, muss das vorhergehende schwinden oder ‚sterben‘.

- Der gesamte Prozess wird von Unwissenheit dominiert. Zur Erinnerung: Unwissenheit in buddhistischem Sinn heißt Unkenntnis der *Vier Edlen Wahrheiten*, heißt zusätzlich nichts über Vergänglichkeit, die Wechselhaftigkeit des Lebens zu wissen und der Selbst-Vorstellung anzuhaften.
- Für praktische Zwecke startet der Prozess des *Abhängigen Entstehens* nicht mit Nichtwissen sondern mit Kontakt. Ohne Sinneseindrücke (wie im traumlosen Schlaf oder in Narkose) wüsste unser Geist überhaupt nichts.
- Das Beispiel folgt Schleife Nr. 4, dargestellt durch die blauen Pfeile in **Bild 2** (Seite 24) und bezieht sich auf *Buddhadāsa Bhikkhus* zwei Ebenen von Kontakt.

Nun können wir mit dem Essen beginnen. Wir schneiden ein Stück Pizza ab und stecken es in den Mund. Es findet Zungen-Kontakt ((6a)) statt: Die Zunge (internes Sinnesorgan) und ein Bissen Pizza (externes Sinnesobjekt) treffen aufeinander und Zungen-Bewusstsein wird dessen gewahr. Aus diesem Zungen-Kontakt resultiert eine einfache, positive Grundempfindung ((7a)). Es ist noch nicht ‚köstlich‘ an diesem Punkt, ganz einfach weil die Zunge von ‚köstlich‘ nichts weiß und auch nicht wissen kann. Die Ge-

⁷³ Jonathan Watts in / 11 /, Seite 6. Übersetzung aus dem Englischen vom Autor.

⁷⁴ Verschiedene Versionen dieses Beispiels sind von Tan Dhammavidu, einem englischen Mönch, in seinen Vorträgen zu Teilnehmern an den Meditations-Retreats an der Internationalen Dharma Hermitage von Wat Suan Mokkh, Thailand, vorgetragen worden. Der Autor hat diesen Vorträgen zwischen Mai 2004 und Februar 2007 wiederholt gelauscht.

schmacksknospen der Zunge sind lediglich für fünf (sechs) Grundqualitäten des Geschmacks empfänglich: süß, salzig, sauer, bitter, umami (würzig) und vielleicht fett [Wikipedia / 19 /]. Es braucht geistige Tätigkeiten, um die Kombination dieser Grundqualitäten in ‚köstlich‘ zu verwandeln. Dieses einfach positive Gefühl weckt das Interesse des Geistes (④). Er erkennt und benennt die verschiedenen Gewürze und Zutaten, kommentiert ihren Geschmack und die Konsistenz und ist sich dessen bewusst (③). All dieses Erkennen und Benennen sind geistige Aktivitäten, die zusammen mit dem Bewusstsein davon zu Geist-Kontakt (⑥b) führen. Aus diesem Geist-Kontakt resultiert nun wiederum ein Empfinden, das dieses Mal jedoch ein solches von Entzücken (⑦b) ist, nicht mehr lediglich ein einfaches positives Gefühl aufgrund des ursprünglichen Zungen-Kontakts (siehe Bild 2). Dieses intensivierte Gefühl ist nun der Ausgangspunkt für die weitere Entwicklung. Verlangen (⑧) nach diesem intensivierten Gefühl entsteht und entwickelt sich weiter zu Anhaften. Anhaften bewirkt nun die Aufspaltung des natürlichen Prozesses ‚Essen‘ in das Objekt (Pizza) und das Subjekt (die/den Essende/n). Während Werden wächst die Ego-Vorstellung heran und Geburt steht für das voll entwickelte Ego z.B. in der Form: „Ich liebe Pizza“.

Während wir einen Bissen der Pizza essen, entsteht das ‚Ich‘, das ihn genießt, gerade aus diesem Erlebnis, welches tatsächlich nur so lange dauert wie das Kauen dieses einen Bissens. Wir kauen vor uns hin und wenn uns etwas schmeckt oft sogar sehr schnell, wir verschlingen die Bissen. Jedes Mal wenn wir einen Bissen herunterschlucken, schlucken wir das ‚Ich‘, das ihn kaute, mit herunter. Das geschieht alles sehr schnell und es braucht einen gut trainierten Geist, um es zu erkennen. Mit dem nächsten Bissen geschieht dasselbe. Ein neues ‚Ich‘ entsteht, doch weil wir das nicht sehen können, denken wir es wäre dasselbe ‚Ich‘, das die gesamte Pizza isst. Wenn wir die Pizza aufgegessen haben, 40 oder 50 Bissen, denken wir ‚Ich‘ habe eine Pizza gegessen, aber tatsächlich waren 40 – 50 ‚kleine ichs‘ am Mahl beteiligt. Und das lediglich von dem Geschmack und der Freude, resultierend aus der Vorstellung ‚Pizza‘. Viele andere bedeutungsvolle Dinge geschehen außerdem während des Mahls: wir trinken Wein, hören die Musik, reden mit unseren Freunden ... und jedes Mal, wenn wir dem Beachtung schenken, entsteht eine neue Erfahrung des jeweiligen Ereignisses. Das Selbst ist eine bruchstückhafte Konstruktion des Geistes und letztlich eine Illusion.

Zur Erinnerung und zum besseren Verständnis sei noch einmal darauf hingewiesen, dass all unser Erleben momentan, im Augenblick ist. Den vorangegangenen Bissen Pizza gibt es nur noch in unserer Erinnerung, das ‚Ich‘, das ihn genoss, ebenso. Vom kommenden Bissen haben wir noch keine Erfahrung, doch unser Geist phantasiert, nimmt vorweg, ist in der Lage, bereits Freude aus dem nächsten Happen zu ziehen, während der Körper noch mit dem Kauen des jetzigen beschäftigt ist.

Das Geschehen lässt sich vereinfacht folgendermaßen zusammenfassen: Jeder Bissen Pizza verursacht ein ‚kleines ich‘, das ihn isst. Verlangen nach Sinnesfreuden, einhergehend mit dem Verlangen nach Existenz sowie Anhaften an die Selbst-Vorstellung und Werden kleben nun all diese individuellen ‚kleinen ichs‘ zusammen zu dem ‚großen Ich‘, das die gesamte Pizza verzehrt, das das Pizzamahl erlebt, das, sagen wir, eine Stunde lang dauert. Dieser Prozess benötigt zu seinem Ablauf unser Gedächtnis.

Ganz allgemein können wir sagen:

Verlangen, Anhaften und Werden konstruieren das Ich, das das Leben von der Wiege bis zur Bahre (er-)lebt, aus all den vielen Ich-Vorstellungen, die aus bedeutungsvollen Sinneskontakten herrühren. Dazu ist unsere Gedächtnisfunktion erforderlich. Es gibt im Wesentlichen zwei Möglichkeiten, etwas in unserem Gedächtnis zu speichern:

- Durch Wiederholung, wie beim Erlernen einer Sprache.
- Durch beeindruckt sein in positiver oder negative Weise.

Wenn wir etwas in unserem Gedächtnis speichern, wie z.B. den Anblick eines schönen Baums (wir sind beeindruckt von diesem Anblick), speichern wir nicht nur diese Ansicht, sondern auch die damit einhergehenden Emotionen (wie ich mich bei diesem Anblick gefühlt habe). Wenn wir dabei nichts gefühlt hätten, hätten wir die Ansicht des Baums auch nicht gespeichert, der Augenkontakt wäre für uns nicht bedeutungsvoll gewesen. Wenn wir später die Ansicht dieses Baums erinnern, erinnern wir nicht nur seine Form, sondern auch die damit einhergegangenen Emotionen. Wir erinnern ‚mich als ich den schönen Baum gesehen habe‘, wir erinnern das Ich, die/den Erfahrende(n) ebenfalls, wir erinnern eine Situation.

Dies nun besorgt die Kontinuität des Selbst, denn nun ist hier das aktuelle Ich, das ein früheres, die Ansicht eines schönen Baums genießenden, erinnert. Jedes (Wieder-) Erkennen macht Gebrauch von unserer Gedächtnisfunktion, die nicht lediglich das Erkannte erinnert, sondern auch das damalige Ich, das das Erkannte erlebte (ausgenommen z.B. das Erlernen des Alphabets oder von Sprachen durch Wiederholung). Diese Prozesse laufen gewöhnlich unbewusst ab. Jede aus einem bedeutungsvollen momentanen Sinneskontakt herrührende Erinnerung verstärkt und stabilisiert die Selbst-Vorstellung, welche tatsächlich bruchstückhaft und letztlich eine Illusion ist.

Zurück zum Pizza-Beispiel:

Jeder Bissen Pizza kreiert ein momentanes Selbst, das für einige Zeit im Gedächtnis verbleibt. Ist die Pizza verzehrt, erinnere ich noch Teile des Anfangs, der Mitte ... und ich erinnere nicht nur den Geschmack, sondern auch die positiven Emotionen (lecker = Zufriedenheit), die dadurch ausgelöst wurden, d.h., ich erinnere meine eigene Beteiligung beim Essen der Pizza, z.B. das ‚kleine ich‘ des vorangegangenen Bissens. Tatsächlich erinnere ich also eine Situation (mich beim Essen eines Bissen Pizza). So wird aus den vielen momentanen Selbst das große Selbst, das die Pizza aß. Auch erinnere ich die verschiedenen Formen der Pizza (vollständig, halb aufgegessen ...) und so konstruiert das Erinnerungsvermögen aus lediglich momentanen Abläufen das Mahl und das Selbst, das dieses Mahl genoss. Unter Zuhilfenahme des Langzeit- oder autobiographischen Gedächtnisses wird analog aus all den bedeutungsvollen aber momentanen Erlebnissen unseres Lebens die Vorstellung eines Selbst, das das Leben von der Wiege bis zur Bahre lebt, konstruiert.

Versuchen sie es einmal. Versuchen sie sich an ein Ereignis der letzten Woche oder aus dem vergangenen Jahr oder aus ihrer Kindheit zu erinnern. Welches Ereignis, welche Situation auch immer sie erinnern mögen, sie erinnern ihre eigene Beteiligung daran, sie erinnern ein früheres ‚Ich‘. Selbst wenn sie nicht direkt in die Handlung, die sie erinnern, involviert waren, erinnern sie doch ihre Beteiligung als Beobachter der Situation – ein früheres ‚Ich‘ ist immer Teil ihrer Erinnerung.

Dies geschieht uns fortlaufend. Während unseres gesamten Lebens sind wir überzeugt, ein einziges ‚Ich‘ lebt es, doch tatsächlich ist das ‚Ich‘ lediglich ein Gefühl, das als Reaktion auf die Sinnes-Kontakte, denen wir Bedeutung zumessen, jedes Mal neu entsteht.

4.5 Das Verlöschen von *Dukkha*

Die Formel, die in den buddhistischen Schriften bezüglich des Verlöschens von *Dukkha* angeboten wird, ist auf Seite 6 wiedergegeben. Wir erfahren, dass es nichts weniger als des restlosen Verschwindens des Nichtwissens bedarf, um uns von Kummer und Leid gänzlich zu befreien. Doch was können wir tun, um diesen Zustand zu erreichen? Was können wir Hier-und-Jetzt tun, um unsere Schwierigkeiten zumindest zu reduzieren? Unsere Probleme im Leben, die Konzepte von ‚Ich‘, ‚mir‘ und ‚mein‘ beginnen mit Sinneskontakten und dies ist auch der geeignete Punkt in der Kette des *Abhängigen Entstehens*, *Dukkha* zu reduzieren. Wir benötigen ein ausreichendes Maß von Achtsamkeit, Konzentration und Weisheit und haben diese spirituellen Qualitäten beim Auftreten eines jeden Sinnes-Kontaktes anzuwenden, d.h. wir müssen die Sinnesporten bewachen, um des jeweiligen Sinneskontakts gewahr zu sein. Ist der Kontakt ein weiser Kontakt, wird das daraus resultierende Empfinden ein weises Empfinden sein. Der Geist wird das entstandene Gefühl richtig verstehen; wird es als natürliches Phänomen betrachten, wird bei dem Grundempfinden von positiv, negativ oder neutral anhalten und den mentalen Gestaltungen nicht ermöglichen, das Grundempfinden weiter in Mögen oder Nichtmögen, in Gefühle von Entzücken oder Abneigung zu entwickeln.⁷⁵ Das Motto lautet dann: Wenn wir hören, nur hören, wenn wir sehen nur sehen ... ohne Vorliebe oder Abneigung gegenüber dem Gehörten, Gesehenen ... zu entwickeln und demzufolge ohne Anhaften, Werden und Geburt. Niemand der hört, sieht ... wird geboren; der Geist verweilt ruhig und ausgeglichen.

Lassen wir ausreichende Achtsamkeit und Weisheit vermissen, werden wir blind, instinktiv, gemäß unserer Gewohnheiten auf einem mehr oder weniger unbewussten Niveau darauf reagieren. Daraus folgt dann kurz darauf die Geburt der Selbst-Vorstellung und von *Dukkha*.

Falls wir die Gelegenheit versäumt haben, mit dem bloßen Sinnes-Kontakt weise umzugehen, können wir versuchen, das Problem bei entwickeltem Gefühl, nachdem der Geist das Grundempfinden verarbeitet hat, zu beheben, was allerdings sehr viel schwieriger ist, und wir mögen sogar noch den Hauch einer Chance haben, wenn sich bereits Verlangen entwickelt hat, um uns zu besinnen, um Leiden zu vermeiden.

Wie können wir ein ausreichendes Maß an Achtsamkeit, Konzentration und Weisheit erzielen? Durch Entwicklung des *Edlen Achtfachen Pfads*, die *Vierte Edle Wahrheit*. Durch Entwicklung von Rechtem Streben, Rechter Achtsamkeit und Rechter Sammlung mittels Konzentrations- und Einsichts- (*vipassanā*) Meditation entfalten wir Achtsamkeit, Konzentration und Weisheit. Die Entwicklung von Rechter Erkenntnis und Rechter Gesinnung stellt eine weitere Möglichkeit zur Entfaltung von Weisheit dar. Und da wir als sozial lebende menschliche Wesen nicht allein in dieser Welt existieren, haben wir den moralischen Aspekt des *Edlen Achtfachen Pfads*, haben wir Rechte Rede, Rechtes Tun und Rechten Lebensunterhalt gleichfalls zu kultivieren.

Letztlich wird uns der *Edle Achtfache Pfad*, vollständig entwickelt, zum restlosen Verlöschen allen *Dukkhas* führen.

⁷⁵ „Wenn er mit dem Auge eine Form sieht, ist er nicht begierig nach ihr, wenn sie angenehm ist, lehnt sie nicht ab, wenn sie unangenehm ist. Er lebt mit verankerter Achtsamkeit auf den Körper, mit unbegrenztem Herzen und versteht die Herzensbefreiung, die Befreiung durch Weisheit, bei der jene üblen, unheilsamen Geisteszustände restlos aufhören, der Wirklichkeit entsprechend. Nachdem er Zu- und Abneigung aufgegeben hat, ergötzt er sich nicht am Gefühl, welches Gefühl er auch immer fühlen mag - ob angenehm oder schmerzhaft oder weder-schmerzhaft-noch-angenehm - heißt es nicht willkommen und hält sich nicht daran fest. Weil er dies nicht tut, hört Ergötzen in ihm auf. Mit dem Aufhören des Ergötzen ist das Aufhören von Anhaften. Mit dem Aufhören von Anhaften ist das Aufhören von Werden; mit dem Aufhören von Werden ist das Aufhören von Geburt; mit dem Aufhören von Geburt hören Altern und Tod, Sorge, Klagen, Schmerz, Trauer und Verzweiflung auf. So ist das Aufhören dieser ganzen Masse von *Dukkha*.“

[*Mahātanhāsankhaya Sutta*, MN 38.40 in / 2 /]

5. Zusammenfassung

Nach den Worten Buddhas ist seine Lehre über *das Entstehen in Abhängigkeit* tief und nachdem wir uns etwas näher damit beschäftigt haben, wird die Wahrheit dieser Aussage offenbar. Wir finden unterschiedliche Versionen des *Abhängigen Entstehens* in den frühen buddhistischen Schriften (den Nikāyas), die unterschiedliche Interpretationen und widerstreitende Aussagen zulassen. Dazu zählen:

- Das erste Element des *Abhängigen Entstehens* ist per Definition Nichtwissen (①) (abgesehen von den Verunreinigungen) gefolgt von den Gestaltungen (②), doch in der *Mahāpadāna Sutta* heißt es: Geistigkeit und Körperlichkeit [Name und Form] (④) bedingen Bewusstsein (③) und Bewusstsein bedingt Geistigkeit und Körperlichkeit und Bewusstsein (③) kehrt zurück von Geistigkeit und Körperlichkeit (④) und geht nicht weiter [Richtung Nichtwissen], womit Nichtwissen und Gestaltungen weggelassen werden (siehe Seite 7).
- Die Abfolge des *Abhängigen Entstehens* lautet: ‚Aus den Gestaltungen (②) als Ursache entsteht das Bewusstsein (③)‘, doch u.a. in der *Madhupindika Sutta* heisst es: Bedingt durch Auge und Formen (⑤) entsteht Sehbewusstsein (③) (siehe Seite 19).
- Warum erscheinen Kontakt (⑥) und Empfindungen (⑦) zweimal in der Sequenz? Sie sind sowohl einzelne Elemente des Ablaufs als beide auch Bestandteil von Name und Form (④) (siehe Seite 22).
- Verschiedene Wechselwirkungen und Schleifen wurden identifiziert, einige davon in den Nikāyas erwähnt (siehe **Kasten auf Seite 26**), doch scheint mir, dass Wechselwirkungen und Schleifen der strengen Abfolge des Kausalitätsgesetzes (*idappaccayatā*) „Wenn jenes ist, tritt dieses ein; aus der Entstehung von jenem folgt die Entstehung von diesem...“ als der Grundlage des *Abhängigen Bestehens* widersprechen.

Die obige Aufzählung erlaubt unterschiedliche Sichtweisen und Spekulationen, die zu verschiedenen Erklärungen des *Abhängigen Entstehens* führen, von denen die vorliegende nur eine ist. Der Buddha mag unterschiedliche Versionen unterrichtet haben, doch ist es auch möglich, dass bei der frühen mündlichen und späteren schriftlichen Übermittlung Abweichungen aufgetreten sind. Eine hypothetische ‚Original‘-Version mag „ganz und gar offenbar“ gewesen sein wie Ānanda zum Buddha sagte, und all die oben erwähnten Fragen wie viele andere mehr, einschließlich des Disputes zwischen der Drei-Leben- und der Hier-und-Jetzt-Theorie, würden bei Kenntnis dieser ‚Original‘-Version nicht aufgetreten sein – doch das ist lediglich Spekulation.

Wir haben mit dem Vorliegenden zu arbeiten. Ich habe versucht, die Theorie der leicht modifizierten Standard Version des *Abhängigen Entstehens* (Wechselwirkung zwischen Name und Form und Bewusstsein anstelle linearer Kausalität) zu beschreiben und wie diese Lehre dazu benutzt werden kann, die Geburt einer momentanen Ich-Vorstellung, von ‚mir‘ und ‚mein‘ zu erklären und wie davon ausgehend, die Vorstellung eines unveränderlichen Selbst, dass das Leben von Geburt bis zum Tod lebt, im Geist entsteht.

Der unwissende Geist (er weiß nichts von ‚Nicht-Selbst‘) und darauf basierende mentale Gestaltungen bilden die Grundlage der Selbst-Vorstellung. Auf dieser Grundlage kann die Wechselwirkung zwischen Name und Form und Bewusstsein und die unterscheidende, diskriminierende Funktion des Bewusstseins eine Art von Dualität entwickeln, die dann über die Gabelung der Sinnesbereiche (z.B. Ohr – Schall) in „dieses hier und jenes dort“ ausgeweitet wird. Aus „dieses hier und jenes dort“ entstehen durch Anhaften (der Geist hat starkes Interesse, klebt an einem Objekt) und Werden „Ich empfinde Freude, die von jenem Objekt verursacht wird“ ein Subjekt und ein Objekt. Dies ist nun lediglich die Idee eines momenta-

nen ‚Ichs‘, die aus jedem bedeutungsvollen Sinnes-Kontakt entsteht. Verlangen nach Existenz, Anhaften an die Selbst-Vorstellung und Werden in Zusammenwirken mit der Gedächtnisfunktion verbinden nun all diese momentanen ‚Ichs‘ zu dem ‚Ich‘ von dem wir glauben, es bilde den Kern unseres Seins und bliebe praktisch unverändert von der Wiege bis zur Bahre.

Es bedarf des restlosen Verschwindens des Nichtwissens, um uns von Kummer und Leid gänzlich zu befreien, doch bis es soweit ist, um dorthin zu gelangen, müssen wir hier und jetzt etwas tun und die Lehre vom *Entstehen in Abhängigkeit* gibt uns mit Kontakt/Empfindungen oder genauer mit der entstehenden einfachen Grundempfindung den Punkt, die Probleme anzugehen. Wir dürfen den mentalen Gestaltungen nicht erlauben, intensiviert Gefühle von Freude/Entzücken respektive Abneigung zu entwickeln. Ein ausreichendes Maß an Achtsamkeit und Konzentration erlaubt, uns jedes einzelnen Sinnes-Kontakts gewahr zu sein und Weisheit ermöglicht uns, weise auf diesen Kontakt zu reagieren. Mit der Entwicklung des *Edlen Achtfachen Pfads* schaffen wir die erforderlichen spirituellen Qualitäten des Geistes und indem wir diese Qualitäten perfektionieren, gelangen wir zum Ende allen Leidens.

6. Literatur

Bis auf die frühen buddhistischen Suttan in den Nikāyas des Theravāda Buddhismus und ein Zitat aus Wikipedia sind alle anderen Zitate englischsprachigen Quellen entnommen, von denen die meisten im Internet frei verfügbar aber leider nicht in deutscher Übersetzung erhältlich sind.

Der Korb der Lehrreden (Sutta Pitaka) steht im Internet z.B. unter <http://www.palikanon.com/> gegliedert nach Lehrreden und Suttan zur Verfügung, von denen ich folgende benutzt habe:

- / 1 / **Dīgha Nikāya** (abgekürzt **DN**)
Längere Lehrreden
<http://www.palikanon.com/digha/d.htm> (zuletzt besucht am 10.08.2017)
- / 2 / **Majjhima Nikāya** (abgekürzt **MN**)
Mittlere Lehrreden
http://www.palikanon.com/majjhima/m_index_new.html (zuletzt besucht am 10.08.2017)
- / 3 / **Samyutta Nikāya** (abgekürzt **SN**)
Gruppierte Lehrreden
<http://www.palikanon.com/samyutta/samyutta.html> (zuletzt besucht am 10.08.2017)
- / 4 / **Āṅguttara Nikāya** (abgekürzt **AN**)
Angereihte Lehrreden
<http://www.palikanon.com/angutt/a.htm> (zuletzt besucht am 10.08.2017)
- / 5 / **Buddhadāsa Bhikkhu**
Patīcasamuppāda. Practical Dependent Origination
Vuddhidhamma Fund, Nonthaburi, Thailand, 1992
- / 6 / **Roderick S. Bucknell**
Conditioned Arising Evolves: Variation and Change
in Textual Accounts of the *Patīca-samuppāda* Doctrine
Journal of the International Association of Buddhist Studies
Volume 22 • Number 2 • 1999
<https://journals.ub.uni-heidelberg.de/index.php/jiabs/article/viewFile/8891/2798.pdf>
(zuletzt besucht im Juni 2017)
- / 7 / **Samyutta Nikāya**
The Connected Discourses of the Buddha
Translated from the Pāli by Bhikkhu Bodhi
Wisdom Publication, Boston, 2000
ISBN: 978 0-86171-168-8
- / 8 / **P. A. Payutto**
Buddhadhamma
The laws of nature and their benefits to life
Translated by Robin Philip Moore
Buddhadhamma Foundation, Bangkok, year 2017
ISBN: 978-974-7892-68-0
Dieses umfangreiche Buch stand für die 1. Auflage dieses Artikels noch nicht zur Verfügung. Es beinhaltet Literatur / 13 / dieser Liste. Neu hinzugefügte Zitate wurden dem neuen Buch entnommen; bereits existierende Zitate aus Nr. 10 sind unverändert.
- / 9 / **Bhikkhu Ñāṇananda**
The Law of Dependent Arising (Paṭicca Samuppāda)
The Secret of Bondage and Release
Volume I-IV
http://seeingthroughthenet.net/wp-content/uploads/2015/09/The-Law-of-Dependent-Arising_Vol_1.pdf (zuletzt besucht am 07.06.2017)

- / 10 / **Bhikkhu Bodhi**
Transcendental Dependent Arising
<http://www.accesstoinsight.org/lib/authors/bodhi/wheel277.html>
(zuletzt besucht am 22.06.2017)
- / 11 / **Jonathan Watts**
An Introduction to Paticca Samuppada
<http://www.inebnetwork.org/thinksangha/tsangha/watts2-1.html> (no longer available)
- / 12 / **Nyanatiloka Mahathera**
Buddhist Dictionary. Manual of Buddhist Terms and Doctrines
Fourth revised Edition 1980, Reprinted 1988, updated August 17, 2005
Buddhist Publication Society, Kandy, Sri Lanka
ISBN: 955-24-0019-8
http://what-buddha-said.net/library/pdfs/Nyanatiloka_Buddhist_Dictionary.pdf
(zuletzt besucht am 22.06.2017)
- / 13 / **P. A. Payutto**
Dependent Origination. The Buddhist Law of Conditionality.
Translated from the Thai by Bruce Evans
http://www.buddhistlibrary.org/en/albums/userpics/10005/dependent_origination_the_buddhist_law_of_conditionality.pdf
(zuletzt besucht am 07.06.2017)
- / 14 / **Paravahera Vajiranāna Mahāthera**
Buddhist Meditation in Theory and Praxis
Third Edition
Printed by P.K.S., Petaling Jaya, Malaysia
ISBN: 967-9920-41-0 (1987)
- / 15 / **Bhikkhu Ñāṇavīra**
NĀMA
<http://www.nanavira.org/index.php/notes-on-dhamma/shorter-notes/nama>
(zuletzt besucht am 22.06.2017)
- / 16 / **Dalai Lama**
Awakening the Mind, Lightening the Heart
HarperSanFrancisco 1996, ISBN 0-06-061688-1
- / 17 / **Buddhadāsa Bhikkhu**
Under the Bodhi tree
Buddha's original vision of dependent co-arising
Translated, edited and introduced by Santikaro
Wisdom Publication, Somerville, MA 02144 USA, 2017
ISBN: 978-1-61429-219-7
- / 18 / **N. Ross Reat**
Some fundamental concepts of Buddhist psychology
Religion (1987), 17:1, 15-28, DOI: 10.1016/0048-721X(87)90080-7
Published online: 23 Feb 2011.
- / 19 / **Gustatorische Wahrnehmung**
In *Wikipedia, Die freie Enzyklopädie*
https://de.wikipedia.org/wiki/Gustatorische_Wahrnehmung
(zuletzt besucht am 10.08.2017)

7. Über den Autor

Mein Name ist Reinhard Hölscher. In Thailand werde ich mit Khun Reinhard angesprochen, wobei Khun die thailändische Entsprechung der höflichen Anrede sowohl für Frau als auch für Herr ist.

Seit vielen Jahren lebe ich in Südthailand, studiere die buddhistische Lehre, praktiziere Meditation, unterrichte Yoga und teile mein Wissen und meine Erfahrung hinsichtlich des Theravāda Buddhismus als auch des Hatha Yoga mit einer großen Anzahl von ausländischen Studentinnen und Studenten.

Im Jahre 1995 begann ich an den monatlichen, 10-tägigen Meditationskursen an der International Dharma Hermitage von Wat Suan Mokkh, Chaiya, Thailand teilzunehmen. Zunächst als Teilnehmer, dann als Helfer, Yoga-Lehrer und Koordinator und schließlich habe ich Vorträge während dieser Kurse gehalten. Zwischen 1995 und heute habe ich insgesamt mehr als sieben Jahre an der International Dharma Hermitage verbracht.

Zusammen mit meiner Frau habe ich den Kurs ‚Einführung in den Buddhismus und die buddhistische Meditation‘ in einem kleinen Meditationszentrum in Hua Hin (Thailand) angeboten. Diese Kurse wurden von Oktober 2010 an 6-12-mal jährlich offeriert. Sie endeten mit dem Beginn der Covid-19-Pandemie und werden nicht wieder aufgenommen. Die erste Auflage dieses Buches ist aus den während dieser Kurse gegebenen Vorträgen entstanden.

Seit 2006 war ich mit zwischenzeitlichen Pausen am Dipabhāvan Meditationszentrum auf Koh Samui, Thailand tätig; seit 2018, unterbrochen durch die Covid-19-Pandemie, unterrichte ich dort vom 11.-18. jeden Monats einen 7-tägigen Meditationskurs.

<https://dipabhavan.weebly.com>

Der Inhalt dieses Buches entspricht bzw. übersteigt die während der Einführungskurse in Dipabhāvan gegebenen Erklärungen. Die zusätzlichen Informationen im Anhang sind nicht Teil des Unterrichts.

Neben der Meditation gilt dem Yoga ein Großteil meines Interesses. Seit nunmehr 49 Jahren praktiziere ich, mit Unterbrechungen, Hatha Yoga, seit 19 Jahren unterrichte ich diese körperlichen Übungen. Meine formale Ausbildung zum Yogalehrer habe ich im Jahr 2000 im Vivekananda Ashram bei Bangalore in Indien abgeschlossen.

Während der vergangenen 23 Jahre habe ich mehr als 2000 Menschen beiderlei Geschlechts in meist zehntägigen Kursen in die Anfänge des Hatha Yoga eingeführt.

Informationen und weitere Bücher bezüglich meiner Meditations- und Yogapraxis finden sich auf meiner Webseite:

<https://www.khunreinhard.com>

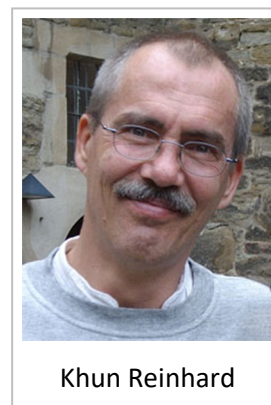
Publikationen

eBooks (erhältlich im PDF, EPUP, MOBI ... – Format sowohl in deutscher wie in englischer Sprache)

- [Einführung in den Buddhismus und in die buddhistische Meditation](#)
- [Fit und gesund durch Hatha Yoga – 2. Auflage](#)

Artikel (PDF, kostenlos, überwiegend sowohl in deutscher wie in englischer Sprache)

- [Nicht-Selbst und die Fünf Daseinsgruppen](#)
- [Die Hier-und-Jetzt-Interpretation des Abhängigen Entstehens \(*Patīccasamuppāda*\) - Über die Entstehung der Selbst-Vorstellung im menschlichen Geist -](#)



- Karma und Verdienst im (Thai) Buddhismus
- Willensfreiheit in Buddhismus und westlicher Philosophie
- Bhikkhūnī-ordination controversy in Theravāda Buddhism (*Zurzeit nur in englischer Sprache*)
- Meditation – Körperhaltungen und Methoden
- Meditation im täglichen Leben
- Altern und Yoga
- Atmung und Yoga und mehr ...