

# KHUDDAKAPĀṬHA



## DAS KLEINE LESEBUCH

EINE ÜBERSETZUNG MIT VORWORT UND ANMERKUNGEN VON THĀNISSARO BHIKKHU

(GEOFFREY DEGRAFF)

Übersetzt aus dem Englischen von K. Pavoni

(Revision Mai 2018)

## VORWORT

Dies ist das erste Buch im Khuddaka Nikaya (Sammlung der Kurzen Lehrreden) und scheint als Elementarbuch für Novizen und Novizinnen entworfen zu sein. Es besteht aus neun kurzen Texten. Diese behandeln die grundlegenden Themen, die am Anfang des buddhistischen, monastischen Lebens lehrreich sind. Manche der Texte dienen auch als nützliche Einführungen in die buddhistische Praxis im Allgemeinen.

Die ersten 2 Texte decken die Zeremonie der Novizen-Ordination ab. Text 3 gibt eine einleitende Anleitung zur Körperbetrachtung, eine Meditationsübung, die zur Überwindung von Lust gedacht ist. Text 4 bringt viele der Grundkategorien der Analyse ein, durch welche Erkenntnis entwickelt werden kann, beginnend mit der grundlegenden Formulierung des kausalen Prinzips, das so wesentlich für die Lehre des Buddha ist. Text 5 gibt einen Überblick über die Praxis als Ganzes. Er beginnt mit der Notwendigkeit, mit klugen Menschen zu verkehren, und schließt mit der Erreichung von Entfesselung (*nibbāna/nirvana*) ab. Diese Übersicht ist in den Kontext eines Konzepts von schützenden Ritualen gestellt und betont, dass — angesichts der Natur des menschlichen Handelns und dessen Resultate — der beste Schutz nicht aus Ritualen hervorgeht, sondern aus großzügigen, moralischen und weisen Handlungen. In Text 6 werden die Texte 1 und 5 durch eine genaue Beschreibung einiger Tugenden von Buddha, Dhamma und Saṅgha ausgebaut. Gleichzeitig wird die Meditationspraxis ausgearbeitet sowie die Erreichung des Stromeintritts, dem Moment, in dem der Meditierende den ersten Einblick in die Entfesselung hat. Text 7 arbeitet das Thema der Großzügigkeit aus und zeigt auf, dass Geschenke an den Saṅgha zum Wohl der toten Verwandten gewidmet werden können. Text 8 präsentiert verdienstvolle Handlung grundsätzlich als eine Investition, die zuverlässiger und langlebiger ist als die materielle Investition. Text 9 kehrt zum Thema der Meditation zurück mit Fokus auf der Entfaltung von Wohlwollen und liebender Güte.

Auch heute noch werden diese neun Texte, in verschiedenen Zusammenhängen, häufig in Theravada-Ländern gechantet. Laien und ordinierte Buddhisten chanten den ersten Text täglich als eine Bekräftigung ihrer Zuflucht zum Dreifachen Juwel. Die Texte 5 bis 9 werden von den Mönchen oft als Segenspende gechantet, wenn Laien Verdienst tun oder getan haben. Und aus dem fünften Text entnehmen sie häufig Vortrags-Themen.

Also dienen die Texte in diesem Buch als eine nützliche Einführung in die anfängliche, buddhistische Ausbildung sowie in moderne Theravada-Praktiken.

HULDIGUNG DEM ERHABENEN, DEM WÜRDIGEN,  
DEM RECHT SELBST-ERWACHTEN

## §1 SARANAGAMANA — ZUFLUCHT NEHMEN

Ich gehe zum Erhabenen als Zuflucht.

Ich gehe zum Dhamma als Zuflucht.

Ich gehe zum Saṅgha als Zuflucht.

Zum zweiten Mal, ich gehe zum Erhabenen als Zuflucht.

Zum zweiten Mal, ich gehe zum Dhamma als Zuflucht.

Zum zweiten Mal, ich gehe zum Saṅgha als Zuflucht.

Zum dritten Mal, ich gehe zum Erhabenen als Zuflucht.

Zum dritten Mal, ich gehe zum Dhamma als Zuflucht.

Zum dritten Mal, ich gehe zum Saṅgha als Zuflucht.

## §2 DASA SIKKHĀPADA — DIE ZEHN SCHULUNGSREGELN

Ich mache mir die Ausbildungsregel zur Enthaltung vom Leben-Nehmen zu eigen.

Ich mache mir die Ausbildungsregel zur Enthaltung vom Stehlen [Nichtgegebenes Nehmen] zu eigen.

Ich mache mir die Ausbildungsregel zur Enthaltung von Geschlechtsverkehr zu eigen.

Ich mache mir die Ausbildungsregel zur Enthaltung vom Lügen zu eigen.

Ich mache mir die Ausbildungsregel zur Enthaltung von gegorenen und gebrannten berauschenden Getränken, die Unbedachtheit verursachen, zu eigen.

Ich mache mir die Ausbildungsregel zur Enthaltung vom Essen zur verkehrten Zeit zu eigen.<sup>1</sup>

Ich mache mir die Ausbildungsregel zur Enthaltung vom Singen, Tanzen, Musikhören und Schauspiele-Ansehen zu eigen.

Ich mache mir die Ausbildungsregel zur Enthaltung vom Girlanden-Tragen und von der Verschönerung mit Parfüm und Kosmetik zu eigen.

Ich mache mir die Ausbildungsregel zur Enthaltung von hohen und luxuriösen Sitzen und Betten zu eigen.

Ich mache mir die Ausbildungsregel zur Enthaltung von der Annahme von Gold und Geld zu eigen.

1. Nach 12 Uhr Mittag und vor dem Morgengrauen.

## §3 DVATTIṂSĀKĀRA — DIE 32 TEILE

(In diesem Körper gibt es:)

,Kopfhaar, Körperhaar,  
 Nägel, Zähne, Haut,  
 Muskeln, Sehnen,  
 Knochen, Knochenmark,  
 Milz, Herz, Leber,  
 Brustfell, Nieren, Lunge,  
 Dickdarm, Dünndarm,  
 Speiseröhre, Kot,  
 Galle, Schleim, Eiter, Blut,  
 Schweiß, Fett, Tränen, Öl,  
 Speichel, Rotz, Gelenkschmiere, Urin,  
 Gehirn.<sup>1</sup>

1. Dieses Element ist bei der Auflistung der Körperteile an anderen Stellen des Kanons (DN 22, MN 10 und MN 119) nicht enthalten. Sein Dasein weist darauf hin, dass diese Textstelle — und vielleicht der ganze Khp — zur Zeit der Kommentare zusammengefügt wurde, denn diese beinhalten im Gegensatz zu DN und MN das Gehirn in der Auflistung.

SIEHE AUCH: DN 22; MN 119; AN 7:48; AN 9:15; AN 10:60; DHP 147–150; SN 1:11; SN 5:16; THAG 10:5; THIG 13:1; THIG 14

## §4 KUMĀRAPAÑHĀ — DIE FRAGEN DES NOVIZEN

Was ist eins?

Alle Wesen leben von Nahrung. [SN 12:64: Es gibt vier Nahrungen zur Erhaltung der Wesen, die ins Dasein gekommen sind, oder für die Unterstützung jener, die auf der Suche nach einem Geburtsort sind. Welche vier? Essbares, grob oder fein; Kontakt als zweite, geistige Absicht als dritte und Bewusstsein als vierte.]

Was sind zwei?

Name und Form. [SN 12:2: Gefühl, Wahrnehmung, Absicht, Kontakt und Aufmerksamkeit: Dies nennt man Name. Die vier großen Eigenschaften und die von den vier großen Eigenschaften bedingte Form: Dies nennt man Form. Und dies nennt man Name-und-Form.]

Was sind drei?

Die drei Gefühle [angenehmes Gefühl, Schmerz und weder angenehmes Gefühl noch Schmerz].

Was sind vier?

Die vier edlen Wahrheiten [Stress, die Entstehung von Stress, die Beendigung von Stress, der Weg der Praxis, der zur Beendigung von Stress führt].

Was sind fünf?

Die fünf Anhaftensaggregate [Form, Gefühl, Wahrnehmung, Fabrikationen, Bewusstsein].

Was sind sechs?

Die sechs inneren Sinnesträger [Auge, Ohr, Nase, Zunge, Körper, Intellekt].

Was sind sieben?

Die sieben Faktoren für das Erwachen [Sati, Analyse von Qualitäten, Beharrlichkeit, Verzückung, Stille, Konzentration, Gleichmut].

Was sind acht?

Der edle achtfache Pfad [rechte Ansicht, rechter Entschluss, rechte Rede, rechtes Handeln, rechter Lebenserwerb, rechtes Bemühen, rechte Sati, rechte Konzentration].

Was sind neun?

Die neun Existenzen der Wesen. [DN 15: Sieben Ebenen des Bewusstseins und zwei Sphären:

Es gibt Wesen mit Vielheit an Körper und Vielheit an Wahrnehmung, wie die Menschen, einige Devas und einige Wesen in den niederen Reichen. Dies ist die erste Ebene des Bewusstseins.

Es gibt Wesen mit Vielheit an Körper und Singularität der Wahrnehmung, wie die Devas des Gefolges von Brahma vom ersten (Jhāna) erzeugt. Dies ist die zweite Ebene des Bewusstseins.

Es gibt Wesen mit Singularität von Körper und Vielheit der Wahrnehmung, wie die Strahlenden Devas. Dies ist die dritte Ebene des Bewusstseins.

Es gibt Wesen mit Singularität von Körper und Singularität der Wahrnehmung, wie die Schön Glänzenden Devas. Dies ist die vierte Ebene des Bewusstseins.

Es gibt Wesen, welche mit dem vollständigen Überwinden der Formwahrnehmungen, mit dem Schwinden der Widerstandswahrnehmungen, indem sie Vielheitswahrnehmungen keine Aufmerksamkeit schenken und ‚unendlichen Raum‘ (wahrnehmen), die Dimension der Raumunendlichkeit erlangen. Dies ist die fünfte Ebene des Bewusstseins.

Es gibt Wesen, welche mit dem vollständigen Überwinden der Dimension der Raumunendlichkeit, indem sie ‚unendliches Bewusstsein‘ (wahrnehmen), die Dimension der Bewusstseinsunendlichkeit erlangen. Dies ist die sechste Ebene des Bewusstseins.

Es gibt Wesen, welche mit dem vollständigen Überwinden der Dimension der Bewusstseinsunendlichkeit, indem sie ‚da ist nichts‘ (wahrnehmen), die Dimension des Nichts erlangen. Dies ist die siebte Ebene des Bewusstseins.

Die Dimension der nicht-wahrnehmenden Wesen und zweitens die Dimension der weder Wahrnehmung noch Nicht-Wahrnehmung. Diese sind die zwei Sphären.]

Was sind zehn?

Mit zehn Qualitäten versehen, wird man ein Arahant genannt. [MN 117: Die rechte Ansicht dessen, der die Ausbildung hinter sich gelassen hat; der rechte Entschluss dessen, der die Ausbildung hinter sich gelassen hat;

die rechte Rede dessen, der die Ausbildung hinter sich gelassen hat; das rechte Handeln dessen, der die Ausbildung hinter sich gelassen hat; die rechte Lebensweise dessen, der die Ausbildung hinter sich gelassen hat; das rechte Bemühen dessen, der die Ausbildung hinter sich gelassen hat; die rechte Sati dessen, der die Ausbildung hinter sich gelassen hat; die rechte Konzentration dessen, der die Ausbildung hinter sich gelassen hat; die rechte Kenntnis dessen, der die Ausbildung hinter sich gelassen hat; die rechte Befreiung dessen, der die Ausbildung hinter sich gelassen hat.]

1. ‚Die Fragen des Novizen‘ ist einer der zwei Texte, welche im Kanon nicht ebenso an anderer Stelle in identischer Form vorkommen. (Der andere Text ist der Notgroschen.) In AN 10:27-28 jedoch sind eine Reihe von Fragen zu finden, die den Fragen in diesem Text sehr ähneln. In ‚Skill in Questions‘, Anhang 2, sind die Unterschiede dieser beiden Texte erörtert.

## §5 MAṄGALA SUTTA — SCHUTZ

Ich habe gehört, dass sich bei einer Gelegenheit der Erhabene bei Sāvathī im Hain von Jeta in Anāthapiṇḍikas Kloster aufhielt. Dann ging eine bestimmte Devata in der äußersten Dunkelheit der Nacht zum Erhabenen, wobei ihr außergewöhnlicher Glanz den gesamten Hain von Jeta erleuchtete. Beim Eintreffen verbeugte sie sich vor ihm und trat zur Seite. Als sie dort stand, wandte sie sich mit einem Vers an ihn:

„Viele Devas und Menschen  
denken an Schutz  
und wünschen sich dabei Wohlbefinden.  
Nenn dann den höchsten Schutz.“

(Der Buddha:)

„Nicht mit Dummen zu verkehren,  
mit den Weisen zu verkehren, denen  
die der Huldigung würdig sind, zu huldigen:  
dies ist der höchste Schutz.

In einem zivilisierten Land zu leben,  
einst Verdienst gemacht zu haben,  
selbst richtig zu streben:<sup>1</sup>  
dies ist der höchste Schutz.

Umfassendes Wissen, Geschicklichkeit,  
gut gemeisterte Disziplin,  
wohlgesprochene Worte:  
dies ist der höchste Schutz.

Unterstützung für die Eltern,<sup>2</sup>  
Beistand für Frau und Kind,

Stimmigkeit bei der Beschäftigung:

dies ist der höchste Schutz.

Großzügigkeit und einen geraden Lebenswandel,

Beistand für die Verwandten,

Taten, die untadelig sind:

dies ist der höchste Schutz.

Das Schlechte zu meiden, ihm zu entsagen;

sich Rauschmitteln zu enthalten,

Acht-und-Bedachtsamkeit bei den Geistesqualitäten:

dies ist der höchste Schutz.

Respekt, Bescheidenheit,

Zufriedenheit und Dankbarkeit,

das Dhamma zur passenden Zeit zu hören:

dies ist der höchste Schutz.

Geduld und Folgsamkeit,

Kontemplative aufzusuchen,

zur passenden Zeit über das Dhamma zu diskutieren:

dies ist der höchste Schutz.

Enthaltsamkeit und Keuschheit,

die Edlen Wahrheiten zu sehen,

Entfesselung zu verwirklichen:

dies ist der höchste Schutz.

Ein Geist, welcher,

wenn von den weltlichen Dingen berührt,<sup>3</sup>

unerschüttert, sorglos, staubfrei, sicher ist:

dies ist der höchste Schutz.

Die in dieser Weise handeln,

sind überall unbesiegt

und gehen überallhin in Wohlbefinden:

dies ist ihr höchster Schutz.

1. Dies sind drei der vier ‚Räder‘, welche zu Wohlstand und Reichtum führen. Siehe AN 4:31.

2. Siehe AN 2:31–32.

3. Weltliche Dinge (*lokadhamma*): Gewinn, Verlust, Prestige [Ehre], Schande, Tadel, Lob, Behagen und Schmerz. Siehe AN 8:6 und AN 4:192.

## §6 RATANA SUTTA — SCHÄTZE

Welcherlei Geister hier versammelt sind

– auf Erden oder am Himmelszelt –

möget ihr alle fröhlich sein

und meine Worte genau vernehmen.

Nun, Geister, passt alle auf.

Erweist der Menschheit Wohlwollen.

Tag und Nacht bringen sie Gaben dar,

deshalb, bedachtsam, beschützt sie.

Welcherlei Reichtum es – hier oder im Jenseits – geben mag,

welcherlei erlesener Schatz in den himmlischen Gefilden,

sie kommen, für uns, nicht dem Tathāgata gleich.

Dies, ebenfalls, ist ein erlesener Schatz im Buddha.

Möge durch diese Wahrheit Wohlfinden beschieden sein.

Das erlesene Todlose – Enden, Leidenschaftslosigkeit –

wurde vom Sakyer-Weisen, konzentrierten Geistes, entdeckt:

Nichts kommt diesem Dhamma gleich.

Dies, ebenfalls, ist ein erlesener Schatz im Dhamma.

Möge durch diese Wahrheit Wohlfinden beschieden sein.

Was der beste Erwachte als rein pries

und es die Konzentration

des lückenlosen Wissens nannte:<sup>1</sup>

es gibt nichts, was dieser Konzentration gleichkäme.

Dies, ebenfalls, ist ein erlesener Schatz im Dhamma.

Möge durch diese Wahrheit Wohlfinden beschieden sein.

Die acht Personen – die vier Paare –

gepriesen von jenen, die in Frieden sind:

sie, Schüler des Wohlgegangenen, verdienen Spenden.

Was ihnen gegeben wird, trägt viele Früchte.

Dies, ebenfalls, ist ein erlesener Schatz im Saṅgha.

Möge durch diese Wahrheit Wohlfinden beschieden sein.

Jene, welche mit Hingabe und festen Herzens

Gotamas Botschaft anwenden,

tauchen beim Erreichen ihres Ziels in das Todlose ein



und genießen ungehindert die Erlösung, die sie erlangt haben.

Dies, ebenfalls, ist ein erlesener Schatz im Saṅgha.

Möge durch diese Wahrheit Wohlbefinden beschieden sein.

Eine in der Erde errichtete Indra-Säule,<sup>2</sup>  
die nicht einmal durch die vier Winde zu erschüttern ist:  
diese ist, so sage ich euch, wie der integre Mensch,  
der – nachdem er die edlen Wahrheiten  
begriffen hat – sieht.

Dies, ebenfalls, ist ein erlesener Schatz im Saṅgha.

Möge durch diese Wahrheit Wohlbefinden beschieden sein.

Jene, die klar die edlen Wahrheiten gesehen haben,  
die von demjenigen mit tiefer Erkenntnis gut dargelegt wurden –  
selbst wenn sie (später) unbedacht wären –  
werden zu keinem achten Dasein kommen.<sup>3</sup>

Dies, ebenfalls, ist ein erlesener Schatz im Saṅgha.

Möge durch diese Wahrheit Wohlbefinden beschieden sein.

Im Augenblick, in dem man Schauung erreicht,  
gibt man drei Dinge auf:

Ansichten von Selbstidentifikation, Ungewissheit  
und jeglichen Hang an Gewohnheiten und Gepflogenheiten.<sup>4</sup>

Man ist vollends von den vier Daseinszuständen der Entbehmung befreit<sup>5</sup>  
und ist nicht mehr fähig, die sechs großen Übel zu begehen.<sup>6</sup>

Dies, ebenfalls, ist ein vorzüglicher Schatz im Saṅgha.

Möge durch diese Wahrheit Wohlbefinden beschieden sein.

Welche schlechte Tat man auch immer verüben mag  
– in Körper, Rede oder Geist –  
man kann sie nicht mehr verbergen:  
ein Unvermögen, das jenem zugeschrieben ist,  
welcher den Weg gesehen hat.

Dies, ebenfalls, ist ein erlesener Schatz im Saṅgha.

Möge durch diese Wahrheit Wohlbefinden beschieden sein.

Gleich wie ein Wäldchen mit blühenden Kronen  
im ersten Monat der Sommerhitze  
ist das hervorragende Dhamma, das er lehrte,  
zum höchsten Heil, zur Entfesselung führend.

Dies, ebenfalls, ist ein erlesener Schatz im Buddha.

Möge durch diese Wahrheit Wohlbefinden beschieden sein.

Hervorragend,  
 hervorragend in der endgültigen Gewissheit,  
 hervorragend im Geben,  
 hervorragend im Bringen,  
     unübertroffen, lehrte er  
 das hervorragende Dhamma.  
     Dies, ebenfalls, ist ein erlesener Schatz im Buddha.  
     Möge durch diese Wahrheit Wohlbefinden beschieden sein.

Hat das Alte geendet, gibt es keine Entstehung mehr.  
 Leidenschaftslos ist ihr Geist hinsichtlich weiteren Werdens.  
 Sie,            ohne Samen, ohne Verlangen nach Wachstum,  
 die Weisen,    erlöschen wie diese Flamme.<sup>7</sup>  
     Dies, ebenfalls, ist ein erlesener Schatz im Saṅgha.  
     Möge durch diese Wahrheit Wohlbefinden beschieden sein.

Welche Geister auch immer hier versammelt sind  
     – auf Erden oder am Himmelszelt –  
 lasst uns dem Buddha huldigen,  
 den von menschlichen und himmlischen Wesen  
 verehrten Tathāgata.  
     Möge Wohlbefinden  
     beschieden sein.

Welche Geister auch immer hier versammelt sind  
     – auf Erden oder am Himmelszelt –  
 lasst uns dem Dhamma huldigen  
 und dem von menschlichen und himmlischen Wesen  
 verehrten Tathāgata.  
     Möge Wohlbefinden  
     beschieden sein.

Welche Geister auch immer hier versammelt sind  
     – auf Erden oder am Himmelszelt –  
 lasst uns dem Saṅgha huldigen  
 und dem von menschlichen und himmlischen Wesen  
 verehrten Tathāgata.  
     Möge Wohlbefinden  
     beschieden sein.

1. Dies entspricht offensichtlich der Konzentration, welche die Frucht der endgültigen Gewissheit ist, die in AN 9:37 erwähnt wird, und der Erlösung der Unmittelbarkeit, die in Thig 5:8 erwähnt wird.

2. Indra-Säule: Eine hohe Säule aus Hartholz, die am Dorfeingang errichtet ist.
3. Die Person, die diese Stufe erreicht hat, wird höchstens sieben weitere Male wiedergeboren werden. Siehe AN 3:88. Über die Gefahr zur Unbedachtheit für denjenigen, der diese Erwachensstufe erreicht hat, siehe SN 55:40.
4. Diese drei Qualitäten sind die Fesseln, welche aufgegeben werden, wenn man einen ersten Einblick in die Entfesselung beim Stromeintritt gewinnt, also dem Moment, wenn man in den Strom zum vollen Erwachen eintritt.
5. Vier Zustände der Entbehrung: Wiedergeburt als ein Tier, ein Hungergeist, ein wütender Dämon oder ein Höllenbewohner. In der buddhistischen Kosmologie ist keiner dieser Zustände ewig.
6. Laut SnA sind die sechs großen Übel: Muttermord, Vatermord, einen Aranhant (einen vollkommen Erwachten) zu töten, einen Buddha zu verwunden, eine Spaltung des Saṅgha zu verursachen oder sich für eine andere Person als einen Buddha als höchsten Lehrer zu entscheiden. Die ersten fünf sind in AN 5:129 aufgezählt und es heißt dort, dass die direkt in die Hölle führen.
7. Siehe Thig 5:10.

SIEHE AUCH: AN 4:67

## §7 TIROKUḌḌA KANDA — HUNGERGEISTER VOR DEN MAUERN

Vor den Mauern stehen sie  
und an Kreuzungen.

An Türpfosten stehen sie  
und kehren in ihr altes Heim zurück.

Aber wenn eine Mahlzeit mit reichlichen Speisen und Getränken aufgetragen wird,  
erinnert sich niemand an sie:

So ist das Kamma von Lebewesen.

So jene, die Erbarmen mit ihren toten Verwandten haben,  
spenden zur passenden Zeit geeignete Speisen und Getränke  
– erlesene und reine –

(denkend:)

„Möge dies für unsere Verwandten sein.  
Mögen unsere Verwandten glücklich sein!“

Und jene, die dort zusammengekommenen sind,  
die versammelten Hungergeister der Verwandten,  
danken anerkennend für die reichlichen Speisen und Getränke:

„Mögen unsere Verwandten lange leben,  
mit Hilfe derer wir (diese Gabe) gewonnen haben.

Wir sind geehrt worden  
und die Spender gehen nicht ohne Lohn aus!“

Für sie gibt es (in ihrem Reich)  
keinen Ackerbau,

kein Rinderhüten,  
keinen Handel,  
keine Geschäfte mit Geld.

Sie leben davon, was hier gegeben wird,  
Hungergeister,  
deren Zeit hier aufgebraucht ist.

Gleich wie Wasser, das auf einen Hügel herabregnet,  
ins Tal hinab fließt,  
gleich so kommt das, was hier gegeben wird,  
den Verstorbenen [Hungergeister] zugute.<sup>1</sup>

Gleich wie Flüsse voller Wasser  
das Meer füllen,  
gleich so kommt das, was hier gegeben wird,  
den Verstorbenen zugute.

‚Er gab mir, sie tat es für mich,  
sie waren meine Verwandten, Gefährten, Freunde.‘

Spenden sollten für die Verstorbenen gegeben werden,  
wenn man in dieser Weise an das denkt,  
was in der Vergangenheit getan wurde.

Denn

weder Weinen  
noch Kummer  
noch ein anderes Klagen  
sind zum Nutzen der Hungergeister,  
deren Angehörige in dieser Weise fortbestehen.

Wenn jedoch diese Spende gegeben wird, im Saṅgha wohl erbracht,  
dient sie zu ihrem langfristigen Heil  
und kommt ihnen sofort zugute.

Auf diese Weise

wurde die richtige Verwandtenpflicht gezeigt,  
den Hungergeistern große Verehrung gebracht,  
und den Mönchen Kraft gegeben.

Das Verdienst, das man erworben hat,  
ist nicht gering.<sup>2</sup>

1. Bei modernen, Verdienst bewirkenden Zeremonien im Theravāda-Buddhismus wird, wenn die Mönche sich an dem Verdienst der Spender erfreuen, als erstes dieser Satz gechantet.
2. Diese Textstelle, beginnend mit: ‚Er gab mir...‘, wird oft gechantet, wenn Spender ihr Verdienst den kürzlich Verstorbenen widmen.

SIEHE AUCH: MN 82; AN 10:166

## §8 NIDHI KAṆḌA — DER NOTGROSCHEN

Eine Person bewahrt einen Notgroschen auf,  
 tief unter der Erde, an der Wasserlinie:  
 ‚Wenn ein Bedarf oder eine Pflicht aufkommt,  
 wird dies zu meinem Nutzen sein,  
 für meine Befreiung, sollte ich durch den König angeprangert werden  
 oder von Dieben belästigt werden,  
 oder im Fall von Schulden, Hunger oder Not.‘

In solchem Interesse  
     auf der Welt  
 wird der Notgroschen aufbewahrt.

Einerlei jedoch, wie gut er aufbewahrt ist,  
 tief unter der Erde, an der Wasserlinie,  
 wird er einem nicht immer ganz zugutekommen.

Der Notgroschen wird von seinem Platz wegbewegt  
 oder das Gedächtnis wird verworren  
     oder – ungesehen –  
     nehmen ihn Schlangen weg,  
     stehlen ihn Geister oder  
     machen sich hasserfüllte Erben damit davon.

Wenn das Verdienst endet,  
 wird er völlig vernichtet.

Besitzt ein Mann oder eine Frau jedoch  
 einen gut aufbewahrten Notgroschen  
 des Gebens, der Tugend,

Zügelung und Selbstbeherrschung,  
     bezüglich eines Schreins,  
     des Saṅgha,  
     einer feinen Person,  
     Gästen,  
     Mutter, Vater  
     oder älterer Geschwister,

ist dies ein gut aufbewahrter Notgroschen.

Er kann nicht entrissen werden.

Er folgt einem.

Hat man diese Welt verlassen,

dann, wohin man auch geht,

nimmt man ihn mit sich –

Diesen Notgroschen hält man nicht gemeinsam mit anderen  
und kann von keinem Dieb gestohlen werden.

Daher, erleuchtet, sollte man Verdienst bewirken  
und der Notgroschen wird einem folgen.

Dieser Notgroschen

verleiht den Wesen, menschlichen oder himmlischen,  
all das, was sie sich wünschen.

Wonach auch immer die Devas streben,

all das wird damit erworben.

Ein feines Antlitz, eine schöne Stimme,

ein gut gebauter Körper, ein gut geformter,

Herrschaft, ein Gefolge,

all das wird damit erworben.

Ein irdisches Königtum, Vorherrschaft,

die Glückseligkeit eines Kaisers,

Königtum über die Devas in den himmlischen Gefilden,

all das wird damit erworben.

Das Erreichen eines menschlichen Daseins,

jede himmlische Wonne,

die Erreichung der Entfesselung,

all das wird damit erworben.

Vortreffliche Freunde, angemessene Anwendung,<sup>1</sup>

Meisterung des klaren Wissens und der Befreiung,<sup>2</sup>

all das wird damit erworben.

Die analytischen Fähigkeiten,<sup>3</sup>

die Erlösungen,<sup>4</sup>

die Vollkommenheit des Schülertums,

all das wird damit erworben.

Das Individuelle Erwachen,<sup>5</sup>

die Buddhaschaft:

all das wird damit erworben.

So mächtig ist dies,

diese Vollbringung des Verdiensts.

Deshalb, die Erleuchteten, die Weisen,

loben den Notgroschen des Verdiensts,

den schon erwirkten.

1. Die richtige Dhammapraxis.
2. Klares Wissen (*vijjā*) – das Wissen von früheren Leben, das Wissen vom Vergehen und Erstehen (Wiedergeburt) der Wesen, das Wissen vom Enden der geistigen Ausströmungen, nämlich sinnliche Leidenschaft, Werden, Ansichten, Unwissenheit. Befreiung (*vimutti*) – Befreiung vom Kreislauf der Wiedergeburt.
3. Die analytischen Fähigkeiten (*paṭisambhidā*) in Bezug auf das Dhamma, auf seine Bedeutung zu, auf Sprache und auf Schlagfertigkeit. Diese vier Talente sind bei einigen Arahants zu finden, aber nicht bei allen.
4. *Vimokkha*. Das Mahā Nidāna Sutta (DN 15) beschreibt die acht Erlösungen wie folgt:
  - „Form innehabend, sieht man Formen. Dies ist die erste Erlösung.
  - „Form nicht innerlich wahrnehmend, sieht man Formen äußerlich. Dies ist die zweite Erlösung.
  - „Man ist nur auf das Schöne bedacht. Dies ist die dritte Erlösung.
  - „Mit dem vollständigen Überwinden der Wahrnehmungen von (physischer) Form, mit dem Schwinden der Widerstandswahrnehmungen und indem er Vielheitswahrnehmungen keine Aufmerksamkeit schenkt und ‚unendlichen Raum‘ (wahrnimmt), tritt er in die Dimension der Raumunendlichkeit ein und verweilt darin. Dies ist die vierte Erlösung.
  - „Mit dem vollständigen Überwinden der Dimension der Raumunendlichkeit, indem er ‚unendliches Bewusstsein‘ (wahrnimmt), tritt er in die Dimension der Bewusstseinsunendlichkeit ein und verweilt darin. Dies ist die fünfte Erlösung.
  - „Mit dem vollständigen Überwinden der Dimension der Bewusstseinsunendlichkeit, indem er ‚da ist nichts‘ (wahrnimmt), tritt er in die Dimension des Nichts ein und verweilt darin. Dies ist die sechste Erlösung.
  - „Mit dem vollständigen Überwinden der Dimension der Raumunendlichkeit, indem er ‚unendliches Bewusstsein‘ (wahrnimmt), tritt er in die Dimension der Bewusstseinsunendlichkeit ein und verweilt darin. Dies ist die siebte Erlösung.
  - „Mit dem vollständigen Überwinden der Dimension der Bewusstseinsunendlichkeit, indem er ‚da ist nichts‘ (wahrnimmt), tritt er in die Dimension des Nichts ein und verweilt darin. Dies ist die achte Erlösung.
  - „Nun, wenn ein Mönch diese acht Erlösungen vorwärts, in umgekehrter Reihenfolge, vorwärts und in umgekehrter Reihenfolge erreicht, wenn er sie, wie er will und wo er will und solange er will, erreichen und daraus austreten kann, wenn er mit dem Enden der Ausströmungen in der ausströmungslosen Bewusstheitsbefreiung und Befreiung durch Erkenntnis verweilt, sie genau im Hier und Jetzt unmittelbar erkennend und selbst vergegenwärtigend, wird er ein auf beide Weisen befreiter Mönch genannt. Und eine andere Befreiung auf beide Weisen, eine höhere oder eine erhabeneren, gibt es nicht.“
5. Das Individuelle Erwachen oder das Einzel-Für-Sich-Erwachen ist das Erwachen als Einzelbuddha, der Erwachen erlangen kann, ohne auf die Lehren anderer angewiesen zu sein, aber das Dhamma nicht wie ein Voller Buddha formulieren kann.

SIEHE AUCH: SN 1:41; SN 3:19–20; SN 3:25; SN 10:12; SN 47:19; AN 3:52–53; AN 7:6–7; ITI 22

## §9 KARAṆĪYA METTĀ SUTTA – WOHLWOLLEN

Wer geschickt um sein Ziel weiß und  
den friedvollen Zustand erreichen will, sollte dies tun:

Er sei fähig, aufrichtig und aufrecht,  
 leicht belehrbar, sanft und nicht eingebildet,  
 zufrieden und leicht unterstützbar  
 mit wenigen Pflichten, anspruchslos  
 mit zur Ruhe gekommenen Fähigkeiten, meisterlich  
 bescheiden, nicht gierig nach Beistand.

Man tue auch nicht die kleinste Kleinigkeit,  
 welche die Weisen später kritisieren würden.

Man denke: *Glücklich, friedvoll,*  
*mögen alle Wesen im Herzen glücklich sein.*

*Welche Wesen es auch immer gibt;*  
*ohne Ausnahme, schwache und starke,*  
*lange, große,*  
*mittlere, kleine,*  
*zarte und grobe,*  
*sichtbare und unsichtbare,*  
*nahe und fern weilende,*  
*geborene oder Geburt suchende:*  
*mögen alle Wesen im Herzen glücklich sein.*

Möge keiner einen anderen betrügen  
 oder irgendjemanden irgendwo verachten  
 oder aus Zorn und Widerwillen  
 einem anderem Leid wünschen.

Gleich wie eine Mutter ihr Leben gäbe  
 um ihr Kind, ihr einziges Kind, zu beschützen,  
 gleich so sollte man ein unermessliches Herz entfalten,  
 hinsichtlich aller Lebewesen.<sup>1</sup>

Mit Wohlwollen für die ganze Welt  
 entfalte ein unermessliches Herz:  
 Nach oben, nach unten und rund herum,  
 unbeschränkt, ohne Feindschaft, ohne Hass.

Ob beim Stehen, Gehen,  
 Sitzen oder Liegen,  
 solange man ohne Schläfrigkeit ist,  
 sollte man zu dieser Sati entschlossen sein.<sup>2</sup>  
 Dies nennt man ein Brahmā-Verweilen,  
 hier und jetzt.



Wer Ansichten nicht angetan,  
 tugendhaft und in der Schauung vollendet ist,  
 die Lust nach Sinnlichkeit gebändigt hat,  
     wird nie mehr  
     im Mutterleib liegen.

1. Das Bild hier wird manchmal fehlgedeutet und interpretiert, dass man alle Wesen, wie eine Mutter ihr einziges Kind schützt, schützen sollte. Aber eigentlich ist die Parallele nicht zwischen dem Kind und allen Lebewesen zu sehen, sondern zwischen dem Kind und der eigenen Herzensentfaltung. Wohlwollen gegenüber allen Wesen ist in der gleichen Weise, wie eine Mutter ihr einziges Kind schützt, zu schützen. Mehr dazu siehe MN 21.
2. Diese Zeile ist entsprechend Buddhas Definition von Sati als die Fähigkeit, etwas im Gedächtnis zu behalten, zu lesen. Siehe SN 48:10.

SIEHE AUCH: MN 52; MN 97; MN 135; SN 42:8; SN 46:54; SN 55:7; AN 3:66; AN 4:67; AN 4:96; AN 4:125–126;  
 AN 4:178; AN 4:200; AN 5:20; AN 5:27; AN 6:12–13; AN 8:70; AN 10:176; AN 10:196; AN 11:16; UD 5:1; ITI  
 22; ITI 27

## ABKÜRZUNGEN

Die Literaturquelle bezieht sich auf die Texte des Pali-Kanons:

|      |                  |
|------|------------------|
| AN   | Aṅguttara Nikāya |
| Cv   | Cullavagga       |
| Dhp  | Dhammapada       |
| DN   | Dīgha Nikāya     |
| Khp  | Khuddakapāṭha    |
| MN   | Majjhima Nikāya  |
| SN   | Samyutta Nikāya  |
| Sn   | Sutta Nipāta     |
| Thag | Theragāthā       |
| Thig | Therīgāthā       |
| Ud   | Udana            |

COPYRIGHT 2014 ṬHĀNISSARO BHIKKHU

Diese Arbeit ist lizenziert unter ‚Creative Commons Attribution-NonCommercial 3.0 Unported‘. Eine Kopie dieser Lizenz ist unter folgender Adresse einzusehen:

<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0/>.

‚Kommerziell‘ bedeutet jeglicher Verkauf, ob für gewerbliche oder gemeinnützige Zwecke oder Körperschaften.

#### ÜBERSETZUNG

Aus dem Englischen ins Deutsche übersetzt von K. Pavoni.

Diese Übersetzungen können kopiert, formatiert, gedruckt, veröffentlicht und verteilt werden, vorausgesetzt, dass (1) die Kopien, etc. kostenlos zur Verfügung gestellt werden; (2) auf die Quelle dieser Übersetzungen hingewiesen wird; (3) sie nicht verändert werden. Ansonsten sind alle Rechte vorbehalten. Copyright 2016

#### FRAGEN ÜBER DIESES BUCH

können (in Englisch) adressiert werden an:

Metta Forest Monastery

Valley Center, CA 92082-1409

U.S.A.

#### ZUSÄTZLICHE QUELLEN

Weitere Dhammavorträge, Bücher und Übersetzungen von Ṭhānissaro Bhikkhu sind in digitalen Audioformat und E-Bücher bei [dhammatalks.org](http://dhammatalks.org) zum Download verfügbar.