

Mirko Frýba

**ABHIDHAMMA
IM ÜBERBLICK**

**Texte der hohen Lehre des
Buddha**

(Universität Konstanz 1990)



Abhidhamma-Saṅgaha

**Urtext und Übersetzung mit
Kommentar**

(Ayurama Kreuzlingen 2007)

Hergestellt für die Verbreitung in elektronischer Form.

Download von einer der folgenden URL-Adressen:

<http://www.ayukusala.de/abhidhamma.pdf>

<http://www.ayukusala.org/abhidhamma.pdf>

<http://www.volny.cz/ayukusala/abhidhamma.pdf>

<http://www.volny.cz/abhidhamma/abhidhamma.pdf>

Copyright © 1990, 2007 Dr. Mirko Frýba
Ayurama Kreuzlingen
e-mail: <fryba@gmx.ch>

Ayurama ist der Hauptsitz von
Ayukusala Central European Sangha (ACES)
Kontakt, e-mail: <info@ayukusala.org>
Auskunft, web: <www.ayukusala.org>
<www.ayukusala.de>

Inhalt

Vorwort	5
1. Abhidhamma – Definition und Zweck	7
2. Texte des Abhidhamma in Anwendung	11
3. Der kulturelle Kontext;	19
4. Texte der kanonischen Epoche	26
5. Texte der Abhidhamma-Literatur	38
6. Offene Problembereiche	49
7. Das erste Buch der Abhidhamma-Literatur:	59
ABHIDHAMMA-SAṄGAHA-GANTHA	61
RŪPAVIBHĀGA – Analyse des Körperlichen	67
ARŪPAVIBHĀGA – Analyse des Nicht-Körperlichen	79
NIBBĀNAṂ – Das Ziel	120
8. Schlussbetrachtung	121
9. Bibliographie	125
Anhang: Auflistung der Geistesfaktoren	128
Kurzbiographie des Autors	130

Gewidmet
der Erinnerung
meiner Lehrer:

Nyāṇaponika Thera
(Forest Hermitage, Kandy)

Piyadassi Thera
(Vajirarama, Colombo)

Revatadhamma Thera
(Birmingham Buddhist Vihara)

Sobhana Thera
(Mahāsi Sayadaw, Yangon)



Vorwort

Die vorliegende Abhandlung wurde mit der Absicht verfasst, einen Eingang in die Welt des Abhidhamma für jene zu öffnen, die keine Kenntnisse über den Buddhismus haben, wie auch für jene, denen der Buddhismus entweder als Philosophie, als Religion oder als Meditationsmethode bekannt ist. Die Texte des Abhidhamma werden hier insbesondere hinsichtlich ihres Inhalts und ihrer praktischen Anwendung behandelt. Weil es in diesem Bereich bisher kein Übersichtswerk gibt, werden alle Texte auch in ihrem historischen Zusammenhang kurz erörtert. Die vorliegende Abhandlung ist jedoch keine bibliographische Arbeit. Dem Verfasser geht es nicht in erster Linie darum, Information über den Abhidhamma festzuhalten, sondern vielmehr den Leser in die abhidhammische Denkweise einzuführen.

Für die Zwecke einer weiteren wissenschaftlichen Bearbeitung werden verschiedene thematische Anregungen und Hinweise auf einschlägige Arbeiten gegeben. Um den Fluss des denkend nachvollziehenden Lesens nicht zu stören, sind solche Hinweise und alle bibliographischen Angaben in den Fußnoten enthalten. Diese formale Anordnung soll es dem Leser erleichtern, die eigentliche abhidhammische Denkweise, die wissenschaftliche Auseinandersetzung mit dem Gegenstand und die allgemeine Information über den Abhidhamma auseinander zu halten.

Die ersten fünf Kapitel entstanden als Teil einer noch nicht veröffentlichten, größeren Arbeit, die — nebst einer Übersicht über die Texte und ihren kulturellen Kontext — eingehender die Problematik der abhidhammischen Epistemologie und Psychologie behandelt. Das sechste Kapitel gibt einen Ausblick auf diese interdisziplinär gefasste Problematik und verwertet Ergebnisse einer früheren, in Zusammenarbeit mit Beatrice Vogt Frýba durch-

geführten, wissenschaftstheoretischen Studie über die Grundlagen eines Vergleichs zwischen Abhidhamma und westlichen Human- und Sozialwissenschaften (Frýba & Vogt Frýba 1989). Eine sozialwissenschaftliche Auseinandersetzung mit dem Abhidhamma wurde in Vorlesungen und Seminaren zum Thema *Nicht-westliche Denksysteme* vermittelt, die der Verfasser zusammen mit Detlef Kantowsky in den Jahren 1983 – 1985 an der Universität Konstanz durchführte. Aus dieser Zusammenarbeit sind wertvolle Impulse hervorgegangen, die auch die vorliegende Abhandlung beeinflusst haben.

Die Vorgehen der konkreten Benützung von Abhidhamma im Alltag der traditionellen buddhistischen Kulturen und der praxisorientierten Subkulturen des *Buddhistischen Modernismus* innerhalb unserer eigenen Gesellschaft werden — mit Ausnahme eines Beispiels über die Anwendung von Matrizen des Abhidhamma im meditativen Geistestraining — in der vorliegenden Schrift nur am Rande erwähnt. Die an diesen Fragen interessierten Leser seien auf die ausführliche Behandlung der abhidhammischen Methoden in der *Anleitung zum Glücklichsein – Die Psychologie des Abhidhamma* (Frýba 1987) und auf die kurze Übersichtsarbeit *Abhidhamma – Eine uralte Grundlage transpersonaler Psychotherapie* (Frýba 1984) verwiesen.

Der Verfasser dankt herzlich allen, die den rohen Text von *Abhidhamma im Überblick* durchgelesen und zu ihm Verbesserungsvorschläge machten.

Im August 1990

Die (unveränderte) Neuausgabe von *Abhidhamma im Überblick* wurde — wie bereits im Jahre 1990 vorgesehen — um den Urtext des überhaupt ersten Buchs der Abhidhamma-Literatur und dessen kommentierte Übersetzung ergänzt.

Im August 2007

1. Abhidhamma – Definition und Zweck

Abhidhamma ist ein System psychologischer und ethischer Weisheit, das sich seit mehr als zweieinhalbtausend Jahren in der Praxis geistiger Schulung bewährte. Abhidhamma wurde als ein Teil des Dhamma, der Lehre des historischen Buddha Gotama formuliert.

Der Zweck des Abhidhamma ist die Orientierung in der gesamten Vielfalt des Erlebens auf eine Art, die uns innerlich befreit. Solche emanzipatorische Orientierung ermöglicht es, stufenweise alle Ursachen des Leidens zu überwinden und das Glückliche fortwährend zu verfeinern — bis zur Erleuchtung und endgültigen inneren Freiheit, die mit dem technischen Ausdruck Nibbāna bezeichnet wird. Abhidhamma ist ein Instrument buddhistischer Praxis, ein Mittel der im Westen immer populärer werdenden Satipaṭṭhāna-Vipassanā-Meditation und der meditativ-ganzheitlichen Lebensgestaltung.

Somit ist der Abhidhamma nicht bloß ein „Wissen“. Der Abhidhamma ist vielmehr praktische Weisheit, also eine Überlieferung von „Können“ und Methode, die Richtlinien für Entscheidungen und Vorgehen enthält und auf einen höheren Lebensstandard zielt. Die grundlegenden Paradigmen des Abhidhamma formulierte Siddhattha Gotama, ein Prinz aus der in Nordindien regierenden Sakya Familie, nachdem er ohne jegliche Anweisung irgendeines menschlichen oder göttlichen Wesens die vollkommene Erleuchtung errungen und dadurch den Titel eines Buddha (wörtlich: der Erwachte) verdient hatte.

Den Abhidhamma in der uns heute bekannten systematischen Gestalt entwickelten einige ebenfalls erleuchtete Schüler des Buddha, die *Abhidhammika* genannt werden. Sie wandten seine Anweisungen in der Praxis an und erfassten die Ergebnisse mit Hilfe der von Buddha gelehrt Paradigmen, der Abhidhamma-Matrizen (*mātikā*). Die Formulierung des Abhidhamma wird also nicht als ein rein denkerisches Entwerfen eines Wissenssystems aufgefasst, sie ist vielmehr das Ergebnis einer deskriptiven Erfassung konkreter Erlebenselemente und Vorgehensschritte beim Geistestraining, das in emanzipatorischer Lebensgestaltung und methodischer Meditation besteht. Dennoch hält der Abhidhamma auch als kohärentes Wissenssystem einer wissenschaftlichen Überprüfung stand, die mit den Methoden der herkömmlichen Psychologie, Semiotik, Epistemologie und Ethikforschung des Abendlandes durchgeführt werden kann.

Die Bezeichnung Abhidhamma bedeutet etwa „Hohe Lehre“. Dhamma ist ein Wort des kanonischen Pāli, dem in Übersetzungen je nach Kontext verschiedene Bedeutungen zugeordnet werden müssen, die ein Anwender des Dhamma jedoch als miteinander zusammenhängende Konnotationen versteht. Dhamma bedeutet das Tragende, die tatsächlich vorhandene Ordnung der Dinge, die Wirklichkeit, das Gesetz, das Rechte, die Lehre, der Weg zur Erleuchtung usw. Die Pluralform *dhammā* (hier in der Folge kleingeschrieben) bezeichnet immer die konkret existierenden Dinge, die Phänomene des Geistigen und Körperlichen (*nāma-rūpa*). *Abhi-dhamma* heißt daher wörtlich die höhere (*abhi-*) oder besondere Lehre, die Auffassung der Gesetzmäßigkeit der Dinge, die wirklichkeitsgemäß direkte Erfassung (*abhiñāṇa*) der Tatsachen (*dhammā*).¹ Abhidhamma ist also die von Dhamma getragene Weisheit.

¹ Die verschiedenen Bedeutungen und Implikationen des Begriffs *dhamma* untersuchten Magdalene und Wilhelm Geiger (1920).

Die Lehre des Buddha wird von Außenstehenden gemäß abendländischer Anschauungsweise oft als „Buddhismus“ bezeichnet und als eine der großen Weltreligionen verstanden. Eine Religion ist sie dann tatsächlich für einen Teil der „Buddhisten“ auch geworden. In den traditionell durch die Buddha-Lehre geprägten Gesellschaften wird jedoch der Dhamma als ein System praktischer Anweisungen für Mönche und Laien verstanden, mit dessen Hilfe das Leben besser gemeistert werden kann; man leistet sich dort also nicht den intellektuellen Luxus, die von praktischen Erfordernissen des Alltags getrennte Ideologie eines „-ismus“ oder „Religion“ im modernen westlichen Sinne zu pflegen. Obwohl auch die Götter und Dämonen im Weltbild der Lehre des Buddha ihren Platz haben, gibt es da genau genommen keine Theologie. In der Tat lehrte der Buddha überhaupt keine „-logie“, auch keine Psychologie im westlichen Sinne. Die Lehre des Buddha ist vielmehr eine praktische, psychologisch fundierte Ethik.

Der historische Buddha formulierte seine Lehre jeweils bei konkreten Anlässen, wobei er immer die ganze innere und äußere Situation der Hörer berücksichtigte. Die Texte seiner Reden repräsentieren somit weder ein abstraktes, von den Kommunikationsteilnehmern losgelöstes Informationssystem noch eine bloß zum Lesen bestimmte literarische Schöpfung: Alle Aussagen beziehen sich vielmehr auf die erlebte Wirklichkeit (*yathā bhūta*) des Lebens. Dieser grundlegende Wirklichkeitsbezug aller Belehrungen ist in deren Überlieferung auf verschiedene Weisen enkodiert:

In den die Verhaltensregeln für Ordensmitglieder enthaltenen Texten findet man Begründungen und Beschreibungen von schwierigen Situationen, aus welchen die Regeln „hinausführen“ (*vinayati*) sollen.

Texte, welche die „durch das Hören vermittelte Weisheit“ (*suta-mayā-paññā*) enthalten, sind durch die einleitenden Worte „bei der Gelegenheit“ (*ekam samayaṃ*) an konkrete Lebenswirklichkeiten gebunden; diese *Sutten* sind also

„gelegenhetsgebunden“ im besten Sinne des Wortes! Zu den Sammlungen der Sutten gehören auch die traditionell am meisten geschätzten Verse des *Dhammapada* und *Udāna*, die „schlichten Gelegenheitsprüche“ des Buddha, deren Bezug auf die Wirklichkeit des Lebens in getrennten Kommentaren tradiert ist.

Wie aber der Lebensbezug der nach meditativen Erlebnismatrizen systematisierten Texte des Abhidhamma durch die „Matrizenträger“ (*mātikā-dhārā*) gewährleistet ist, wird auf den folgenden Seiten ausführlicher beleuchtet.

Traditionellerweise wird die Lehre des Buddha primär im direkten persönlichen Kontakt überliefert, die Schriften spielen als Lernhilfe und Gedächtnisstütze eine sekundäre Rolle. Dies gilt insbesondere für den Abhidhamma, dessen Texte eigentlich nur im Kontext konkreter Praxis der Geistesschulung richtig begriffen werden können. Während der Jahrhunderte haben sich dennoch Spezialisierungen entwickelt, indem einige Nachfolger des Buddha nur gewisse Teile der sehr umfangreichen Überlieferung erfassten, bestimmte Methoden des Trainings vorzugsweise pflegten, Kommentare und Chroniken verfassten usw. Für alle sind aber die grundlegenden kanonischen Texte verbindlich, die als das Wort des Buddha gelten und in „Drei Körbe“ (*Ti-piṭaka*) eingeteilt sind:

1. *Vinaya-Piṭaka*, Sammlung der Verhaltensregeln für Mönche und Nonnen,
2. *Sutta-Piṭaka*, Sammlung der gelegenhetsgebundenen Lehrreden,
3. *Abhidhamma-Piṭaka*, Sammlung systematischer Darstellungen der Lehre.

2. Texte des Abhidhamma in Anwendung

Der Abhidhamma zeichnet sich in der Darlegungsform vor allem durch ein Aneinanderreihen von Bedingungen und Charakteristiken der erörterten Dinge aus. Wie die Lehrreden (*sutta*) sind auch die Texte des Abhidhamma gesprochene — also nicht geschriebene — sprachliche Gebilde. Das meditative Rezitieren der Texte ist ein Wiederholen ganzer Passagen, in welchen jeweils nur ein Begriff oder eine Begriffsgruppe verändert wird. Es sind also „Texte“ im ursprünglichen Sinne des Wortes, nämlich Geflechte und Gewebe von Faden und Kreuzungen der Bedeutungen.² Diese Formbesonderheit der Abhidhamma-Darlegungen, die übrigens auch in den gelegenheitsgebundenen Lehrreden des Buddha oft anzutreffen ist, hat mehrere Gründe. Der wichtigste Grund besteht wohl in der besonderen didaktischen Methode, die vom Buddha entwickelt wurde.

Der Buddha lehrte immer im direkten persönlichen Kontakt und nur, wenn er zuerst ein begründetes Vertrauen (*saddhā*) und gründliche Aufmerksamkeit (*yoniso manasikāra*) beim Schüler zustande gebracht hatte. Die Worte des Buddha waren dann vor allem Zeiger (*akkheyyā*), die auf erlebnismäßig evidente Fakten hinwie-

² Die Definition von Text, dessen Elementen, Bedeutungen, Kontext, Darlegungsform usw. gehört in den Bereich der Semiotik, die als Texte nicht nur literarische Gestaltungen sondern auch jene der Musik, Architektur, des Rituals usw. analysiert (Nöth 1985).

sen. Die Ausgangslage und danach die Abfolge der Lehrrede wählte der Buddha dem inneren Wandel entsprechend (*anuparivatti*), den der Zuhörer während dieser außerordentlichen Gelegenheit (*samaya*) erlebte. Der Buddha war unübertrefflich in seiner Fähigkeit als Lehrer, oft auch als Heiler, das Erleben des Schülers empathisch zu verstehen (*anubhūti*) und vollkommen zu erkennen (*anubodhi*). Die wiederholten Abfolgen der Wörter vergegenwärtigten dem Schüler während der Darlegung immer wieder das bereits Eingesehene und erlebnismäßig Verwirklichte in einer „Wieder-Holung“, zu der jeweils nur ein neues Element hinzukam. Dieses Vorgehen zielte auf ein kognitives Umwerten und Umstrukturieren des Erlebens der gegenwärtigen Gesamtsituation (*samaya*) und schließlich auf deren Transzendieren in einem emanzipatorischen Sprung (*abhisamaya*). Wenn die inneren Voraussetzungen (*pāramitā*) des Schülers es erlaubten, führte ihn der Buddha wie ein Wegweiser (*akkhātāra*) Schritt für Schritt durch Veränderungen des Bewusstseins bis zum ersten Erlebnis der Erleuchtung (*sotāpatti*, wörtlich: Stromeintritt), wie es in Lehrredenüberlieferungen dokumentiert ist.

Zu dieser sehr gerafften Skizzierung der abhidhammischen Lehrstrategie (*upakkama*) soll nur noch bemerkt werden, dass die Wiedergabe der eigentlichen methodischen Belehrung (*anusāsana*) in den Lehrredenüberlieferungen meistens in der Beschreibung der Umstände der Begegnung eingeflochten ist, während die Abhidhamma-Überlieferung nur den Kern der Belehrung, dafür aber mit allen verschiedenen möglichen Variationen wiedergibt.

Andere Gründe für die formale Besonderheit der Abhidhamma-Texte sind wohl auch in den kulturellen Gegebenheiten zu suchen, die zur Zeit der Entstehung und Weiterentwicklung des Abhidhamma walteten. Um die eigentliche Lehre des Abhidhamma, die zeitlos und transkulturell gültig ist, in unserer gegenwärtigen Kultur vollständig anwenden zu können, ist es daher vorteilhaft, über

den kulturellen Kontext zu reflektieren, der die damalige Episteme, sozusagen den Wissensboden der Epoche, prägte.³ Daher werden, vor der Erörterung einzelner Texte des Abhidhamma, im nächsten Kapitel einige Gegebenheiten der indischen Kultur zur Zeit der Entstehung des Abhidhamma behandelt.

Die besondere Form der Abhidhamma-Texte trägt hauptsächlich den Ansprüchen ihrer praktischen Anwendung Rechnung. Betrachten wir zur Erläuterung dieses Zusammenhangs die Anwendung der grundlegenden Matrizen von *Mātikā* (erster Text des *Dhammasaṅgaṇī* — ausführlicher erörtert im vierten Kapitel). Der Abhidhammika kennt die Matrizen auswendig — „he knows them by heart“ würde der Engländer sagen und damit ziemlich genau den abhidhammischen Ausdruck *hadayaṃ nissāya* (wörtlich: im Herzen sitzend) wiedergeben. Das heißt, dass der Abhidhammika während der Meditation, mit welchen Phänomenen er auch immer konfrontiert wird, sofort weiß, ob sie gut sind, ob sie zu pflegen und weiter zu entfalten oder zu meiden und durch achtsame Distanz zum Nachlassen zu bringen sind. Er muss also nicht die Meditation unterbrechen, um in seinen Büchern des *Abhidhamma*- oder *Sutta-Piṭaka* nachzusehen, damit er Entscheidungen für sein weiteres Vorgehen treffen kann. Vielmehr sind ihm die in seinem Herzen sitzenden Matrizen der verinnerlichteten Texte zuverlässige Kriterien für ein spontanes Beurteilen der Erlebenselemente.

³ Eine solche Reflexion erleichtern die epistemologischen Beiträge von Theodor Adorno (1966), Gregory Bateson (1981), Thomas Kuhn (1973) und insbesondere Michel Foucault (1974), der überzeugend gezeigt hat, dass jede Epoche einer Kultur ihre Wissenssysteme auf einer eigenen Episteme baut und dass wir weit davon entfernt sind, auch nur die Episteme des wissenschaftlichen Diskurses des vergangenen Jahrhunderts vollkommen zu begreifen.

Es gibt allerdings einige Gefahren des verkehrten Zugangs zu den Texten des Abhidhamma, denen vor allem jene Pseudokenner ausgesetzt sind, die diese Texte als eine rein denkerisch zu erfassende Scholastik betrachten und demzufolge den Abhidhamma gar als „trocken, weitschweifig und steril“ bezeichnen.⁴ Die Gefahren wohnen jedoch nicht dem Abhidhamma inne, sondern entweder der unheilvollen Motivation der Pseudokenner, über die am Ende des nächsten Kapitels die Rede ist, oder aber einem falschen Vorgehen beim Studium der Texte. Wenn man versucht, nur die Zusammenhänge zwischen den Begriffen zu verstehen und diese nicht in der Erlebenswirklichkeit der begrifflich benannten Phänomene meditativ verankert, dann können verschiedene wirklichkeitsfremde Begriffssysteme im Geiste des Pseudokenners entstehen, die mit imaginären Welten wie auch Wahnideen über den Abhidhamma gefüllt werden. Nur das meditative Kultivieren der auf das Körpererleben gerichteten Achtsamkeit kann vor diesen Gefahren schützen.

Damit unser Beispiel der praktischen Anwendung von Texten des Abhidhamma auch für einen mit buddhistischer

⁴ Die Übersetzerin von *Dhammasaṅgaṇī*, Caroline Rhys Davids (1900, *Introductory Essay*, Seite I), distanziert sich zwar von dem Urteil „dry, prolix and sterile“, beklagt aber die „many terms and formulæ taken out of that setting of occasion and of discourse enshrined in which we meet them in the Nikāyas“ (Seite XXV); sie bemangelt auch das Fehlen von „any clear method practised of definition according to genus and species, or of mutual exclusion among concepts“ (Seite XLI), was nach ihr „the only way by which we are able to master the infinite diversities and approximate uniformities of phenomena“ (Seite XL) ist. Auch hundert Jahre später erfahren wir immer noch von gewissen „Kennern der Lehre“ solche oberflächlichen, bloße Begriffe schätzenden Ansichten, die ihnen selbst jede lebensnahe, praktische Anwendung des Abhidhamma verunmöglichen.

Meditation nicht vertrauten Leser nachvollziehbar ist, beschränken wir uns auf die einfachsten Matrizen, die beim Erfassen der Gefühlsqualität benützt werden. Wir nehmen also eine grundlegende Matrix des *Mātikā*-Textes und eine der übrigen Matrizen des *Dhammasaṅgaṇī* (Nr. 1026),⁵ die der Matrix für die Unterscheidung

„angenehm | unangenehm | neutral“

subordiniert sind. Mit diesen Matrizen können weitere, zum Beispiel zwecks der Beurteilung der Erlebenselemente als

„zu entfaltend | zu überwindend“,

kombiniert werden. Grundsätzlich gilt in der Buddha-Lehre, dass keine Dinge mit unangenehmer Gefühlsqualität zu entfalten sind, wie dies zum Beispiel in der Lehrrede *Mahā-Dhamma-Samādāna-Sutta* des *Majjhima Nikāya* ausführlich erklärt ist. Das Studium des Abhidhamma setzt die Kenntnis der anderen Belehrungen (*vinaya, sutta*) voraus, in welchen verschiedene Modellfälle für die Anwendung der Abhidhamma-Matrizen enthalten sind. Das Wissen über die Modellfälle ist jedoch ein Wissen aus zweiter Hand. Im Training eines Abhidhammika geschieht die Anwendung der Matrizen vorzugsweise in Bezug auf sein konkretes Erleben.

Für das illustrative Beispiel der Anwendung von Matrizen haben wir also ein *Mātikā*-Text von *Dhammasaṅgaṇī* ausgewählt, der lautet:

⁵ Nummerierung nach der Übersetzung von Nyānaponika (1950). Der Unterschied zwischen einer grundlegenden Matrix (*nippadesa mātika*) des *Mātikā*-Textes und einer subordinierten Matrix (*sappadesa mātika*) für eine weitere Deutung des erkannten Phänomens wird im vierten Kapitel ausführlicher erklärt. In der Praxis beginnt man selbstverständlich mit Unterscheidungen nach nur zwei bis drei der grundlegenden Matrizen.

Sukhāya vedanāya sampayuttā dhammā |
dukkhāya vedanāya sampayuttā dhammā |
adukkhāya vedanāya
sampayuttā dhammā | |

Durch angenehmes Gefühl begleitete Dinge,
durch unangenehmes Gefühl begleitete Dinge,
durch indifferentes Gefühl begleitete Dinge.

Die Anwendung dieser Matrix wird instruiert im Rahmen der in *Mahā-Satipaṭṭhāna-Sutta (Dīgha Nikāya)* beschriebenen Meditation. Man lernt da, alle Erlebensmomente nur gemäß ihrer Gefühlsqualität zu erfassen und zu benennen, wodurch der Ablenkung von dem Meditationsobjekt vorgebeugt wird, die sich im assoziativem Denken, Tagträumen usw. fortsetzen würde. Erst wenn diese Übung in einigen hundert Stunden gemeistert worden ist, werden auch die weiteren, schon erwähnten subordinierten Matrizen des *Dhammasaṅgaṇī* eingeübt, die zu einer spontanen Beurteilung der Bewusstseinsstufen-Zugehörigkeit, Heilsamkeit nach spezifischeren Kriterien usw. befähigen. Diese Matrizen sind von den *Mātikā*-Matrizen koordiniert und dienen als Paradigmen für das Erkennen weiterer Aspekte des jeweils erlebten Phänomens. Ein relevanter Teil einer solchen Matrix (Nr. 1026) lautet:

Katame dhammā sukhāya vedanāya sampayuttā | |
Sukha bhūmiyaṃ | kāmāvacare | rūpāvacare | ...

Welche Dinge sind mit freudigem Gefühl verbunden?
Auf einem Boden freudigen [Bewusstseins], in der
Sinnensphäre, in der feinkörperlichen Sphäre
[entstandene] ...

Versuchen wir nun die Anwendung auf eine quasi-konkrete Schilderung einer Meditationserfahrung: Im Fluss des Erlebens taucht eine Lichterscheinung auf. Der Meditierende lässt sich nicht zu ausschmückenden Vorstellungen und Gedanken verleiten, sondern benennt das Phänomen nur als „angenehm“ gemäß den Kriterien der oben zitierten grundlegenden Matrix. Dann, ohne aus seinem Meditationsgebiet (*gocara*) hinauszufallen, stellt er fest, welche Bewusstseinsfaktoren an diesem Erleben beteiligt sind, und ordnet das Phänomen gemäß einer subordinierten Matrix als der feinkörperlichen Sphäre (*rūpa loka*) einer gewissen Versenkungsstufe (*jhāna*) zu. Da er weiß, dass Haften (*upādāna*) — auch an einer sehr gehobenen Daseinsform — Leiden verursacht, lässt er dem weiteren Erleben einen freien Lauf. Denn er versteht, dass das Phänomen zwar von einem gewissen Gesichtspunkt als zu entfaltend gilt, dass es aber nicht das höchste Ziel der Emanzipation darstellt. Das Erlebte wird also zuerst im universellen Rahmen einer grundlegenden Matrix unterschieden und eingeteilt, dann nach subordinierten Matrizen weiter analysiert und beurteilt, schließlich wird es so umgedeutet, dass es dem Fortschritt im emanzipatorischen Training zuträglich ist.

Es würde weit über den Rahmen der vorliegenden Übersichtsarbeit hinausführen, weitere technische Einzelheiten zu erörtern. Die Anwendung der in Abhidhamma-Texten enthaltenen Matrizen dient mehreren Zwecken, die als Orientierung in der Vielfalt der Phänomene, Überwindung des Leidbringenden und Kultivierung des Glücklichen bis zu dessen höchster Verfeinerung, die alles Dasein transzendiert, zusammengefasst werden können. Die Beherrschung der Matrizen stellt nicht nur ein Wissen, sondern darüber hinaus ein befreiendes Können und Fertigkeiten des Umgangs mit Erlebensprozessen dar. Sie bringt mit sich die Fähigkeit eines meisterhaft „blitzschnellen und diamantenen“ (*vijju-upamā*, *vajira-upamā*, Matrizen Nr. 1344, 1345) Steuerns des eigenen Bewusstseinsvehikels

auf den „magischen Machtfährten“ (*iddhi-pāda*) und macht es möglich, sich willentlich, von den Grundlagen der Achtsamkeit (*satipaṭṭhāna*) ausgehend, in das Glück göttlicher Welten (*brahma loka*) verschiedener höherer Bewusstseins-ebenen zu versetzen und sie zu transzendieren.

Bevor wir uns eingehender mit den Texten auseinandersetzen, die mit solch blumigen Gleichnissen (*upamā*) die Welt des Abhidhamma erfassen und für die Beschreibung verschiedener Bewusstseinszustände gar eine mythisch anmutende „soziale Stratifikation“ von Göttern (Matrizen Nr. 1327 bis 1331) benützen, wollen wir uns im nächsten Kapitel mehr Klarheit über den kulturellen Kontext ihrer Sprache verschaffen.

3. Der kulturelle Kontext

Die Kommentare des Buddhaghosa Mahāthera zum Abhidhamma Kanon, die sich durch sachliche Klarheit, gelehrte Nüchternheit und kritische Rationalität auszeichnen, sind eine der wertvollsten Quellen auch für Verständnis der kulturellen Gegebenheiten. Überraschenderweise hält aber der erste Band dieser Kommentare in den einleitenden Versen fest, dass der Buddha kurz nach seiner Erleuchtung den Abhidhamma zum ersten mal seiner verstorbenen Mutter gelehrt hat, die bereits in einer der höheren Götterwelten wiedergeboren war.⁶ Nun könnte man dies für eine kulturell bedingte metaphorische Formulierung halten und unter Anwendung moderner Methoden strukturalistischer Mythenforschung oder psychoanalytischer Deutung eine für uns zeitgemäße Umformulierung vornehmen, zum Beispiel: Der Buddha hätte in einem inneren Dialog mit der introjizierten Muttergestalt, seiner primären Wissensmatrix also, die Grundlagen seiner Lehre dargelegt.

Ein solches Vorgehen würde uns jedoch nur in unseren eigenen kulturspezifischen Kontext des Verstehens psychologischer und anthropologischer Begriffe verwickeln, der schon in wenigen Jahrzehnten als überholt und naiv anmuten dürfte. Dies ist oft mit Interpretationen der Wissenssysteme anderer Kulturen geschehen, obwohl diese Interpretationen noch vor einigen Jahrzehnten eine hohe Wissenschaftlichkeit für sich beanspruchten.

⁶ *Atthasālinī* (1979) Seite 1; dieser Kommentar wurde mehr als neunhundert Jahre nach Buddha, also im fünften Jahrhundert unserer westlichen Zeitrechnung, verfasst.

In unserer Übersicht vergegenwärtigen wir uns zuerst also nur die gesicherten Fakten über die äußeren Gegebenheiten des kulturellen Kontexts der historischen Epochen, in denen der Abhidhamma von dem Buddha grundlegend formuliert, von seinen Schülern und Mitarbeitern weiterentwickelt, auf späteren Konzilen seiner Nachfolger kanonisiert und schließlich von den Kommentatoren interpretiert wurde.

Zu Buddhas Zeiten gab es in Nordindien eine kulturelle Vielfalt.⁷ Es bestanden große Gegensätze zwischen hochgezüchteten, wahrscheinlich auch dekadenten, urbanen Gesellschaften einerseits und den primitiven agraren Dorfgesellschaften und naturgebundenen Stammeskulturen andererseits, aber auch Spannungen zwischen den ursprünglich ansässigen Bevölkerungsgruppen und den arischen Einwanderern.

Eine wichtige Subkultur stellten die Dissidenten und „Aussteiger“ dar, die sich aus allen Bevölkerungsgruppen rekrutierten und entweder als Einsiedler oder als Wanderasketen lebten. Ihr äußeres Erkennungsmerkmal war meist ein orangefarbenes Kleid, wobei es auch solche gab, die trotz Hitze und Frost immer nackt waren oder sich nur mit Gras und Baumrinde bekleideten. Einige dieser heimatlosen Heilssucher und Seher befolgten lokale Götterkulte und schamanische Praktiken, einige gehörten zu uralten Yoga-Traditionen, alle waren sie aber eine Herausforderung für die etablierte Priesterkaste der Brahmanen. Die Einstellung der Bevölkerung gegenüber dieser Subkultur war zwiespältig: Man verachtete sie zum Teil, weil ihr Unterhalt aus Betteln bestand, man fürchtete oder respektierte sie aber auch, vor allem wegen ihrer Kenntnis magischer Tricks und parapsychologischer Fähigkeiten.

⁷ Eine Übersicht über die verschiedenen Gebiete der alten Kultur Indiens gibt A.L. Basham (1971).

Die Bildung war damals in „neunzehn Wissenschaften“ eingeteilt: die Überlieferung, das konventionelle Gesetz, die Sāṅkhya-, Yoga-, Nyāya- und Vaiśeṣika-Philosophie, Arithmetik, Musik, Heilkunde, die vier Veden, die Purāṇen und Legenden, Sternkunde, Zauberei, Logik, Beschwörungskunst, Kriegskunst, Dichtkunst und die Zeichensprache.⁸ Wichtig ist hier zu bemerken, dass Grammatik, Literatur und Schreibkunst nirgends erwähnt werden, weil sie nicht gesondert in der uns geläufigen Form gelehrt wurden. Anders als zum Beispiel in unserer Kultur der Gegenwart existierte die Sprache nicht als ein eigenständiges Wesen, das getrennt oder gar entfremdet von der Wirklichkeit des Lebens, des Denkens und Sprechens, der Arbeit und der gesellschaftlichen Praxis ist.⁹

Es gab zwar die Schrift, das Schreiben wurde jedoch vor allem für kaufmännische Zwecke benützt. Die Texte der neunzehn Wissenschaften wurden nicht niedergeschrieben, sondern bei den Lehrmeistern auswendig gelernt. Was man als anwendbares Wissen besaß, brauchte nicht aufgeschrieben zu werden, nur was man zur Entlastung vergessen wollte, legte man schriftlich ab. Dies hat wahrscheinlich auch in Gebieten der Logik und Mathematik gegolten, die schon zur Zeit des Buddha hohe Standarde aufwiesen. Wir werden später sehen, dass die altindische Logik und Arithmetik auf eine eigenartige Weise in Texten des Abhidhamma eine Rolle spielen. Die Arithmetik benützte das dezimale System und erlaubte dadurch, mit Leichtigkeit auch komplizierte rechnerische Aufgaben zu lösen. Dies wurde dann etwa tausend Jahre später auch in unserer

⁸ Diese Aufzählung des *Milindapañha* (deutsch von Nyanatiloka 1985, Seite 28) ist wahrscheinlich schon zur Zeit des Buddha geläufig gewesen, obwohl die hier zitierte Schrift erst einige Jahrhunderte später datiert ist.

⁹ Vergleich hierzu Michel Foucault (1974).

Kultur realisiert, nachdem die Araber das dezimale System von Indien nach Europa gebracht hatten.

Von Ausbildungsstätten, die mit den Gymnasien griechischer Antike oder gar mit den Schulen europäischer Neuzeit vergleichbar wären, gibt es in Indien keine historische Evidenz. Monastische Universitäten, wie jene berühmten Vikramasilā und Nālandā, die ähnlich wie unsere mittelalterlichen Universitäten organisiert waren, sind erst ein Produkt der mehr als tausend Jahre blühenden buddhistischen Kultur gewesen. Älteste schriftliche Dokumentationen, mit Ausnahme von Inschriften auf Münzen und Gebäuden, sind in Indien die Edikte des buddhistischen Kaisers Asoka aus dem dritten Jahrhundert vor unserer Zeitrechnung. Zu dieser Zeit war aber die Lehre des Buddha und damit auch der Abhidhamma schon kanonisiert - jedoch noch nicht niedergeschrieben.

In Hinsicht auf die Entwicklung des Abhidhamma ist es sinnvoll, die folgenden fünf Epochen zu unterscheiden:

1. Die Zeit des Buddha und seiner unmittelbaren Schüler, in der die grundlegenden Paradigmen gesetzt wurden. Es war vor allem die Mitarbeit der drei *Mahātheras* (Großen Älteren) Sāriputta, Kaccāna und Anuruddha, die für die Formulierung des Abhidhamma ausschlaggebend war, wie aus der folgenden Besprechung einzelner Texte des Abhidhamma ersichtlich wird.
2. Die Zeitspanne der Kanonisierung zwischen dem Ersten Konzil des *Saṅgha* (Orden) unmittelbar nach dem Hinscheiden des Buddha und dem Dritten Konzil, das durch den Kaiser Asoka etwa zweihundert Jahre später veranlasst wurde. In dieser Epoche kam es zu einer Verbreitung des Dhamma im ganzen panindischen Kulturraum, und der Saṅgha hat große Unterstützung des Staates erfahren. Dies hat jedoch auch zum Bei-

tritt verschiedener Opportunisten in den Saṅgha und zu entstehenden Interpretationen des Dhamma geführt, was einer der Gründe für das Dritte Konzil war.

3. Die Sri Lanka Āra, die mit dem Einführen der Lehre des Buddha durch Mahinda Mahāthera, einen Sohn des Kaisers Asoka, begonnen hat und durch die erste Niederschrift des Kanons im ersten Jahrhundert vor unserer Zeitrechnung gekennzeichnet ist. Während dieser Zeit sind auch die Sinhala-Kommentare entstanden, die im fünften Jahrhundert unserer Zeitrechnung von dem aus Südindien stammenden Mahāthera Buddhaghosa ediert und zurück ins Pāli übersetzt wurden, damit sie auch dem indischen Saṅgha zugänglich waren. Noch vorher verfasste der ältere Zeitgenosse von Buddhaghosa, der Mahāthera Buddhadatta, die ersten Abhidhamma-Handbücher *Abhidhamma-Saṅgaha-Gantha*, *Abhidhammāvātāra* wie auch weitere Werke. Diese Handbücher sind also die ersten Bücher der Abhidhamma-Literatur, die nicht nur Wiedergaben und Kommentare des Kanons, sondern selbständige literarische Werke darstellen. Die Werke von Buddhadatta dienten dann später, etwa im elften Jahrhundert unserer Zeitrechnung, als Vorlage für das heutzutage populärste Handbuch des Abhidhamma, den *Abhidhamma-Attha-Saṅgaha* von Anuruddha Mahāthera.
4. Die Burma Ara seit der Wiederherstellung der Theravāda Tradition im zwölften Jahrhundert unserer Zeitrechnung. In dieser Epoche, die eine Kontinuität bis in die Gegenwart aufweist, erfuhr die praktische Anwendung des Abhidhamma auch in breiteren Schichten der Bevölkerung eine ungewöhnliche Popularität. Die von Sri Lanka ein-

geführten Handbücher des Abhidhamma spielten dabei eine instrumentale Rolle sowohl beim Studium des Abhidhamma Kanons wie auch bei der praktischen Anwendung des Abhidhamma in Meditation und Alltag.

5. Das Zeitalter der modernen Literatur über Abhidhamma seit letztem Jahrhundert, die sich vor allem mit philologischen Fragen auseinandersetzt.

Offensichtlich hat jede Epoche den Abhidhamma mit anderen kulturbedingten Problemen konfrontiert. Es würde weit über den Rahmen unserer Übersicht hinausführen, auch nur die wichtigsten Charakteristiken aller fünf oben aufgezählten Epochen zu sichten.¹⁰ Daher wird bei der folgenden Besprechung einzelner Texte des Abhidhamma wahlweise nur auf einige kulturelle Gegebenheiten hingewiesen, die es erleichtern, die Eigenart und Anwendung des Abhidhamma zu verstehen.

Gleich in welcher Kultur man lebt, es müssen gewisse Voraussetzungen erfüllt werden, um den Abhidhamma auf eine Weise zu erfassen, zu lernen und anzuwenden, die sinnvoll und dem eigentlichen Zweck entsprechend ist. Diese Voraussetzungen befinden sich außerhalb der Texte in der persönlichen Einstellung und Motivation des Lernenden. Man muss begriffen haben, wozu die Lehre des Buddha führt, was sie beabsichtigt, was ihr Ziel ist. „Die gut erfasste Lehre führt zum Fortschritt und zum Glücklichsein für lange Zeit“ — diese Worte des Buddha werden im Kommentar zum Ersten Opus des Abhidhamma Kanons¹¹ in diesem Zusammenhang zitiert und es werden dasselbst auch drei mögliche Motivationen analysiert:

¹⁰ Die Einführung in ein detailliertes Studium dieses Themas gibt Heinz Bechert (1966f).

¹¹ *Atthasālinī* (1979) Seite 23.

Eine erste Motivation für Studium und Anwendung des Abhidhamma ist das Erreichen der Erleuchtung und die Befreiung vom Leiden.

Eine zweite ist die Motivation desjenigen, der dieses emanzipatorische Ziel mindestens teilweise erreicht hat und wie ein Schatzmeister die Lehre verwaltet.

Eine dritte, falsche Motivation ist die eines Menschen, der die Texte studiert, um mit anderen argumentieren zu können und verschiedentlich Missbrauch zu treiben. Diese dritte Art des Erfassens der Texte wird mit einem Versuch eine Giftschlange zu erfassen verglichen. In den beiden Fällen des rechten Erfassens, muss die Bedeutung der Texte richtig begriffen, ganzheitlich und an deren Haupt erfasst werden. Das falsche Erfassen greift irgendeinen Teil heraus und, mit den Worten des Gleichnisses, fasst die Giftschlange an irgendeiner Körperstelle an. Die jeweiligen Konsequenzen kann man sich bildlich vorstellen.

4. Texte der kanonischen Epoche

Das Haupt aller Abhidhamma-Texte ist die *Mātikā*, die „Aufzählung von Matrizen“, ein Text, der am Anfang aller Rezitationen des Abhidhamma steht. In der Niederschrift umfasst der Text von *Mātikā* ungefähr acht Druckseiten und ist in allen Editionen am Anfang des Ersten Opus des *Abhidhamma-Piṭaka* platziert. Die *Mātikā* enthält die grundlegenden Paradigmen des Abhidhamma, sie listet die Parameter auf, nach denen der ganze Abhidhamma Kanon strukturiert ist.¹²

Mātikā besteht aus zwei Gruppen von Texten: *Abhidhamma-mātikā* und *Suttanta-mātikā*. Diese Zweiteilung gibt unter anderem Kriterien für Unterscheidung zwischen der abhidhammischen Lehrdarlegung und der an konkrete Gelegenheiten gebundenen Darlegung in den Suttan. Dennoch werden Analysen gemäß der Suttanta-Matrizen auch in den abhidhammischen Texten vorgenommen. Es muss auch gleich vorausgeschickt werden, dass die *Mātikā* kein „Inhaltsverzeichnis“ ist, das die Einteilung der Texte auf eine Weise wiedergibt, wie wir es von einem Buch gewohnt sind. Eine inhaltsverzeichnisähnliche Einteilung der Texte wird später in diesem Kapitel angeführt.

¹² Nyānaponika Mahāthera behandelt die *Mātikā* ausführlich in dem von ihm neu editierten Übersichtswerk des Nyānatiloka (1983). Eine deutsche Version dieses Übersichtswerks ist nur als unveröffentlichtes Manuskript vorhanden.

Die *Mātikā* enthält Matrizen, die aus Dyaden und Triaden von Begriffen bestehen, die alle Phänomene nach bestimmten Aspekten einteilen. Es gibt einerseits koordinierende Dyaden und Triaden, die das ganze Universum umfassen — oder besser gesagt, durch das ganze Universum hindurch die jeweilige Unterscheidungsdimension legen — und daher als „unbeschränkt“ (*nippadesa*) gelten; andererseits gibt es Dyaden und Triaden zur Anwendung auf eine bereits definierte epistemische Grundlage (*pada*), die nur einen beschränkten Bereich des Universums umfassen. Sie stellen daher beschränkte (*sappadesa*) Erkenntnismatrizen dar, die den unbeschränkten Erkenntnismatrizen subordiniert sind. Während die Mehrheit der hundert abhidhammischen Matrizen unbeschränkt ist, sind achtunddreißig der zweiundvierzig Suttanta-Matrizen beschränkt.

Das Begreifen von *Mātikā* ist eine notwendige Voraussetzung für das Verstehen des epistemologischen Aufbaus und der praktischen Anwendung von Texten des Abhidhamma. Für unsere Zwecke werden hier als konkrete Beispiele nur die ersten drei Triaden der *Abhidhamma-mātikā* angeführt:

1. Kusalā dhammā | akusalā dhammā | avyākatā
dhammā ||

Heilsame Dinge, unheilsame Dinge, neutrale Dinge.

2. Sukhāya vedanāya sampayuttā dhammā |
dukkhāya vedanāya sampayuttā dhammā |
adukkham-asukhāya vedanāya sampayuttā
dhammā ||

Durch angenehmes Gefühl begleitete Dinge,
durch unangenehmes Gefühl begleitete Dinge,
durch indifferentes Gefühl begleitete Dinge.

3. Vipākā-dhammā | vipākadhamma-dhammā |
n'eva-vipāka-n'avipākadhamma-dhammā | |

Karmisch bewirkte Dinge; Dinge, die karmisch
wirken;
Dinge, die weder karmisch bewirkt noch
wirkend sind.¹³

Die Matrizen (*mātikā*) aus dem *Mātikā*-Text gliedern also alle Inhalte der gesamten Lehre des Buddha im allgemeinen und beeinflussen auch die formalen Anordnungen der übrigen Haupttexte des Abhidhamma im besonderen. Als Haupttexte gelten dabei jene weiter unten erörterten Texte des Ersten Opus *Dhammasaṅgaṇī* und des Siebten Opus *Paṭṭhāna*, soweit diese durch keine anderen subordinierten Matrizen eingeführt werden. Wie schon gesagt, die *Mātikā* kann daher nicht als ein „Inhaltsverzeichnis“ betrachtet werden. Sie gibt vielmehr Kriterien dafür, wie man die in den Texten aufgezählten und analysierten Phänomene in der Praxis beim konkreten Vorgehen des Geistestrainings als Erlebenselemente erfasst. Es handelt sich dabei also nicht um eine Einteilung der Texte sondern um die Einteilung der in den Texten behandelten Phänomene in Matrizen.

Bevor die Einteilung der Abhidhamma-Texte einem „Inhaltsverzeichnis“ gemäß erörtert wird, besprechen wir noch eine alternative Einteilung der gesamten Buddha-Lehre, die sich mit der in *Kapitel 1* angeführten kanonischen Einteilung in „Drei Körbe“ (*Tipiṭaka*) nicht ganz deckt. Es ist möglich, dass dies eine ältere Einteilung ist, die nach der Kanonisierung der Lehre weniger gebräuchlich wurde. Sie gliedert den Dhamma in fünf Sammlungen (*Nikāya*) von Texten, die traditionell von verschiedenen Mönchsgruppen auswendig gelernt und verwaltet werden:

¹³ Auf die inhaltliche Zusammenhänge wird im sechsten Kapitel kurz eingegangen.

1. *Dīgha Nikāya*, Sammlung langer Lehrreden (34 Sutten),
2. *Majjhima Nikāya*, Sammlung mittlerer Lehrreden (152 Sutten),
3. *Saṃyutta Nikāya*, Sammlung gruppierter Lehrreden (7762 Sutten),
4. *Aṅguttara Nikāya*, Sammlung angereicherter Lehrreden (9557 Sutten),
5. *Khuddaka Nikāya*, Sammlung der übrigen Texte, bestehend aus dem ganzen *Vinaya-Piṭaka*, dem ganzen *Abhidhamma-Piṭaka* und fünfzehn weiteren Gruppen von Texten (zum Beispiel *Dhammapada*, *Suttanipāta*, *Itivuttaka*, *Jātaka*, *Paṭisambhidā-Magga* usw).¹⁴

Wie aus dieser Aufzählung ersichtlich, werden die fünf Nikāyas weiter unterteilt. Die Texte nur des *Abhidhamma-Piṭaka* haben in den vollständigen modernen Druckausgaben einen Umfang von mehr als sechstausend Seiten.

¹⁴ Diese Aufzählung findet sich auch in *Atthasālinī* (1979) auf den Seiten 18 und 26. Einzelne abhidhammischen Texte kommen teilweise oder auch ganz in den verschiedenen Nikāyas vor, so zum Beispiel die *Saṅgīti-Sutta* des *Dīgha Nikāya* in *Dhammasaṅgaṇī* und die *Mahā-Vibhaṅga-Sutta* des *Majjhima Nikāya* in *Vibhaṅga* des *Abhidhamma-Piṭaka*; fast alle Texte der abhidhammischen Abhandlung *Puggala-Paṇṇatti* (*Abhidhamma-Piṭaka*) sind in der *Aṅguttara Nikāya* enthalten usw. Die abhidhammischen Mātikā werden zum Beispiel auf der Seite 117 im Band I des *Aṅguttara Nikāya* als solche erwähnt und einzelne ihrer Begriffsanordnungen findet man praktisch in allen fünf Nikāyas wieder. Interessanterweise wird *Abhidhamma-Piṭaka* zu der Sammlung *Khuddaka Nikāya* zugeordnet, in der sich auch die gemäß historisch-philologischer Forschung ältesten Texte (zum Beispiel *Suttanipāta*) befinden, die in den anderen Nikāyas gar nicht vorkommen oder nur teilweise zitiert werden.

Dieser große Umfang macht es nötig, den *Abhidhamma-Piṭaka* weiter in handlichere Teile zu gliedern, die innerhalb einer Sitzung von den Abhidhammikas rezitiert werden können. Eine Rezitationssitzung (*bhāṇavāra*) umfasst gewöhnlich 250 Verse, was meistens jedoch nicht genügt, um ein durch die *Mātikā* bestimmtes Thema abzuhandeln. Daher werden die Texte in Einheiten eingeteilt, die - manchmal aus mehreren Rezitationen bestehend - jeweils ein abgeschlossenes Opus, eine Abhandlung (*pakaraṇaṃ*), darstellen.

Traditionellerweise ist der *Abhidhamma-Piṭaka* in sieben solche Einheiten eingeteilt, von denen einige dem entsprechen, was wir ein Buch oder einen Band nennen würden, einige jedoch den Umfang mehrerer Bände haben. Es ist daher angemessener, über das Erste, Zweite usw. bis Siebtes „Opus“ (*pakaraṇaṃ*) statt über ein „Buch“ zu sprechen.¹⁵ Der *Abhidhamma-Piṭaka* ist also gemäß seinem Inhaltsverzeichnis in die folgenden sieben Opera oder Abhandlungen eingeteilt:

1. *Dhammasaṅgaṇī*, „Aufzählung der Phänomene“, bestehend aus den folgenden Textgruppen:
 - 1.1. *Mātikā*, Matrizen des Abhidhamma und Suttanta,
 - 1.2. *Cittuppāda-kaṇḍa*, Texte zur Erfassung der Bewusstseinsvorgänge,
 - 1.3. *Rūpa-kaṇḍa*, Erfassung der Körperlichkeit,

¹⁵ Der Begriff Buch (*pothaka* - dieser Ausdruck wird im Abhidhamma nie gebraucht) kommt erst in moderner Pali-Literatur vor. Der Begriff Band (*gantha*) wird seit der Sri Lanka Āra für die ersten Bücher gebraucht, die aus zusammengebundenen Palmblättern bestehen. Das erste Buch des Abhidhamma, das diesen Begriff sogar in seinem Titel trägt, ist das im nächsten Kapitel erörterte Handbuch *Abhidhamma-Saṅgaha-Gantha*.

- 1.4. *Nikkhepa-kaṇḍa*, Texte über Niederlegung der Phänomene,
- 1.5. *Atthuddhāra-kaṇḍa*, Erklärung des Sinns.
2. *Vibhaṅga*, „Die Analyse“, besteht aus achtzehn Textgruppen über die im ersten Opus aufgezählten Phänomene, die Wege zu ihrem Erfassen und die dafür notwendige Geistesschulung.
3. *Dhātu-Kathā*, „Erörterungen der Erlebenselemente“, besteht aus vierzehn Textgruppen in Form von Fragen und Antworten.
4. *Puggala-Paññatti*, „Typologie der Persönlichkeiten“, eingeführt durch eine Matrix (*mātika*), die sechs Arten von abhidhammischen wie auch umgangssprachlichen Begriffen (*paññatti*) unterscheidet.
5. *Kathā-Vatthu*, „Ergründen von Auffassungen“, besteht aus dreiundzwanzig Textgruppen, die in der Form von Dialogen falsche Deutungen des Dhamma widerlegen.
6. *Yamaka*, „Logische Paare“, besteht aus zehn Textgruppen, die formallogische Zusammenhänge der technischen Begriffe definieren.
7. *Paṭṭhāna* oder *Mahā-Pakaraṇam*, „Entstehungsbedingungen“ oder „Die Große Abhandlung“. Dieses Opus behandelt die Relationen und Interaktionen aller Phänomene auf Grund von vierundzwanzig Bedingtheitsarten (*paccaya*). Es gilt als der wichtigste und „unbeschränkte“ Teil der Lehre des Buddha.

Diese sieben Abhandlungen des *Abhidhamma-Piṭaka* stellen die Grundlage für alle situationsgebundenen Darle-

gungen (*sutta*) des Dhamma dar.¹⁶ Sie gelten als das Gebiet, das nur für einen vollkommen erleuchteten Buddha (*Sammāsambuddha*) in seiner Ganzheit erfassbar ist. Die von Buddha auf konkrete Gelegenheiten zwischenmenschlicher Begegnung abgestimmten Lehrreden, die den *Sutta-Piṭaka* ausmachen, sind Anwendungen einer immanent harmonischen Weisheit, nämlich des Abhidhamma. Die sieben Abhandlungen des *Abhidhamma-Piṭaka* enthalten erschöpfende Formulierungen dieser Weisheit als kohärentes Wissenssystem. Die systemimmanenten Zusammenhänge sind in mehreren Dimensionen, sozusagen in Querschnitten verschiedener Ebenen, definiert, die in der *Mātikā* als einzelne Matrizen aufgelistet sind.

Von den Gewohnheiten des gängigen Denkens ausgehend, muss man also mehrere Umstellungen vollziehen, um den Abhidhamma zu begreifen. Der erste Schritt verlangt, das lineale kausale Denken, das für die westlichen Wissenschaften immer noch charakteristisch ist, konsequenterweise in einen strukturellen Kontext von synchronen Relationen zu setzen.

Für jene, die fähig sind, auch das strukturelle Denken als wissenschaftlich gelten zu lassen, heißt es umgekehrt, auch für die Tatsachen der Prozesse offen zu bleiben und die Begrenztheit des bloß begrifflichen Theoretisierens anzuerkennen. Dabei hilft sicher ein Meditieren über die bildlichen Veranschaulichungen, die in den Lehrdarlegungen vorkommen. Das Erleben der Interaktion zwischen Person

¹⁶ Mit Ausnahmen von *Puggala-Paññatti* und *Yamaka* sind zumindest teilweise Übersetzungen aller Abhandlungen des *Abhidhamma-Piṭaka* auf Englisch vorhanden. Die englische Übersetzung von *Dhamma-saṅgaṇī* wurde schon im Jahre 1900 von C.A.F. Rhys Davids unter dem Titel *A Buddhist Manual of Psychological Ethics* veröffentlicht. Diese Übersetzung gründet allerdings auf einer unvollständigen und teilweise fehlerhaften Edition des Pāli Urtexts. Eine einwandfreie deutsche Übersetzung des *Dhammasaṅgaṇī* von Nyānaponika liegt seit 1950 als unveröffentlichtes Manuskript vor.

und ihrer Umwelt wird dort oft metaphorisch als ein Fluss dargestellt, dessen Bewegung, Strecke, Eigenart, Inhalt, Einbettung und Umgebung sich wandelt. Und die Erfassung der Wirklichkeit veranschaulicht man als Boot mit zwei Personen, die Begriff und Ding, oder in einer genaueren Wiedergabe, das Geistige und Körperliche (*nāma-rūpa*) in ihrer Verbindung repräsentieren.

Wenn diese so einfach besprochenen dennoch eher schwer zu vollziehenden Umstellungen unserer Denkgewohnheiten gelingen, kann der nächste Schritt folgen, der eine Flexibilität in der Anwendung alternativer Relationsnetze (*mātikā*) voraussetzt. Dabei ist, anders als zum Beispiel in modernen Disziplinen wie der Mathematik, oft keine direkte Übersetzung zwischen den alternativen Relationsnetzen möglich, weil es sich eigentlich um verschiedene, aufeinander nicht reduzierbare Erfassungsmatrizen handelt. Weiter ist zu bedenken, dass durch die Anwendung der Erfassungsmatrizen die Dinge nicht bloß erkannt, sondern auch gestaltet werden — und zwar nicht auf einer nur begrifflichen Ebene sondern als Elemente empirischer Wirklichkeit!

Um unsere gängigen Denkgewohnheiten noch weiter herauszufordern, muss bedacht werden, dass dem Abhidhamma nur ein dynamisch prozessuales Denken gerecht werden kann, das die ethisch gewertete Motivation berücksichtigt. Dass alle diese Umgestaltungen der Denkgewohnheiten nicht im bloß Gedachten durchführbar sind, sondern dass einige das Denken transzendierende Techniken der Geistesschulung benützt werden müssen, dürfte einsichtig sein.¹⁷ Es geht also beim Begreifen des Abhidhamma nicht darum, die Begriffe des Abhidhamma so zu beschnei-

¹⁷ Diese Techniken der Geistesschulung, in welchen die abhidhammische Matrizen als Kunstgriffe eingeübt und angewendet werden, gehören zur Meditation der einzelnen Phänomene und ihrer Beziehungen während der *Dhammānupassanā* in methodischer Übung von *Satipatṭhāna-Vipassanā*.

den, dass sie in das unsere, in einer westlichen Sprache enthaltene Weltbild ohne weiteres hineinpassen. Ein nicht entstellendes Begreifen der Texte des Abhidhamma verlangt also mehr als nur philologisch beziehungsweise philosophisch orientierte Deutungen und Vergleiche mit den Begriffen abendländischer Psychologie und anderer Wissenschaften.

Hinzu kommt noch, dass im *Abhidhamma-Piṭaka* nicht nur Texte enthalten sind, welche die Dinge der erlebten Wirklichkeit methodisch erfassen und umgestalten. Es gibt dort auch solche Abhandlungen, die sich mit den semantischen und formallogischen Beziehungen zwischen Begriffen befassen (zum Beispiel *Puggala-Paññatti* und *Yamaka*). Weiter gibt es dort auch Texte, die sich mit den verschiedenen leidensverursachenden, wirklichkeitsfremden Ansichten (*micchā diṭṭhi*) auseinandersetzen und damit eine Art Ideologiekritik ausüben (zum Beispiel *Kathā-Vatthu*). Für diese Texte sind die Paradigmen der ersten Lehrrede des Dīgha Nikāya (*Brahmajāla-Sutta*) und der ersten Lehrrede des Majjhima Nikāya (*Mūla-Pariyāya-Sutta*) leitend. Eine zusammenfassende Anwendung dieser Texte enthält das Fünfte Opus des *Abhidhamma-Piṭaka*, das gemäß Überlieferung erst während des von Kaiser Asoka veranlassten Dritten Konzils kanonisiert wurde.

Unter einigen Schriftgelehrten aus der Provenienz christlicher Buddhisten wie auch unter modernen Buddhisten gibt es Meinungsverschiedenheiten darüber, inwieweit die heute vorliegenden Formulierungen des *Abhidhamma-Piṭaka* vom Buddha selber stammen. Dies sind Zweifel, die hinsichtlich des Gehalts und der Anwendung von Abhidhamma irrelevant sind. Weitere Meinungsverschiedenheiten betreffen auch die Frage, was das eigentliche Buddha-Wort und was die erklärenden Kommentare sind. Diesbezüglich wollen wir an dieser Stelle bloß festhalten, dass auch der Buddha seine knappen (*ugghaṭita*) Darlegungen nachträglich, oft in derselben Lehrrede, selber zu kommentieren pflegte.

In allen fünf Nikāyas sind Beispiele dafür vorhanden, dass der Buddha eine knappe Lehrdarlegung gesprochen hat, die von einem seiner führenden Schülern, meistens von den Ordensälteren Sāriputta oder Mahā-Kaccā[ya]na, ausgeführt wurde. Es kam oft vor, dass der Belehrted danach zurück zum Buddha ging und eine Bestätigung der Richtigkeit der Ausführungen verlangte. Bei allen Lehrdarlegungen durch Buddhas Schüler, die in den kanonischen Texten enthalten sind, hat der Buddha eine solche Bestätigung gegeben; sie gelten daher auch als das Wort des Buddha. Dies ist freilich anders bei den literarischen Kommentaren späterer Epochen, die weiter unten erörtert werden.

Einen besonderen Stellenwert haben die Abhidhamma-Texte über die Vorgehensweisen und Prinzipien des Kommentierens und Lehrens, die von Mahā-Kaccāna gestaltet und von Buddha gutgeheißen wurden. Mahā-Kaccāna wurde vom Buddha als derjenige bezeichnet, „der an der Spitze derer steht, die kurze Darlegungen ausführlich erklären können“.¹⁸ Außer den in *Sutta-Piṭaka* vorhandenen Texten, die von Mahā-Kaccāna Thera gesprochen wurden, gibt es von ihm auch die folgenden Abhandlungen¹⁹ über das didaktische Vorgehen der Lehrdarlegung:

1. *Peṭakopadesa*, „Erschließen des Piṭaka“,
2. *Nettipakaraṇaṃ*, „Abhandlung über die Menschenführung“,
3. *Vaṇṇanītigandha*, „Grundlagen der Veranschaulichung“,
4. *Niruttigandha*, „Grundlagen der Bedeutungsanalyse“.

¹⁸ *Anguttara Nikāya* (1961) Band 1, Seite 23; deutsche Übersetzung von Nyānatiloka (1984) Band 1, Seite 27.

¹⁹ Aufgezählt nach *Gandhavaṃsa*, vgl. hierzu *Journal of the Pāli Text Society* (1886).

Die von Kaccāna Mahāthera dargelegten Texte enthalten eine Analyse der Dinge, die in der Lehrbeziehung zwischen Meister und Schüler entscheidend sind und die Vorgehensweisen bei der Darlegung des Dhamma bestimmen. Soweit auch eigentliche Darlegungen des Dhamma in diesen Abhandlungen von Kaccāna vorkommen, haben sie den Stellenwert von Beispielen und Veranschaulichungen. In der Terminologie moderner Semiotik würden wir sagen, dass es sich hier um die Analyse der Semiose, also um die Vorgänge kognitiver Verarbeitung der dargelegten Buddha-Lehre handelt, die pragmatisch in die emanzipatorische Praxis des Lernenden umgesetzt werden soll. Im Vordergrund steht als Phänomen oder Ding (*dhamma*) die Interaktion, die zwei konstituierende Bedingungen hat: das wirklichkeitsbezogene Sprechen des anderen und die eigene gründliche (wirklichkeitsverankerte) Auffassung (*parato ca ghoṣo saccānusandhi ajjhatañ ca yoniso manasikāro* – so der erste Satz des *Peṭakopadesa*).

Die Darlegung der Lehre wird in *Peṭakopadesa* und *Nettipakaraṇaṃ*, um hier konkrete Beispiele der abhidhammischen Semiotik zu geben, als Analyse von sechzehn Vermittlungsarten (*hāra*) behandelt. Die Analyse stützt sich dabei auf neun Paare von grundlegenden Erkenntnis-einheiten (*mūla-pada*), welche die Wurzel der heilsamen beziehungsweise leidverursachenden Dinge bezeichnen. Die eigentliche Vermittlung ist von folgenden Elementen getragen: Zeichen (*akkhara*) und Erkenntniseinheiten (*pada*), die kompakt vermitteln (*ugghateti*); Aussagen (*byañjana*) und Metaphern (*ākāra*), die differenziert vermitteln (*vipañcayati*); Bedeutungserklärungen (*nirutti*) und Darstellungen (*niddesa*), die Einzelheiten ausführlich erörtern (*vitthāreti*).²⁰

²⁰ *Nettipakaraṇaṃ* (1961) Seite 9; englische Übersetzung von Ñāṇamoli (1977) Seite 19; das Paradigma wird hier auf einen von Buddha gesprochenen Text aus dem (*Majjhima Nikāya*, 1979, Band 1, Seite 280) angewendet. Dies ist nur eines von

Eine Auseinandersetzung mit diesen semiotischen und epistemologischen Fragen ist eine notwendige Voraussetzung für ein richtiges Verstehen der Texte des Abhidhamma. Die wohl am klarsten in *Nettipakaraṇaṃ*, dargestellte Lehrmethode wurde durch die „Alten Lehrer“ (*porāṇa*) mittels direkter interpersoneller Praxis den späteren Generationen weitergegeben. Dieselben methodischen Prinzipien bestimmten dann auch die Arbeitsweise der Verfasser von den literarischen Kommentaren und Handbüchern der Sri Lanka Āra.²¹

mehreren Paradigmen der Semiose. Die Analyse kann zum Beispiel auch den motivierenden Grund (*nidāna*) einer Darlegung, die verwendeten Zeichen (*akkhara*), das dabei vorgenommene Benennen (*nāma*), die poetische Form (*kavi*) usw. unterscheiden (*Samyutta Nikāya*, 1973, Seite 38). Versuche, diese semiotischen Elemente auf Aspekte der Niederschrift zu reduzieren (zum Beispiel *akkhara* auf Buchstabe und *pada* auf Begriff), widersprechen sowohl den Tatsachen des historischen Kontexts (vgl. Kapitel 3.) als auch den technischen Erklärungen des Kaccāna Mahāthera.

²¹ Dies belegt auf eine eindruckliche Weise Bhikkhu Nāṇamoli in einem Anhang zu seiner englischen Übersetzung von *Nettipakaraṇaṃ*, (1977). Gemäß der Tradition wurden die Texte von *Nettipakaraṇaṃ*, und *Petakopadesa* auf dem Ersten Konzil gleich nach dem Hinscheiden des Buddha kanonisiert; Nāṇamoli (*op. cit.*) macht auf die Möglichkeit von späteren Erweiterungen dieser Texte aufmerksam.

5. Texte der Abhidhamma-Literatur

Literarische Werke enthalten Informationen, Konstellationen sprachlicher Formen und inhaltlicher Verlaufsmuster, die ihnen auch außerhalb ihres ursprünglichen kulturellen Kontexts einen literarischen Wert sichern. Diese relative Unabhängigkeit der Literatur von der lebendigen Umgebung, in der sie entstanden ist und die sie wiedergibt, kann sehr weit gehen. So zum Beispiel im Falle des Altägyptischen haben wir heute überhaupt keine Ahnung über den Klang der Sprache und machen nur Spekulationen über deren Grammatik; trotzdem glauben wir, einiges des Wissens verstehen zu können, das in der altägyptischen Literatur enthalten ist.

Der Einwand ist wohl angebracht, dass in solchem Falle zwar die formale Schale eines sprachlichen Gebildes entziffert, dessen Gehalt aber nur vermutet werden kann. Auch die im Rahmen der Buddha-Lehre zugelassenen Erinnerungen an frühere Leben, die wohl auch bei einigen modernen Autoren eine Rolle spielen, können nach unseren abendländischen Kriterien höchstens als Quellen der Inspiration gelten, die man durch äußerlich zugängliche Fakten überprüft. Einer, der Hieroglyphen entziffert, kann zwar subjektiv von seinen Wiedergeburtserinnerungen sehr profitieren, die Würdigung der Ergebnisse seiner Arbeit hängt jedoch von objektiv zugänglichen Tatsachen ab.

Bezüglich der Abhidhamma-Literatur sind wir allerdings in der glücklicheren Lage, dass uns der immer noch lebendige Kulturhintergrund ihres Ursprungs objektiv zugäng-

lich ist. In abgelegenen Dörfern vor allem des Hochlands und Mittellands von Sri Lanka, die vom westlichen Kolonialismus und der modernen Akkulturation immer noch relativ wenig beeinflusst sind, blieben die rudimentären Muster des Alltagslebens seit Jahrhunderten unverändert. Obwohl die dort ansässigen *Bhikkhus* (Mönche) keine Spitzen der Abhidhamma-Gelehrsamkeit darstellen mögen, sind sie dennoch mit den kanonischen Texten vertraut und benützen deren Paradigmen in Predigten, Lehrdarlegungen und Beratungen. Auch die Laienlehrer und Heiler, die *Gurunnanse* und *Yakāduro* genannt werden, gründen ihre pädagogische und kurative Praxis auf den Paradigmen des Abhidhamma. Diese Traditionen im heutigen Alltag jener Menschen, die den von Buddha gelehrt Dhamma immer noch praktisch benützen, sind für das Verständnis der Metaphern und illustrierenden Gleichnisse aufschlussreich, die in der Abhidhamma-Literatur vorkommen. Die zu solchem Verständnis beitragende Forschung der Anthropologen, Ethnologen und Ethnopsychologen hat bisher aber nur wenig die Abhidhamma-Forschung beeinflusst.²²

Die Ursprungskultur der Abhidhamma-Literatur, wie sie in traditionell dörflichen Gegenden Sri Lankas überlebt, unterscheidet sich wohl weniger von der nordindischen Kultur, in der die Texte des kanonischen Abhidhamma entstanden sind, als von der westlichen Kultur, die unser unreflektiertes Verständnis des Buddhismus normalerweise prägt. Es kann nicht erwartet werden, dass jeder, der die langzeitlich im Alltag bewährten, konkreten Anwendungsweisen von Dhamma und Abhidhamma begreifen will, einmal Ferien in einem traditionellen srilankischen Dorf verbringt oder die ethnologischen Forschungsberichte von

²² Bei der Interpretation des lebenden kulturellen Kontexts der Anwendungen von Abhidhamma helfen zum Beispiel die Arbeiten von Michael Carrithers (1983), Richard Gombrich (1971), Bruce Kapferer (1983), Gananath Obeyesekere (1984) und Beatrice Vogt Frýba (1990), soweit sie den Alltag in traditioneller Gesellschaft beschreiben.

dieser Gegend studiert. Wertvolle Hilfe gibt hier jedoch die Lektüre von leicht lesbaren und unterhaltsamen Büchern von Zeitgenossen, die das Leben in dieser Gegend aus direkter Erfahrung kennen.²³ Einen anderen wertvollen Zugang zum Begreifen der Ursprungskultur der Abhidhamma-Literatur vermittelt die Lektüre von Märchen aus Sri Lanka in der sehr ansprechenden Herausgabe von Eckard Schleberger (1985).

Die Abhidhamma-Literatur verbreitete sich spätestens seit dem sechsten Jahrhundert unserer Zeitrechnung auch in China²⁴ und ungefähr seit dem zehnten Jahrhundert in Tibet sowie weiteren Ländern Südost- und Ostasiens. Man kann aber in Übereinstimmung mit chinesischen und japanischen Überlieferungen annehmen, dass literarische Werke über Abhidhamma und Meditation, wie zum Beispiel das uns nur auf Chinesisch erhaltene Handbuch *Vimutti-Magga* (Befreiungs-Weg) des Arahant Upatissa, schon im vierten Jahrhundert von Sri Lanka nach China gebracht

²³ Empfehlenswert sind zum Beispiel (a) der von Ortrun Froehling (1985) herausgegebene Sammelband mit Novellen moderner srilankischen Autoren, (b) der Erfahrungsbericht und die sozialwissenschaftlichen Reflektionen von Detlef Kantowsky (1985), sowie die romanhafte Verdichtung der Erfahrungen eines Mitglieds der kolonialen Verwaltungselite im südlichen Ceylon zu Beginn des Jahrhunderts (Woolf 1985).

²⁴ Wahrscheinlich aus dieser Zeit stammt *Gedatsu-Do-Ron*, die chinesische Version des *Vimutti-Magga* (englische Übersetzung Ehara et al. 1977). Interessanterweise wurde die japanische Teilübersetzung dieses Abhidhamma-Handbuchs für Meditationslehrer aus dem Tibetischen gemacht (Genjun H. Sasaki: *Vimuktimārga Dhutagaṇanirdeśa - Tibetan Text with Japanese Translation and Notes*, 1958). Der Autor von *Vimutti-Magga*, Mahāthera Upatissa, sollte in Abhayagiri Vihāra in Sri Lanka irgendwann nach dem Beginn unserer Zeitrechnung gelebt haben. Nach japanischen Forschungsergebnissen (Nagai 1919) ist er identisch mit dem in sinhalaischen Kommentaren mehrmals erwähnten Upatissa des ersten Jahrhunderts unserer Zeitrechnung.

wurden und erst später eine breitere Popularität erfuhren. Dies sind eher Beispiele für Anwendung und Integration des Abhidhamma in Kulturen, die sich in mehreren Aspekten stark von der Ursprungskultur unterscheiden. Dasselbe dürfte auch für die Blüte des Abhidhamma in der Kultur von Burma gelten, die seit dem elften Jahrhundert bis heute fort dauert. Wenden wir aber unsere Aufmerksamkeit Moment zurück in das Ursprungsgebiet des Abhidhamma.

Während der vorher im dritten Kapitel definierten „Sri Lanka Ära“ wurde die Lehrtradition auch auf dem indischen Festland durch Weiterentwicklungen bereichert. Sie wurde aber auch durch machtpolitische Größenansprüche und brahmanistische Sanskritisierung zum Teil entstellt. Eingehendere Auseinandersetzungen mit der Sanskrit-Literatur des Abhidhamma würden hier weit über den Rahmen unserer Übersicht hinausführen.²⁵ Eine Bereicherung der ursprünglichen Pāli-Tradition ist sicher das älteste uns erhaltene Werk der buddhistischer Literatur überhaupt, das in einer romanhaften Erzählung die Gespräche des Abhidhammika Nāgasena mit dem während des zweiten vorchristlichen Jahrhunderts in Nordindien herrschenden Griechenkönig Menandros unter dem Titel *Milinda-Pañha* (*Milinda* ist die Pālifom von Menandros) wiedergibt. Auch wenn *Milinda-Pañha* kein eigentliches Abhidhamma-Buch ist, gibt es gute Erklä-

²⁵ Sanskrit-Buddhismus auf dem indischen Festland hat irgendwann nach dem Beginn unserer Zeitrechnung die Unterscheidung zwischen den Sekten des *Hīnayāna* und *Mahāyāna* eingeführt. Sowohl *Hīnayāna*, vorallem die Anhänger des *Sarvastivāda* (*sarva* = alles, *asti* = existiert), als auch *Mahāyāna* Schulen des *Vijñānavāda* (*vijñāna* = Bewusstsein), *Madhyamika* (*madhyama* = Mitte) und weitere haben philosophisch interessante Weiterentwicklungen in ihren Doktrinen des *Abhidharma* hervorgebracht. Eine Übersicht der *Abhidharma*-Literatur geben japanische Autoren in *Encyclopaedia of Buddhism* (1961f).

rungen einzelner Begriffe des Abhidhamma, die auch für Leser in unserem abendländischen Kulturkreis leicht verständlich sind.²⁶ *Milinda-Pañha* stellt weder eine Zusammenfassung noch eine Weiterentwicklung des Abhidhamma dar. Alle späteren Entwicklungen des Abhidhamma, auch auf dem indischen Festland, stehen eindeutig unter dem Einfluss von Sri Lanka.

Es war in Indien bekannt, dass in Sri Lanka zusammen mit dem Fortsetzen der ununterbrochenen meditativen Tradition des Dhamma die „Alten Lehrer“ (*porāṇa-ācariyā*) auch sinhalaisische Kommentare (*sīhala-atthakathā*) zum Kanon verfassten. Die internationale Wertschätzung dieser sinhalaisischen Kommentare veranlasste Forschungsprojekte verschiedener damaliger Gelehrten. Das größte und historisch wichtigste war das Projekt des tamilischen Mahāthera Buddhaghosa und seiner sinhalaisischen Mitarbeiter, dessen Ergebnisse uns in schriftlichen Aufzeichnungen unverseht erhalten blieben. Buddhaghosa hat im fünften Jahrhundert unserer Zeitrechnung neben den Kommentaren zu einzelnen Nikāyas auch die Kommentare zu allen sieben Opera des Abhidhamma gesammelt, editiert, kompiliert und in die international benützte Pāli-Sprache übersetzt.²⁷ Die Arbeitsweise von Buddhaghosa wie auch von den späteren Kommentatoren Dhammapāla, Upasena und Mahānāma richtet sich nach den von Mahākaccāna in *Nettipakaraṇam* formulierten Prinzipien der Lehrdarlegung.²⁸ Bis in die Gegenwart sind es die Arbeiten von

²⁶ Deutsche Übersetzung von Nyānatiloka (1985). *Milinda-Pañha* ist seit dem Altertum in viele Sprachen übersetzt und als eine populäre Einführung in die Terminologie des Abhidhamma benützt worden.

²⁷ Die von Buddhaghosa kompilierten Kommentare zu den ersten zwei Opera des *Abhidhamma-Kanons* gibt es auch in englischen Übersetzungen von Pe Maung Tin (1920) und Nāṇamoli (1987). Eine deutsche Übersetzung der *Atthasālinī* von Nyānaponika ist als unveröffentlichtes Manuskript vorhanden.

²⁸ Siehe Fußnote ²⁰.

Buddhaghosa und seinen Mitarbeitern, welche die meisten Gelehrten als die Kommentare schlechthin verstehen.²⁹

Die Schriften von Buddhaghosa zeichnen sich durch hohe logische Konsistenz und formelle Geschlossenheit aus. Dies führte einerseits dazu, dass sie zum beliebten Gegenstand der Buddhismusforschung wurden, andererseits aber auch dazu, dass man sie oft als bloße Exegetik oder gar als Scholastik missverstanden hat. Doch ist in den Schriften von Buddhaghosa durchgehend der Bezug auf die Praxis der emanzipatorischen Lebensgestaltung und Meditation gewährleistet. *Sammohavinodanī*, der Kommentar zum zweiten Opus des *Abhidhamma-Piṭaka*, enthält sogar einige Meditationsinstruktionen der alten Lehrer (*porāna*), die nirgendwo sonst aufgezeichnet worden sind. Das Hauptwerk von Mahāthera Buddhaghosa ist ein sehr umfangreiches Handbuch für Lehrer des Dhamma mit dem Titel *Visuddhi-Magga* (Läuterungs-Weg), in dem alle Themen des Abhidhamma zusammengefasst sind. Dieses Buch gilt unter den modernen Gelehrten als die älteste und umfassendste Systematisierung der gesamten Lehre des Buddha, die von allen Schulen des Buddhismus hochgeschätzt wird.³⁰ Der *Visuddhi-Magga* ist in drei Teile gegliedert, die dem Training des ethisch förderlichen Verhaltens (*sīla*), der meditativen Geistesschulung (*samādhi*) und dem Kultivieren emanzipatorischer Weisheit (*paññā*) gewidmet sind.

Der thematische Aufbau des *Visuddhi-Magga* ist in Einzelheiten sehr ähnlich wie jener des oben erwähnten, älteren Meditationshandbuchs *Vimutti-Magga* von Upatissa, das

²⁹ Eine tiefgehende Analyse der gesamten kommentariellen Literatur leistet E.W. Adikaram (1946). Weitere interessante Hinweise geben B.C. Law (1923) und G.P. Malalasekera (1928).

³⁰ Die Übersetzungen des *Visuddhi-Magga* ins Deutsche von Nyānatiloka (1975) und ins Englische von *Nānamoli* (1975) werden von zeitgenössischen Psychologen als die wichtigste Referenz über Methoden der buddhistischen Geistesschulung benützt - so zum Beispiel bei Charles Tart (1978).

Buddhaghosa offensichtlich als Vorlage diente. Es gibt aber auch einige wichtige Unterschiede zwischen diesen beiden Werken.³¹ Während bei Upatissa das Vorgehen der Meditationstechniken als der Weg zum Begreifen des Abhidhamma im Vordergrund steht, betont Buddhaghosa mehr die begriffliche Systematik. Am eindrücklichsten kommt dieser Unterschied zum Vorschein im Bezug auf das Paradigma der fünf Persönlichkeitskomponenten (*pañca-khandha*). Upatissa behandelt dieses Paradigma als Mittel (*upāya*) der Meditation, von Buddhaghosa werden die fünf Persönlichkeitskomponenten als quasi-ontologische Kategorien erörtert. Obwohl der Inhalt beider Werke weitgehend identisch ist, führt Buddhaghosa eine Systematisierung des emanzipatorischen Fortschritts hinzu und benützt dabei zur Gliederung des ganzen *Visuddhi-Magga* das Paradigma von sieben Stadien der emanzipatorischen Läuterung (*Rathavinīta-Sutta*, *Majjhima Nikāya* 24), von denen Upatissa nur die ersten drei in *Vimutti-Magga* erklärt. Eine solche Gliederung des Inhalts nach den sieben Stadien der Läuterung findet man auch in einem anderen Werk der *Porāṇa*-Tradition, nämlich in *Abhidhammāvatāra*.

Abhidhammāvatāra (*avatāra* heißt wörtlich die „Herunter-bringung“, also: die Anwendung des Abhidhamma) ist das erste, nicht bloß kommentierenden Werk der eigentlichen Abhidhamma-Literatur, das wahrscheinlich im vierten Jahrhundert unserer Zeitrechnung von Mahāthera Buddhadatta verfasst wurde. Dieser sprachlich außerordentlich reiche Text besteht aus vierundzwanzig, meistens in Versen verfassten Kapiteln und hat in seiner neuzeitlichen Edition der Pāli Text Society einen Gesamtumfang von hundertvierzig Druckseiten.³² Es werden hier alle

³¹ Ein eingehender Vergleich wurde von P.V. Bapat (1937) unternommen.

³² Der Pāli-Text von *Abhidhammāvatāra* wurde editiert von Mahāthera Ambalangoda Buddhadatta in Sri Lanka am Anfang unseres Jahrhunderts und erschien dann zusammen

Themen des Abhidhamma mit Hinsicht auf die Praxis erklärt und damit ein ausschlaggebendes Fundament für die später zu entstehenden praktischen Handbücher des Abhidhamma gelegt. Es sind auch die Gelehrten darüber einig, dass *Abhidhammāvatāra* älter als *Visuddhi-Magga* ist; dennoch erwähnt Mahāthera Buddhaghosa dieses Werk nirgendwo. Eine quasi-mythische Überlieferung berichtet, dass auf seiner Reise von Indien Mahāthera Buddhaghosa den aus Sri Lanka kommenden Mahāthera Buddhadatta inmitten des Ozeans verehrungsvoll begrüßte und dafür von ihm aufmunternde Glückwünsche für seinen bevorstehenden Aufenthalt in Sri Lanka empfing.³³

Von den anderen Werken des Autors von *Abhidhammāvatāra*, Mahāthera Buddhadatta, interessiert uns hier insbesondere die erste Fibel des Abhidhamma mit dem Titel *Abhidhamma-Saṅgaha-Gantha* (wörtlich: Band der Zusammenfassung von Abhidhamma). Diese Fibel enthält nur eine im *Abhidhammāvatāra* diskursiv behandelte Matrix der Einteilung aller Phänomene in vier Gruppen von Erkenntniseinheiten, nämlich die Phänomene des Körperlichen (*rūpa*), der Bewusstseinszustände (*citta*), der Bewusstseinsfaktoren (*cetasika*) und das bedingungsfreie Nibbāna. Diese abhidhammische Matrix, das heißt die ganze Fibel *Abhidhamma-Saṅgaha*, ist ein Mittel (*upāya*) zur Anwendung im methodischen Meditationstraining von *Satipaṭṭhāna-Vipassanā*. *Abhidhamma-Saṅgaha-Gantha* ist deswegen auch unter dem Namen *Rūpa-Arūpa-Vibhāga* (Zerlegung des Körperlichen und Nichtkörperlichen) bekannt. Der Text von *Abhidhamma-Saṅgaha* enthält nur die grundlegenden Begriffe, die jeder Abhidhammika in praktischer Anwendung beherrschen muss.

mit anderen Werken des Autors in einem Sammelband mit dem Titel *Buddhadatta's Manuals* (1980).

³³ So die Erzählung *Buddhaghosa-Uppatti*, die in der Einleitung zur englischen Übersetzung von *Visuddhi-Magga* (Ñāṇamoli 1975) ausführlich wiedergegeben ist.

In der buddhistischen Literatur ist kein Kommentar zu *Abhidhamma-Saṅgaha* vorhanden. Es brauchte wahrscheinlich keinen — zusätzlich zu dem Kommentar zu *Abhidhammāvatāra*. Der Kommentar zu *Abhidhammāvatāra* wurde im zwölften Jahrhundert unter dem Titel *Abhidhamma-Attha-Vikāsaṇi* (Erörterung der Bedeutungen des Abhidhamma) von dem srilankischen Mahāthera Sumangala verfasst.³⁴ Es gibt allerdings einen heutzutage in den Theravāda Ländern sehr populären Text, der als eine erweiterte Version von *Abhidhamma-Saṅgaha* oder als komprimierte Version von *Abhidhammāvatāra* betrachtet werden könnte. Dieser Text hat den Titel *Abhidhamma-Attha-Saṅgaha* (Zusammenfassung der Bedeutungen des Abhidhamma).

Abhidhamma-Attha-Saṅgaha ist eine Sammlung der abhidhammischen Begriffe, welche im zwölften Jahrhundert unserer Zeitrechnung in Burma Mahāthera Anuruddha verfasst hat. Der Titel ausdrücklich besagt, dass es sich um eine Zusammenfassung der Bedeutungen (*attha*) des Abhidhamma handelt — also um ein Kompendium der abhidhammischen Terminologie und nicht um ein Mittel zur Anwendung in der Meditation. Es wurde vorhin gesagt, dass *Abhidhamma-Attha-Saṅgaha* als komprimierte Form von *Abhidhammāvatāra* betrachtet werden könne, was allerdings nur hinsichtlich der theoretischen Anwendung von Abhidhamma stimmt, dazu enthält *Abhidhamma-Attha-Saṅgaha* im letzten Kapitel eine systematische Auflistung aller grundlegenden Begriffe des Dhamma.³⁵

³⁴ Der Text von *Abhidhammatthavikāsaṇi* ist in keiner Bibliothek und auch in keinem der von mir besuchten srilankischen und burmesischen Klöster vorhanden.

³⁵ *Abhidhamma-Attha-Saṅgaha* ist vorhanden in zwei englischen Übersetzungen unter den Titeln *Compendium of Philosophy* (Shwe Zan Aung 1972) und *A Manual of Abhidhamma* (Mahāthera Nārada 1980), einer teilweisen deutschen Übersetzung von Lama Govinda (Ernst Hoffmann) unter dem Titel *Abhidhammattha-Saṅgaha* in der *Zeitschrift für Buddhismus*

Abhidhamma-Attha-Saṅgaha wird in der *Encyclopaedia of Buddhism* charakterisiert als „so streng gedrängt..., dass man kaum von einem Kompendium sprechen kann, sondern vielmehr von einem ausführlichen Inhaltsverzeichnis“. Diese Charakterisierung ist wohl nicht ganz gerechtfertigt, weil der Text auch viele einschlägige Beschreibungen psychischer Prozesse und Definitionen von Zusammenhängen zwischen Phänomenen enthält. Dennoch ist es offensichtlich, dass es sich um einen in Versen verfassten Text handelt, der zum Auswendiglernen gedacht ist und nur eine stichwortartige Gedächtnisstütze für weiteres Wissen darstellt. Daher wäre der eigentliche Text ohne weitere Erklärungen, respektive ohne eine umfassendere Kenntnis des Dhamma als eine selbständige Abhandlung schier unverständlich. Trotz aller Knappheit würde der eigentliche Text von *Abhidhamma-Attha-Saṅgaha* in englischer Übersetzung — ohne Begriffserklärungen in den Fußnoten — etwa fünfzig Druckseiten umfassen.

Auch zu *Abhidhamma-Attha-Saṅgaha* verfasste der vorher erwähnte Mahāthera Sumaṅgala einen Kommentar mit dem Titel *Abhidhamma-Attha-Vibhāvanī* (Erklärung der Bedeutungen des Abhidhamma).³⁶ Dieses Werk sichtet kritisch auch alle anderen bis zur Zeit von Sumaṅgala

(1927-1930, als Buchpublikation 1931), wie auch einer seit 1945 bisher unveröffentlichten vollkommenen deutschen Übersetzung von Mahāthera Nyānatiloka. Die als Nachtrag im Jahre 2007 verfasste Schlussbetrachtungen (siehe Kapitel 8) enthalten weitere up-to-date Information über dieses wichtige Werk der Abhidhamma-Literatur.

³⁶ Eine Veröffentlichung des Texts von *Abhidhamma-Attha-Vibhāvanī* herausgegeben von Mahāthera Saddhātissa ist bei Pāli Text Society in der Vorbereitung. An dieser Stelle will ich gegenüber dem kürzlich verstorbenen Ehrwürdigen Saddhātissa dafür meine Dankbarkeit zum Ausdruck bringen, dass er mir das Manuskript zur Verfügung stellte und einige Probleme der Deutung von Texten der Abhidhamma-Literatur mit mir ausführlich diskutierte.

bekanntesten Texte des Abhidhamma und der Abhidhamma-Literatur. Obwohl der Aufbau von *Abhidhamma-Attha-Vibhāvanī* dem inhaltsverzeichnisartigen Aufbau von *Abhidhamma-Attha-Saṅgaha* kommentierend folgt, handelt es sich um eine Monographie, die über Textvergleiche hinaus auch wichtige kulturelle Gegebenheiten beschreibt und erklärt; es ist also ein durchaus selbständiger Text der Abhidhamma-Literatur. Es gibt mindestens drei weitere Kommentare zu *Abhidhamma-Attha-Saṅgaha*, wovon eine besondere Erwähnung das am Anfang unseres Jahrhunderts von Mahāthera Ledi Sayadaw in Burma verfasste Werk *Paramattha-Dīpanī* (Klärung der höchsten Bedeutungen) verdient.

Es wurden hier alle wichtigen Werke der Abhidhamma-Literatur erörtert, ohne gesondert auf die einzelnen Teile des Kommentars (*atthakathā*) zu *Abhidhamma-Pitaka* und auf die weiter erklärenden Subkommentare (*anuṭṭikā*).

6. Fazit: Offene Problembereiche

Bei der Besprechung von Texten des Abhidhamma wurde wiederholt auf einzelne Disziplinen der westlichen Wissenschaft Bezug genommen. Es wurden insbesondere Logik und Arithmetik, Semiotik, Epistemologie, Psychologie, Didaktik und die Ethikforschung genannt. Der Begriff Text wurde breiter als philologisch gefasst³⁷ und daher entfielen die verschiedenen Problemstellungen der Linguistik und Literaturwissenschaft, die auch zu interessanten Befunden über Abhidhamma führen können. Ganz weggelassen wurde die Philosophie, die alles einschließen könnte und nichts Konkretes berücksichtigen müsste. Der Weg wäre dazu offen, den Abhidhamma als ein System der Philosophie aufzufassen, das neben den anderen Systemen steht und als solches mit ihnen verglichen werden kann. Die Tatsache, dass das, was in unserer Kultur Ethik genannt wird, eine Schlüsselrolle im Abhidhamma spielt, würde ein solches Vorgehen durchaus rechtfertigen. Die konkrete Praxis, in die der Abhidhamma eingebunden ist, könnte man einfach den Kategorien Religion und Magie subsumieren und religionswissenschaftlich untersuchen. Gegen ein solches Vorgehen spricht jedoch die Tatsache, dass — wie es im dritten Kapitel gezeigt wurde — diese Kategorien in der Ursprungskultur des Abhidhamma nicht vorhanden sind.

³⁷ Siehe Fußnote 2.

In der altindischen Episteme gibt es nicht die scharfe Trennungen zwischen Theorie und Praxis, Theologie (samt den aus ihr entstandenen Geisteswissenschaften) und Naturwissenschaft, reiner Religion und praktischer Magie usw. Die im dritten Kapitel aufgezählten „neunzehn Wissenschaften“ wurden im indischen Altertum durch keine Inquisition genötigt, auf weltanschauliche und spirituelle Fragestellungen zu verzichten. Es gibt dort keine unerlaubten Bereiche des Wissens, keine Phänomene, die nicht erforscht werden dürfen, kein Dogma der reinen Wissenschaft. Die Ergebnisse der Forschung werden vor allem hinsichtlich ihres pragmatischen Werts für das Erreichen praktischer Ziele beurteilt, wobei in der Episteme indischen Altertums auch die Spiritualität pragmatisch aufgefasst wird. Ob die Ziele der einzelnen „Wissenschaften“ selber gut oder verwerflich sind, und was für gut gehalten wird, sind allerdings Fragen, die auch im indischen Altertum nicht konsequent gestellt wurden, obwohl es allgemein geteilte Ideale des höchsten Heils gab?³⁸ Die Stellung des Abhidhamma war und ist da also eine besondere — sie ist durch die psychologisch begründete Ethik bestimmt. Diese Behauptung braucht allerdings Belege, die aus den Texten des Abhidhamma selber geholt werden können.

Am Anfang der Besprechung von kanonischen Texten wurde im vierten Kapitel die Schlüsselposition der *Abhidhamma-Mātikā* erklärt und als Beispiel deren erste drei Triaden angeführt. Diese Triaden sind epistemische Matrizen, die alle Phänomene nach den Kriterien erfassen:

- (1.) heilsam | unheilsam | neutral | |
- (2.) angenehm | unangenehm | indifferent | |
- (3.) wirkend | bewirkt | wirkungsfrei | |

— hier ist also das Paradigma der psychologischen Begründung der Ethik, oder — was auch stimmt — der

³⁸ Eine inhaltliche Analyse leistet in diesem Problembereich Karel Werner (1977).

ethischen Richtlinien für die ganze Psychologie des Abhidhamma. Die Beziehungen zwischen den drei Aspekten, die nach diesen Kriterien bei allen Phänomenen erfasst werden, können folgendermaßen zusammengefasst werden:

Heilsame (*kusala*) Dinge bewirken angenehm (*sukha*) oder indifferent (*adukkhamasukha*) erlebte Dinge; Dinge, die Unangenehmes (*dukkha*) bewirken, sind ethisch unheilsam (*akusala*).³⁹

Die ethische Orientierung des Handelns, wie auch des Erkennens und der Motivation, zielt einerseits auf stufenweises Beseitigen der vorhandenen und auf Nichtentstehen-lassen der nichtvorhandenen unheilsamen Dinge, die Leiden (*dukkha*) wirken, andererseits auf Fördern des Wachstums der vorhandenen und auf Kultivieren der nichtvorhandenen heilsamen Dinge, die des Leidens Nachlassen (*sukha*) bewirken. Als der kleinste gemeinsame Nenner aller Ursachen des Leidens gelten nach Abhidhamma die drei unheilsamen Wurzeln (*akusala-mūla*): Gier, Hass und Verblendung. Durch eine unheilsame Wurzel verunreinigte Bewusstseinsmomente bewirken sogenannte Einflüsse (*āsava*), an die man im folgenden Erleben ausgeliefert wird. Diese Einflüsse trüben das Erleben, entstellen das Erkennen und treiben einen zu Handlungen, durch die man anderen Leiden zufügt und dadurch letztenendes auch sich selbst schadet.

Abhidhamma ist nicht bloß eine Theorie von psychosozialen Gesetzmäßigkeiten der hier skizzierten Vorgänge, Abhidhamma ist zugleich ein Instrument des Erkennens und eine Methode des Veränderns. Verändern heißt heilsame, glückbringende Fertigkeiten kultivieren wie auch das Erleben von unheilsamen Dingen läutern. Mit dem Fortschritt im Abhidhamma-Training beseitigt man zuerst die größten und dann auch die geringeren Formationen der leidverursachenden Einflüsse (*āsava*) der unheilsamen

³⁹ Ausführlich werden die psychologische Gesetzmäßigkeiten, die diesen ethischen Prinzipien zugrundeliegen, von Nyānaponika (1981) anhand der Texte des Abhidhamma behandelt.

Wurzeln. Das ethisch höchste Ziel ist das vollkommene Versiegen dieser Einflüsse (*āsavak-khaya*), die Erlöschung (*nibbāna*) aller unangenehmen und unheilsamen Dinge, die technisch auch als das Nachlassen des Nachlassens (*sukha-sukha*), das überhaupt feinste, hier-und-jetzt erlebbare Glücklichein (*anuttara-diṭṭhadhamma-sukha-vihāra*), definiert ist. Das ganze System der Weisheit des Abhidhamma ist nach diesen Richtlinien formuliert und in Hinsicht auf die Anwendung im methodischen Geistes-
training, das in ethischer Lebensgestaltung und Meditation besteht.

Die Ethik des Abhidhamma ist also verankert in der Evidenz der direkt erlebbaren Phänomene hier-und-jetzt und der persönlich erfahrbaren Bedingtheit (*paccayatā*) des Leidens und des Glücklicheins. Die ethischen Richtlinien des emanzipatorischen Trainings (*sikkhā-pada*) werden vom Anwender des Abhidhamma selbst, auf Grund seiner Einsichten in die psychologischen Gesetzmäßigkeiten, aufgestellt und als persönliche Entschlüsse gefasst und befolgt. Es handelt sich bei der Ethik des Abhidhamma um keine von irgendwelcher Autorität aufgestellte Sozialethik, deren moralische Gebote das Gehorsam fordern und das Missachten von Verboten strafen. Die Ethik des Abhidhamma hat nur heilsame, kein Leiden durch Strafen verursachende, soziale Konsequenzen, weil die jeweils persönliche Einsicht auch die psychosozialen Gesetzmäßigkeiten ersichtlich macht. Diese Einsicht bringt nämlich das Wissen hervor, dass, vereinfacht gesagt, alle Lebewesen miteinander verbunden sind und dass die Erhöhung eigener Chancen für das Glücklichein mit der Leidensminderung bei den anderen zusammenhängt.

Das Studium der Abhidhamma-Texte und die Erforschung ihrer Anwendung öffnet ein Problembereich ethischer Fragen, deren hohe Relevanz auch für unser Zeitalter ganz offensichtlich ist. Die künftige Forschungsarbeit in diesem Bereich verlangt eine interdisziplinäre Herangehensweise, die die neuzeitlichen Errungenschaften der

Sozialwissenschaften, der Psychologie und der Epistemologie verwertet?⁴⁰ Die Beziehungen zwischen Phänomenen, die in der Tradition westlicher Wissenschaft den Gebieten verschiedener Disziplinen zugeordnet werden, sind im Abhidhamma für didaktische Zwecke im Zusammenhang dargelegt worden. Es braucht eine gewisse Kreativität, um die Trennungen zwischen den Wissensgebieten der einzelnen wissenschaftlichen Disziplinen zu Überbrücken.

Die in den Texten des Abhidhamma enthaltene Didaktik ist nicht beschränkt auf ein Vermitteln des Wissens, sie ist vielmehr eine Methodik für die Umgestaltung der Erkenntnis. Ihr Hauptanliegen ist die Vermittlung von Vorgehensweisen zur Läuterung des Geistes, zur Beseitigung von unethischen Motivationen, die ein wirklichkeitsgemäßes Erkennen und leidminderndes Handeln verunmöglichen.

In der Terminologie der Semiotik ausgedrückt: die abhidhammische Didaktik arbeitet nicht nur auf der semantischen und pragmatischen Ebene, sie verändert auch die Vorgänge der eigentlichen Semiose, des kognitiven Auffassens und Bezeichnens der Phänomene. Diese Didaktik wird sowohl in der zwischenpersönlichen Interaktion angewendet, als auch in der Interaktion mit sich selbst, nämlich in der Umerziehung und Entfaltung von Teilen der eigenen Persönlichkeit, die als quasiautonome Subsysteme von Gewohnheiten, Fertigkeiten, Rollenkompetenzen usw. funktionieren. Die gleichen Vorgehen, die ein Abhidhamma-Meister gegenüber seinem Schüler anwendet, wendet man in einer „Selbstdidaktik“ auf die eigene Person an.

Eine Erklärung braucht es für die sonderbare didaktische und systematisierende Anwendung der Arithmetik in den Texten des Abhidhamma, die uns heute — obwohl sie vor zweieinhalbtausend Jahren in Indien das gleiche dezimale System benützte, das dann im Mittelalter auch bei uns eingeführt wurde — kaum begreiflich ist. In einem Text

⁴⁰ Siehe Fußnote 3.

wird oft zuerst eine Gesamtzahl von zu analysierenden Varianten eines Phänomens angeführt, worauf die Zahlen einzelner Varianten folgen. Diese werden dann oft mit der Zahl der möglichen Variationen eines Aspekts des Phänomens multipliziert und eventuell dann addiert, wobei die Summe keineswegs der Gesamtzahl, von der man ausgegangen ist, gleich sein muss. Würde man diese verschiedene Zahlen als eine Anzahl scholastischer Kategorien auffassen, dann wäre man zu dem Schluss gezwungen, dass es sich um eine rechnerisch fehlerhafte Scholastik handelt. Abhidhamma ist jedoch, wider die Behauptung einiger Buddhismusforscher, keine Scholastik, sondern ein empirisches Erkenntnisssystem, das als eine Phänomenologie oder Phänomenographie bezeichnet werden kann. Die Ergebnisse der Additionen und Multiplikationen beziehen sich nicht auf Kategorien von Begriffen, wie in der westlichen Logik und Scholastik, sondern auf konkrete Elemente der untersuchten Mengen von Phänomenen — und diese empirisch-analytisch gewonnene Mengen können sich auch überschneiden. Die abhidhammische Arithmetik kann also als eine Mathematik der Mengen qualifiziert werden.

Die Anwendung der Arithmetik hat im Abhidhamma nicht den Zweck, eine abstrakte Theorie der reinen Wissenschaft hervorzubringen, sie ist ein Instrument der Vergewärtigung konkreter Dinge, ein Mittel der Schulung wirklichkeitsbezogener Weisheit (*paññā*). Somit sind wir mit einer „Arithmetik des Erlebens“ konfrontiert. Es ist anzunehmen, dass auch die anderen wissenschaftlichen Disziplinen, deren Vorgehen wir im Abhidhamma wiedererkennen können, ähnlich umgewertet als Mittel des Geistesstrainings betrachtet werden müssen. Die Untersuchung der Mittel (*upāya*) und Strategien (*upakkama*) der Lehrdarlegung und Didaktik ist ein offener Problembereich, der mit der Erforschung des Trainings von *Satipaṭṭhāna-Vipassanā* eng verbunden ist. Von den ersten Abhidhammikas unter den direkten Schülern des Buddha war es, neben den Mahātheras Sāriputta und Kaccāna, vor allem Mahāthera

Aunuruddha, der einen großen Beitrag auf diesem Gebiet geleistet hat. Mahāthera Anuruddha und seine Schüler waren die zuständigen Träger der Abhidhamma-Matrizen (*mātikā-dhāra*), welche auch jene ganz arithmetisch systematisierte Lehrredensammlung *Aṅguttara Nikāya* verwaltet haben, die eine Mehrheit von Abhidhamma-Texten enthält?⁴¹

Abhidhamma ist ein Instrument buddhistischer Praxis, ein Mittel der im Westen immer populärer werdenden *Satipaṭṭhāna-Vipassanā* und der meditativ ganzheitlichen Lebensgestaltung. Somit ist der Abhidhamma nicht bloß ein „Wissen“. Abhidhamma ist auch keine Wissenschaft. Der Abhidhamma ist vielmehr praktische Weisheit, also eine Überlieferung von „Können“ und Methode, die Richtlinien für Entscheidungen und Vorgehen enthält und auf eine höhere Lebensqualität zielt.

Es stellt sich nun die Frage, inwieweit die verschiedenen wissenschaftlichen Disziplinen beim Erschließen der praktischen Weisheit des Abhidhamma mit Vorteil herbeigezogen werden können. Oder, anders herum gefragt, inwieweit müsste man das gängige Verständnis dieser Disziplinen modifizieren, um mit ihnen sinnvoll an den Abhidhamma heranzukommen? Und noch weiter gefragt:

Was heißt da überhaupt sinnvoll? Mit welchen Zielen, für welche Zwecke, wozu wollen wir den Abhidhamma wissenschaftlich ergründen?

Diese eher ungewöhnlichen, dennoch als pragmatisch anzuerkennenden und wissenschaftlich legitimen Fragen

⁴¹ Deutsche Übersetzung von Nyānatiloka (1984). *Aṅguttara Nikāya* enthält fast alle Texte des fünften Opus des *Abhidhamma-Piṭaka*, wie auch die meisten in anderen Opera vorhandenen Erkenntnismatrizen. In seinem Vorwort sagt der Herausgeber vom Urtext des *Aṅguttara Nikāya*, Edmund Hardy (Band V., 1958, Seite 9f): „Wenn ich hier keinen Bezug auf die einzelnen Bücher des Abhidhamma nehme, dann ist der Grund einfach..., dass hierfür eine spezielle Untersuchung nötig ist, weil sie ganz von Aṅguttara abhängig sind.“

wurden in einer Studie über die „*Tugendhafte Handlung als Empirische Basis für die Wissenschaft der buddhistischen Psychologie*“ (Frýba & Vogt Frýba 1989) gestellt, in der nach wissenschaftstheoretischen Grundlagen für den Vergleich zwischen Abhidhamma und Psychologie gesucht wurde. Diese Fragen bleiben jedoch offen. Hier werden nur jene Ergebnisse der erwähnten Studie zusammengefasst, welche die charakteristischen Merkmale hervorbringen, in denen sich Abhidhamma von den üblichen wissenschaftlichen Systemen unterscheidet:

1. Erlebte Wirklichkeit ist das wichtigste Kriterium für die Gültigkeit der Begriffe und Wahrheit der Urteile. Alle Begriffe des Abhidhamma sind erlebnismäßig verankert und beziehen sich auf konkrete Phänomene (*yathā-bhūta*). Im Unterschied zur Wissenschaft gibt es keine hypothetischen Konstrukte, angenommenen Variablen und rein begrifflich gewonnenen Kategorien im Abhidhamma.
2. Die ethische Wertung jedes Phänomens in seinem konkreten Kontext ist der entscheidende Parameter des ihn bezeichnenden Begriffs. Die Wertung geschieht nach dem Kriterium, ob das Phänomen zur Persönlichkeitsintegrität und zum Glücklichsein beiträgt und daher heilsam (*kusala*) ist, ob es Leiden verursacht und daher unheilsam (*akusala*) ist, oder als ein Element rein funktioneller Vorgänge (*kiriya*) ethisch unerklärt (*avyākata*) bleibt.
3. Abhidhamma orientiert sich als System in seiner Ganzheit auf ein Ziel (*sa-atthaka-sampajañña*), das als die Befreiung von allen Formen des Leidens definiert ist. Im Unterschied zur Wissenschaft, die dem Ideal der Wertfreiheit verpflichtet ist und daher für beliebige Zwecke gebraucht werden kann, ist die Anwendung von

Abhidhamma nur auf die emanzipatorische Praxis der Leidensüberwindung beschränkt.

4. Die stufenweise Verwirklichung (*patipadā*) des emanzipatorischen Ziels ist an technisch definierte Operationen gebunden, zu denen es klare Anleitungen gibt. Abstrakte Ziele, die nicht operational definiert sind, gelten als bloße Ansichten (*ditṭhi*), die von der erlebnismäßigen Wirklichkeit wegführen.
5. Die ethische Lenkung (*sikkhā*) eigener Handlungsabfolgen (*kamma-patha*) und das Kultivieren des Charakters (*sīla*) sind die Zwecke der Anwendung von Abhidhamma im Alltagsleben. Das ethische Training im Alltag ist eine Voraussetzung für das emanzipatorische Meditations-training. Ein Studium des Abhidhamma, das nicht diesen Zwecken dient, beziehungsweise das Streben anderer nach diesen Zwecken nicht unterstützt, kann Unheilsames bewirken.
6. Die ethische Läuterung (*visuddhi*) des Charakters, der Handlung und der Geistesinhalte von pathogenen und pathologischen Inhalten ist der Zweck der Anwendung von Abhidhamma im Meditationstraining. Diese Läuterung besteht in der Überwindung der unheilsamen Dinge, die in Gier, Hass und Verblendung wurzeln, und im Kultivieren der heilsamen Dinge, die zum Glücklichsein in immer feineren Formen führen. Ein gieriges Haften an oder gar ein Missbrauch von übernormalen psychischen Fähigkeiten (*iddhi*), die sich eventuell als Nebenprodukte des Abhidhamma-Trainings entfalten, ist unheilsam und bewirkt eine Zunahme der Verunreinigung des Geistes.

7. Die Transzendenz durch Weisheit (*pariññāpaññā*), die mittels Einsicht (*vipassanā*) die scheinbar kompakten Phänomene auflöst, vom Haften befreit und die verbal begriffliche Zerstückelung der Wirklichkeit überwindet, ist der höchste Zweck der Anwendung von Abhidhamma.

7. Das erste Buch der Abhidhamma-Literatur

Der überhaupt erste Abhidhamma-Text, der als ein Buch (*gantha*) bezeichnet wurde, heißt *Abhidhamma-Saṅgaha-Gantha* und hat den Untertitel *Rūpa-Arūpa-Vibhāga*. Dieses Buch enthält nicht nur alle Matrizen zur Erfassung von Phänomenen, die man beim meditativen Zerlegen (*vibhāga*) des Erlebens erkennt, sondern auch Matrizen von Operationen des Herbeiführens von höheren Geisteszuständen — hierüber später ausführlich. Im Kontext der abhidhammischen Kultur des Geistes und der Verwaltung diesbezüglichen Wissens (*store of knowledge* in Terminologie der Wissenssoziologie und Semiotik) werden dem Kenner die Konnotationen von *vipassanā-dhura* und *gantha-dhura* bewusst, welche auch historisch unterscheiden zwischen den Mönchen, die das praktische Wissen der Meditation (*vipassanā*), und jenen, die das theoretische Wissen der Schriften (*gantha*) verwalten. Auch in unserer Zeit, nämlich im universitären Unterricht des Autors dieser Abhandlung hat sich *Abhidhamma-Saṅgaha-Gantha* als das nützlichste Buch bewährt und wurde daher für die Wiedergabe und eingehende Behandlung hier gewählt.

Anhand dieses ersten Buchs der Abhidhamma-Literatur ist es möglich, auf allen den Problembereichen zu arbeiten, die wir im vorangehenden Kapitel als offen erkannt haben. Doch wollen wir hier die Methode von *Rūpa-Arūpa-Vibhāga* vor allem in ihrer praktischen Anwendung als Instrument der Schulung von Achtsamkeit und Einsicht (*satipaṭṭhāna-*

vipassanā) behandeln.⁴² Hierzu vorwegnehmend nur soviel: während der ersten paar hundert Sitzungen der Meditation *Satipaṭṭhāna-Vipassanā* lernt man bei den spontan auftauchenden sekundären Meditationsobjekten zuerst nur zu unterscheiden, ob sie in den Bereich des Körperlichen (*rūpa*, also in die erste der vier *Satipaṭṭhānas*), oder in jenen des Unkörperlichen (*arūpa*) gehören, und erst später erkennt man die unkörperlichen Dinge als einer der drei übrigen *Satipaṭṭhānas* zugehörend. Es muss hier auch betont werden, dass keine methodische Praxis von *Satipaṭṭhāna-Vipassanā*-Meditation begonnen werden kann, solange die Voraussetzungen der Handlungsregelung (*sīlavissuddhī*) und des Anhaltens von Denken (*citta-vissuddhī*) nicht gesichert sind.⁴³

Alles, worauf sich die im *Abhidhamma-Saṅgaha-Gantha* enthaltene Analyse (*rūpa-arūpa-vibhāga*) bezieht, gehört in den Bereich der gereinigten Sicht (*ditṭhī-vissuddhī*), aus dem heraus dann die eigentliche *Vipassanā*-Meditation überhaupt beginnt!

In der Folge kommt nun, nach einer kurzen Einführung (*nidāna-kathā*), in Paragraphen gegliedert im original Pāli und mit einer kommentierten Übersetzung, der ganze Urtext von *Abhidhamma-Saṅgaha-Gantha*.

⁴² Die deutsche Übersetzung von *Abhidhamma-Saṅgaha-Gantha* wurde zwar bereits in den achtziger Jahren im Unterricht und im Meditationstraining der Āyukusala-Tradition benützt, in die Ausgabe von *Abhidhamma im Überblick* als Forschungsbericht der Universität Konstanz 1990 aber nicht integriert. Seit 1998 wurde sie zusammen mit einer tschechischen Übersetzung in der Ausbildung von Mönchen und Nonnen der Āyukusala-Tradition angewendet und später dann für die hier vorhandene Publikation überarbeitet.

⁴³ Eine Erklärung der sieben Reinigungsstufen (*satta visuddhī*) findet man im *Buddhistischen Wörterbuch* von Nyānatiloka; die gesamte Praxis der Geistesschulung in einer Gliederung nach diesen Stufen erörtert *Vimutti-Magga* (Ehara et al. 1977).

Abhidhamma-Saṅgaha-Gantha

Einführung – *Nidānakathā*

Das Wort *nidāna* bedeutet den Kontext und die Quelle eines Texts. Die Rede (*kathā*) darüber ist dann, im Pāli, eine Einführung, die sich in der Regel auf die Umstände bezieht, in welchen der Text entstanden ist. Im Falle des Buchs *Abhidhamma-Saṅgaha* sind wir jedoch nicht in der Lage, über die Entstehungsumstände Auskunft zu geben. Doch über die Anwendungsumstände können wir berichten. Das Buch wird seit etwa viertel Jahrhundert in den intensiven Meditationsretreats der Āyukusala-Tradition benützt, die damit vergleichbar sind, was die Mönche zur Buddhas Zeit praktizierten. Solche wirklichen Umstände (*nidāna*) — vom Buddha selber beschrieben — werden hier zitiert. Zuerst aber noch einige Worte über den Stellenwert des Buchs.

Abhidhamma-Saṅgaha ist das „erste“ Buch des Abhidhamma in mehrfachem Sinne. Es ist wohl der älteste Text, welcher die von Buddha gelehrt Ethik und Psychologie in Kürze systematisch zusammenfasst. Diese Systematik ist aber keine bloß begrifflich logische; sie benützt vielmehr die Psycho-Logik der wirklich existierenden Beziehungen zwischen den Phänomenen, sie wiedergibt nämlich die im Fortschritt der Achtsamkeitsmeditation (*satipaṭṭhāna-vipassanā*) direkt erlebbaren Strukturen des Geistes.⁴⁴ Die Begriffe des Abhidhamma und ihre Anordnungen sind also keine Ergebnisse wissenschaftlicher Spekulation oder hypothetischer Konstruktion. Abhidhamma ist nicht eine Theorie im üblichen Sinn; Abhidhamma ist vielmehr ein „phänomenographisches“ Modell der Wirklichkeit.

⁴⁴ Die methodische Instruktion zur Achtsamkeitsmeditation (*satipaṭṭhāna-vipassanā*) gibt Buddha in der *Satipaṭṭhāna-Sutta*, übersetzt mit Erklärungen auf Deutsch von Nyāṇaponika: *Geistestraining durch Achtsamkeit* (1972).

Für das Erreichen von den ersten Stufen der Vertiefung (*paṭhama jhāna samāpatti*), wie für das Erlangen von ersten Stufen des Einsichtswissens (*vipassanā-ñāṇa*) ist wohl die *Abhidhamma-Saṅgaha-Gantha* eine Instruktionsquelle der „ersten“ Wahl. Diese Erreichung ist ja die Vorbedingung für die Analyse des Körperlichen und Nicht-Körperlichen (*rūpa-arūpa-vibhāga*), die mit dem „Wissen der erlebnismäßigen Durchdringung der Unterschiede zwischen dem Geistigen und Körperlichen“ (*nāma-rūpa-pariccheda-ñāṇa*) beginnt.⁴⁵ Die alten Lehrer (*porāṇa ācariyā*) haben betont, dass nur jene den wahren Dhamma lehren können, die den Abhidhamma kennen.⁴⁶ Es ist dementsprechend unmöglich, dass jemand ohne dieses Wissen einen Meditierenden in fortgeschrittener *Satipaṭṭhāna-Vipassanā*-Analyse unterrichten könnte oder auch nur theoretische Aussagen über buddhistische Psychologie kompetent machen würde. Obwohl es möglich ist, sich viel von diesem Wissen bloß auf der Ebene der Worte anzueignen, ist die tatsächliche Vielfalt des Geistes so groß, dass man es nicht fertig bringen könnte, die Grundlagen dessen Analyse rein denkerisch zu begreifen.

Buddhas Nachfolger, bis in die Gegenwart, lernen beim erlebnismäßigen Nachvollziehen des von Meister gezeigten Befreiungsweges auch die Texte seiner Belehrungen auswendig. Unter den alten Lehrern (*porāṇa ācariyā*) wurden insbesondere jene sehr geschätzt, die man als Träger der Matrizen (*mātikā-dharā*) oder *Abhidhammikā* bezeichnete. Unser Buch *Abhidhamma-Saṅgaha* wurde von dem Abhidhammika Mahāthera Buddhadatta so verfasst, dass es eigentlich nur die erste Matrix des kanonischen *Mātikā* voll auslotet. Es ist darin impliziert jede Einteilung der überhaupt letzten (*niruttaro*), das heißt „weiter erlebnismäßig nicht mehr zusammenzufassenden“, vier Dinge (*dhammā*):

⁴⁵ Siehe Mahasi Sayadaw: *Progress of Insight* (1973) und Nyāṇatiloka: *Der Weg zur Reinheit – Visuddhi Magga* (1975, S. 700ff).

⁴⁶ *Atthasālinī* (PTS 1979, S. 29); Pe Maung Tin (translation): *The Expositor* (1976, S. 37).

Geist (*citta*), Geistesfaktoren (*cetasika*), Körperlichkeit (*rūpa*) und *Nibbāna*. *Abhidhamma-Saṅgaha-Gantha* ist somit die größtmögliche Vereinfachung, die ohne Entstellungen das ganze Gebiet des Abhidhamma deckt.

Als ein Manual für Einsteiger ist *Abhidhamma-Saṅgaha-Gantha* auch das „erste“ Buch der Wahl. Es ist der kürzeste Text des Abhidhamma, der vor allem jenes Einmaleins enthält, welches sowohl von einem Meditationsanfänger als auch von einem buddhistischen Theoretiker beherrscht werden muss, wenn sie den Bezug zu dem wirklichen Zweck der Lehre des Buddha nicht verlieren wollen. Dieses Erfordernis ist heute umso dringender, als uns eine Flut von modernen Büchern und Vorträgen über Buddhismus angeboten wird, in welchen oft die seltsamsten Meinungen und Bilder über die Meditation zirkulieren. Auch in der Absicht, den Buddhismus möglichst „populär“ zu vermitteln, darf die Notwendigkeit nicht verschleiert werden, dass alle kompetenten Meditationslehrer als die „ersten“ eben die abhidhammischen Grundlagen der Achtsamkeitsmeditation kennenlernen. Und dies gilt für alle Schulen des Buddhismus.

In allen Ländern, in denen die Lehre des Buddha seit Jahrhunderten praktisch angewendet wird, hat sich das Brauchtum entwickelt, schon in der Kindheit die grundlegenden Texte auswendig zu lernen — ähnlich wie in Europa die Kinder sich das Einmaleins eigenmachen. Chögyam Trungpa Rimpoche schreibt zum Beispiel, dass er — wie alle jungen tibetischen Novizen — zuerst das Kompendium *Abhidhammattha-Saṅgaha* auswendig lernen musste, bevor er irgendeine Instruktion für praktische Anwendung bekommen habe.⁴⁷ Und über Dogen Zenji, der Zen-Buddhismus von China nach Japan gebracht hat, wird berichtet, dass er schon „als Neunjähriger eine chinesische Abhandlung über den Abhidhamma las“.⁴⁸ Nicht jeder ist

⁴⁷ So in seiner Autobiographie *Born in Tibet* (Trungpa 1979); siehe auch Trungpa: *Gespräche über den Abhidharma* (1978).

⁴⁸ Kapleau: *Die drei Pfeiler des Zen* (1981, S. 29).

aber fähig, die Anstrengung des Auswendiglernens auf sich zu nehmen, um das ganze Erworbene dann in der praktischen Anwendung zu testen.

Wer den wirklichen Zweck der von Buddha gelehrteten Vorgehensweisen nicht kennt, neigt eventuell dazu, den Abhidhamma als eine bloße Scholastik zu begreifen, und daraus dann eine vorschnelle Kritik abzuleiten. Leider tun dies auch einige Lehrer und Lehrerinnen, die sich sonst als Buddhismus-Kenner ausgeben, denen aber der Zweck der Lehre offensichtlich abgeht.

Was ist nun genau der Zweck vom Auswendiglernen des abhidhammischen Einmaleins? Und wie hängt es mit dem Zweck der Lehre des Buddha zusammen?

Die Lehrrede *Dhammacakkappavattana-Suttam*, die erste Unterweisung, die Buddha der Fünfergruppe seiner ersten Mönche (*pañca-vaggiyo bhikkhū*) vorgetragen hat, gibt den Rahmen für alle Definitionen der Lehre mittels Paradigma der Vier Edlen Wahrheiten (*catu-ariya-saccā*), die nur in ihrem Vierer-Zusammenhang richtig begriffen werden:

1. *dukkha-sacca*
Wahrheit des [im Erleben erkannten] Leidens,
2. *dukkha-samudaya-sacca*
Wahrheit der [Erkenntnis von] Leidensentstehung,
3. *dukkha-nirodha-sacca*
Wahrheit des [möglichen] Leidensaufhörens,
4. *dukkha-nirodha-gāminī-paṭipadā-sacca*
Wahrheit des zum Leidensaufhören
schrittweise führenden Pfads.⁴⁹

Alle vier diese Wahrheiten werden eingesehen, nachdem man in einem intensiven Meditationsretreat die Reinheit des Geistes (*citta-visuddhi*) durch das Erreichen der ersten Vertiefung (*paṭhama jhāna samāpatti*) oder der auf Moment gebundenen Sammlung (*khanika-samādhi*) gewinnt. Dann

⁴⁹ Eine weitere, für die Meditation spezifizierte Erklärung dieses Vierer-Paradigmas gibt Buddha in der Lehrrede *Satipaṭṭhāna-Sutta*; siehe Nyānaponika: *Geistestraining durch Achtsamkeit* (1970, S. 186ff).

kann im Meditationsretreat die stufenweise Verwirklichung des ganzen Pfads folgen, wofür eben in den Retreats der Āyukusala-Tradition die im *Abhidhamma-Saṅgaha-Gantha* enthaltenen Matrizen benützt werden. Der Buddha selber hat über ein solches Retreat des Ehrwürdigen Sāriputta in der Lehrrede *Anupāda-Sutta (Majjhima-Nikāya)* auf folgende Weise gesprochen (hier mit der interlinearen Übersetzung):

... sāriputto bhikkhave aḍḍhamāsaṃ

... Sāriputta, ihr Bhikkhus, einen Halbmonat lang

anupadadhamma–vipassanaṃ vipassati ||

[in das] Vorkommen der Phänomene Einsicht meditativ praktizierte.

idha sāriputto vivicc’ eva kāmehi vivicca akusalehi dhammehi |

Hier Sāriputta, losgelöst von Sinnlichem, losgelöst von Unheilvollem,

savittakaṃ savicāraṃ

[eine] mit Bezeichnungen, mit Unterscheidungen [begleitete],

vivekajaṃ pīti-sukhaṃ

im Losgelöstsein entstandene, Begeisterung und Freude [enthaltende]

paṭhamaṃ jhānaṃ upasampajja viharati ||

erste Vertiefung erreicht habend verweilte.

ye ca paṭhame jhāne dhammā vittako ca vicāro ca

Und diese erster Vertiefung eigene Bezeichnung und Unterscheidung

pīti ca sukhañ’ ca cittekaggatā ca |

Begeisterung und Freude und Einspitzigkeit des Geistes,

phasso vedanā saññā cetanā cittaṃ chando adhimokkho

Kontakt, Fühlen, Wahrnehmung, Absicht, Abbild, Wunsch, Entschluss,

vīriyaṃ sati upekkhā manasikāro |

Anstrengung, Achtsamkeit, Ausgeglichenheit, Aufmerksamkeit;

tyāssa dhammā viditā uppajjanti |

all diese Phänomene erkannte [er, wie sie] entstehen;

viditā upaṭṭhahanti | viditā abbattharaṃ gacchanti ||

erkannte [er, wie sie] andauern; erkannte [er, wie sie] vergehen.

so evaṃ pajānāti | evaṃ kirame dhammā ahutvā sambhonti |
Er so verstand, wie wirklich die Phänomene nicht-seiend [da] werden,

hutvā paṭiventī 'ti || ...

[da] seiend, [dann die Phänomene] zerfallen. ...

puna ca paraṃ bhikkhave

Und noch darüber hinaus, ihr Bhikkhus,

sāriputto sabbaso rūpa-saññānaṃ samatikkamā |
Sāriputta aller Formen Wahrnehmung überwunden hat,

paṭigha-saññānaṃ atthaṅgamā |
aller Reaktionen Wahrnehmung weggelassen,

nānatta-saññānaṃ amanasikārā |
der Vielfalt Wahrnehmung keine Aufmerksamkeit gab,

ananto ākāso 'ti

[woraufhin ihm bewusst wurde, dass] unendlich der Raum ist

ākāsānañc'-āyatanaṃ upasampajja viharati ||

[und dann] im Erreichen der Raumunendlichkeit weilte.

... sabbaso nevasaññānāsaññān'-āyatanaṃ samatikkama |
... alle Weder-Wahrnehmung-Noch-Nicht-Wahrnehmung überwindend,

saññā-vedayita-nirodhaṃ upasampajja viharati ||
der Wahrnehmung Auslöschen erreicht habend weilte.

paññāya cassa disvā āsavā parikkhīnā honti ||

Und mit Weisheit dies sehend, Einflüsse zerstört.

so tāya samāpattiyā sato vuṭṭhahati || ...

Aus dieser Erreichung achtsam ausgestiegen ist. ...

... und die Erklärung von Charakteristiken und Zusammenhängen dieser, wie auch weiterer, Phänomene finden wir eben im *Abhidhamma-Saṅgaha-Gantha*.

Abhidhammasaṅgaha – Rūpārūpavibhāga

namo tassa bhagavato arahato sammā sambuddhassa
Gruß Ihm, dem Erhabenen, Befreiten, vollkommen Erwachten!

[Thuti-vacana – Lobgesang]

¶1 rūpārūpa-vidum̐ buddham̐ rūpārūp'-ātigar̐ munim̐
namassitvā pavakkhāmi rūpārūpa-vibhāgataṃ ||
Buddha, den Kenner des Körperlichen und Nicht-Körperlichen,
den Weisen, der Körperlichen und Nicht-Körperlichen transzendiert,
Ihn habe ich begrüßt und werde nun darlegen
die Analyse des Körperlichen und Nicht-Körperlichen.

Komm.: Der Lobgesang stärkt Motivation. Man bestätigt sie körperlich bereits im Akt der Verbeugung mit zusammengefalteten Händen, der die Rezitation der Verehrung Namō tassa... begleitet. In der Verehrungsformel, mit der man jedes Rezitieren beginnt, vergegenwärtigt man sich auch den Zweck der Praxis.

Namō heißt Verehrung im Sinne von Gruß und Verbeugung (namati, nāmeti), wie auch Anflehen und den Namen nennen (nāma-gahaṇa). Dadurch bringt man den eigenen Geist (nāma) in Beziehung zu dem (tassa) Erhabenen und Glücklichen (bhagavato). So erklärt man sich zu der Nachfolgschaft bereit, zur Analyse des Körperlichen und Nicht-Körperlichen, welches der Weise (muni) überwindet, indem er darüber-hinaus-geht (atiga), es transzendiert.

[R Ū P A V I B H Ā G A – Analyse des Körperlichen]

¶2 rūpārūpavibhāgan ti | ettha tāva rūpan ti |
Hier, in der Analyse des Körperlichen und Unkörperlichen, ist rūpa
soviel wie:

[Bhūta-rūpaṃ – Primäre Elementen-Körperlichkeit]

paṭhavī-dhātu (1) Erd-Element [Festigkeit],	tejo-dhātu (3) Feuer-Element [Temperatur],
āpo-dhātu (2) Wasser-Element [Zusammenhalt],	vāyo-dhātu (4) Luft-Element [Bewegung],

[Upādā-rūpaṃ – Abhängige Körperlichkeit]

- | | | |
|----|--|--|
| ¶3 | cakkhu-dhātu (5)
Sehorgan-Element,

sota-dhātu (6)
Hörorgan-Element,

ghāṇa-dhātu (7)
Riechorgan-Element,

jihvā-dhātu (8)
Schmeckorgan-Element,

kāya-dhātu (9)
Körperorgan-Element, | rūpa-dhātu (10)
Sehobjekt-Element [Gestalt, Farbe],

sadda-dhātu (11)
Hörobjekt-Element [Schall, Ton],

gandha-dhātu (12)
Riechobjekt-Element,

rasa-dhātu (13)
Schmeckobjekt-Element,

phoṭṭhabba-dhātu (14)
Berührungsobjekt-Element, |
| ¶4 | itth'-indriyaṃ (15)
Weiblich-Steuer-Fähigkeit,

puris'-indriyaṃ (16)
Männlich-Steuer-Fähigkeit, | jīvit'-indriyaṃ (17)
Leben-Steuer-Fähigkeit, |
| ¶5 | hadaya-vatthu (18)
Herz-Grundlage,

ākāsa-dhātu (19)
Raum-Element, | kāya-viññatti vacī-viññatti (20)
Körper- und Sprach-Ausdruck, |
| ¶6 | rūpassa-lahutā (21)
Körper-Beweglichkeit,

rūpassa-mudutā (22)
Körper-Geschmeidigkeit, | rūpassa-kammaññatā (23)
Körper-Gefügigkeit, |
| ¶7 | rūpassa-upacayo (24)
Anwachsen der Körperlichkeit,

rūpassa-santati (25)
Kontinuität der Körperlichkeit, | rūpassa-jaratā (26)
Altern der Körperlichkeit,

rūpassa-aniccatā (27)
Vergänglichkeit der Körperlichkeit |
| ¶8 | kabalīnkāra-āhāro (28) c'eti
und stoffliche Nahrung;
. | evaṃ aṭṭhavīsati-vidhesu rūpesu
– dies ist die achtundzwanzigfache Körperlichkeit. |

¶9 ādito paṭṭhāya catubbidhaṃ rūpaṃ | bhūta-rūpaṃ nāma ||
sesaṃ upādā-rūpaṃ nāma ||

Die erste vierfache Körperlichkeit heißt die [primär] gewordene Körperlichkeit. Die übrige heißt die abhängige Körperlichkeit.

Komm. In der methodischen Achtsamkeitsmeditation Satipaṭṭhāna-Vipassanā benutzt man in der Regel die Technik der Atmungsachtsamkeit (ānāpāna-sati) als die Arbeitsgrundlage (kammaṭṭhāna) und – gleich ob man die Atmung als Anstoßen der Luft am Rande der Nasenlöcher oder als Heben und Senken der Bauchdecke beobachtet⁵⁰ – das Hauptobjekt der Meditation (bhāvanāya-ārammaṇa) ist dabei die Berührung (phoṭṭhabba ¶3, 14). Dieses Hauptobjekt gehört in den Bereich (gocara) der ersten Satipaṭṭhāna, der Körperbetrachtung Kāyānupassanā. Solange noch nicht die für Vipassanā notwendige Reinheit des Geistes (citta-visuddhi) gewährleistet ist, wird die Meditation durch das Denken immer wieder unterbrochen. Alle Erlebnisse, die mit dem Hauptobjekt nicht zusammenhängen, werden nur als Ablenkungen bezeichnet, bis sich der Geist bei dem Hauptobjekt setzt. Sobald es aber gelingt, bei den Ablenkungen zwischen dem Körperlichen (rūpa) und Nicht-Körperlichen (arūpa) zu unterscheiden, lässt man die körperlichen Dinge als Nebenobjekte der Meditation zu. Dann kommt die Entscheidung, ob die weitere Instruktion in der Richtung einer der vier Kombinationen von Sammlung (samatha) und Einsicht (vipassana), wie sie Yugañaddha-Sutta (Aṅguttara-Nikāya 4, 10) unterscheidet, oder in der Richtung von Elementenanalyse geht.

Bei methodischer Analyse der Elemente (dhātu-manasikāra) merkt man gezielt zuerst eines der vier Elemente (dhātu ¶2, 1 - 4) der primären Körperlichkeit (bhūta-rūpa). Das Geschick im Umgang (upāya-kosalla) mit den Elementen ist eine Voraussetzung auch für das Entfalten der sogenannten magischen Kräfte (iddhi).⁵¹ Die vier Grundelemente (dhātu) der Körperlichkeit werden auch als Mahā-Bhūta bezeichnet, was soviel wie „Großgewordene“ bedeutet. Bhūta heißt wörtlich „das Gewordene“ (vom Zeitwort bhavati) oder „ein wirklich Geschehenes“ und hat je nach Kontext verschiedene Bedeutungen. Als Bhūta wird jedes getrennt existierende Wesen bezeichnet, insbesondere auch ein nicht-menschliches, dämonisches Lebewesen, das in einem von Buddha oder seinen Mönchen durchgeführten Heilritual (paritta) befriedet oder von einem traditionellen Psychotherapeuten (bhūta-vejja) gezähmt und umerzogen wird. Dabei ist

⁵⁰ Ausführlich ist der theoretische Hintergrund und seine Implikationen für die beiden Übungswege erklärt von Nyāṇaponika in *Geiststraining durch Achtsamkeit* (1970).

⁵¹ Praktische Instruktion findet man in *Anleitung zum Glücklichein – Die Psychologie des Abhidhamma* (Frýba 1987 : Seite 157f und 290 - 303).

es nötig, beim Patienten den Wirklichkeitsbezug zu der körperlichen Gegenständlichkeit herzustellen. Ein wichtiges Prinzip der Lehre des Buddha ist die „Wirklichkeitsverankerung“ des Erlebens, das Herstellen einer wahrhaftigen, zuverlässigen Beziehung zu dem jeweils wirklich Gewordenen (yathā-bhūta).⁵² Je nach Meditationsfortschritt werden später alle Ablenkungen als sekundäre Meditationsobjekte betrachtet. Wenn als nicht-körperlich erkannt, werden sie einer der drei übrigen Satipaṭṭhānas zugeteilt, wenn als körperlich erkannt, lernt man sie als eine der oben aufgezählten siebenundzwanzig Arten der Körperlichkeit zuzuordnen. Man merkt das Objekt, bezeichnet es (vitakka) nur in einer „inneren Notiz“, unterscheidend erkennt es (vicāra), ohne jedoch ins Denken darüber abzuleiten, und kehrt zum Beobachten des Hauptobjekts zurück. In fortgeschrittener Vipassanā werden alle sekundäre Meditationsobjekte in ihrer Vergänglichkeit (aniccatā ¶7, 27) betrachtet (sal-lakkhaṇa).

¶10 cakkhu-dhāt'-ādi-pañcavidhaṃ ajjhattika-rūpaṃ nāma |
sesaṃ bahira-rūpaṃ nāma ||

Die mit Sehorgan-Element beginnende fünffache Körperlichkeit heißt die innere, die übrige heißt die äußere Körperlichkeit.

Komm: Buddha gibt die Anweisung, alle vier Satipaṭṭhāna innerlich (ajjhata), äußerlich (bahiddhā) und sowohl innerlich als auch äußerlich (ajjhata-bahiddhā) aufmerken zu üben. Die hier angeführte Unterscheidung gilt jedoch für das Erkennen jener Körperlichkeit, die an der inneren Seite (ajjhattika āyatāna – ¶3, 5 - 9 und ¶40), wie auch jener, die an der äußeren Seite (bahirika āyatāna) des Sinnenkontakts (phassa) beteiligt ist. Beim Erkennen der inneren Körperlichkeit geht es also um die eher schwierigere Aufgabe, beim Streichen des Fingers über den Samt nicht die Glätte des Objekts sondern den Kitzel im Finger zu merken.

¶11 vaṇṇo gandho raso oḷā cattāro mahā-bhūtā ti |
aṭṭhavidhaṃ pi avinibbhoga-rūpaṃ |
sesaṃ vinibbhoga-rūpaṃ nāma ||

Farbe, Geruch, Geschmack, Nahrungsstoff, große Elemente – dies ist die achtfache voneinander untrennbare Körperlichkeit; die übrige heißt die trennbare Körperlichkeit.

⁵² Abhidhammische Prinzipien der Heilrituale und der Psychotherapie im heutigen Sri Lanka erklärt Vogt-Fryba in *Können und Vertrauen* (1991).

¶12 cakkhu-dhāt'-ādi-pañcavidham hadaya-vatthu ca vatthu-rūpaṃ nāma | itaraṃ avatthukaṃ nāma ||

Die mit Sehorgan-Element beginnende fünffache Körperlichkeit und die Herz-Grundlage ist die Grundlagen-Körperlichkeit, die andere heißt die Nichtgrundlegende.

Komm.: Die als Grundlagen-Körperlichkeit bezeichneten Konfigurationen der körperlichen Phänomene (rūpino-dhammā) sind für die jeweils organspezifischen Erlebensprozesse eine stützende Bedingung (nissaya-paccaya). Das Wort vatthu bedeutet Sitz, Bereich, Bauplatz, wie auch „verdinglichte“ Sachen oder Güter. Hier bedeutet vatthu das körperliche Ding, das man von innen spürt, wenn man die sensitive, die Empfindung durchlassende Körperlichkeit (pasāda-rūpa) erkennt. Man darf nicht vergessen, dass es sich hier um eine meditative Analyse handelt; die Grundlagen-Körperlichkeit wird nicht mit Hilfe von Skalpell und Mikroskop äußerlich festgestellt. Wem dies klar ist, der versucht nicht die Herz-Grundlage (hadaya-vatthu) mit der Pumpe zu identifizieren, die den Kreislauf in Betrieb hält.

Im Abhidhamma-Kanon (Tika-Paṭṭhāna) wird hadaya-vatthu mit den folgenden Worten des Buddha definiert:

yaṃ rūpaṃ nissāya mano-dhātu ca mano-viññāṇa-dhātu ca vattanti |
taṃ rūpaṃ mano-dhātuyā ca mano-viññāṇa-dhātuyā ca taṃ
saṃpayuttakāraṃ ca dhammānaṃ nissaya-paccayena paccayo ||
Jene Körperlichkeit, auf die sich das Geist-Element und das Geist-Bewusstsein-Element stützt, diese Körperlichkeit bedingt das Geist-Element und das Geist-Bewusstsein-Element, wie auch die damit verbundenen Phänomene als die stützende Bedingung.⁵³

¶13 tīṇ' indriyāni cakkh'-ādīni-pañc'eti | aṭṭhavidham pi indriya-rūpaṃ nāma | itaraṃ anindriyaṃ nāma ||

Die drei Steuer-Fähigkeiten [und] der mit dem Sehorgan beginnende Fünfer, so als achtfach aufgefasst, hießen sie die steuernde Körperlichkeit, die anderen heißen die nichtsteuernde.

⁵³ Dieser Satz folgt jeweils der Aufzählung aller übrigen Grundlagen (vatthu) und kann daher auch in Bezug auf sie verstanden werden. Die Definition wird jeweils am Platz des hadaya-vatthu angeführt und wiederholt bei den Bedingungen (paccaya) Nr. 8, 10, 21 und 24 in der Tika-Paṭṭhāna (PTS 1921 : 4ff), dem ersten Teil des siebenten Opus des Abhidhamma-Piṭaka (vgl. englische Übersetzung von Narada: *Conditional Relations*, 1969).

Komm: Die steuernde Körperlichkeit bestimmt die für jede Steuer-Fähigkeit (indriya) spezifische Konfiguration der körperlichen, wie auch der durch sie bedingten geistigen Phänomene. Die Aspekte der Steuer-Fähigkeiten werden im Kommentar zu ¶60 ausführlicher erklärt.

¶14 ṭhapetvā āpo-dhātum ādito patṭhāya dvādasavidham oḷārika-rūpaṃ nāma | itaraṃ sukhuma-rūpaṃ nāma || oḷārika-rūpaṃ eva santike rūpaṃ nāma || sukhuma-rūpaṃ dūre rūpaṃ nāma || Ausgenommen die fünf, die mit Wasser-Element beginnen (¶2, 2 - ¶3, 6), heißen die folgenden zwölf (¶3, 7 - ¶5, 18) grobe Körperlichkeit; die anderen heißen feine Körperlichkeit. Die grobe Körperlichkeit heißt nahe Körperlichkeit, die feine Körperlichkeit heißt ferne Körperlichkeit.

Komm: Die grobe oder nahe Körperlichkeit wird im direkten Sinnenkontakt, sozusagen als dessen unmittelbarer Bestandteil, erkannt. Das Erkennen der feinen oder fernen Körperlichkeit braucht die vergleichende Vermittlung des Geistes.

¶15 sa-kamma-ja-rūpaṃ upādinnaṃ | sesaṃ anupādinnaṃ nāma || Die mit dem Tun zustande gekommene Körperlichkeit ist angenommen, die übrige heißt nicht-angenommen.

Komm: Als Tun (kamma) gilt jede mit Absicht (cetana) durchgeführte Aktivität. Die mit dem Tun entstandene Körperlichkeit (kamma-samuṭṭhāna-rūpa), wie auch ihre Bedingtheit durch die Absicht (kamma-paccaya) kann schon von einem Anfänger in der Achtsamkeitsmeditation erkannt werden. Sie tritt zum Beispiel als Bewegungs- und Druckempfindungen bei einer absichtlichen Veränderung der Körperstellung hervor. Ob gleichzeitig entstanden (sahajāta) oder als ein später folgendes Ergebnis (vipāka), alle im Zusammenhang des Tuns konkret zustande gekommene Körperlichkeit wird als die angenommene oder „aufgenommene“ (upādinna von upa-ādiyati, wörtlich: „auf-nehmen“) Körperlichkeit erkannt. Hier gilt als die angenommene Körperlichkeit nur jene, die im eigentlichen Sinne der Analyse in Rūpavibhāga meditativ erkennbar ist. Weder die Materie der als „Lebensnotwendigkeiten“ (upādi oder upadhi) angeeigneten Dinge noch jene der unabhängig existierenden anderen Dinge und Lebewesen kommt bei dieser Unterscheidung in Betracht. Rūpa ist hier also nicht im Sinne des Stoffs oder der Materie eines äußerlich existierenden Körpers zu verstehen – vgl. Komm. Erklärung zu ¶18 und ¶29.

¶16 rūp'-āyatanaṃ ev' ekaṃ sanidassanaṃ | itaraṃ anidassanaṃ ||
oḷārikaṃ sappatighaṃ | itaraṃ appatighaṃ ||

Nur als ein körperlicher Gegenstand [des Sehorgans] ist sie sichtbar, die andere ist unsichtbar. Als grobe leistet [die Körperlichkeit den Wahrnehmungsorganen] Widerstand, die andere leistet keinen Widerstand.

Komm.: Die sichtbare Körperlichkeit ist das als Bestandteil des Kontakts (phassa) zwischen dem Sehorgan (cakkhu-āyatana, cakkhu-dhātu) und dessen Gegenstand (rūpa-āyatana, rūpa-dhātu ¶3, 10, ¶40) vorkommende Phänomen. Die grobe Körperlichkeit leistet den Sinnen im Sinnenkontakt einen Widerstand (patighaṃ), indem sie zurück (paṭi-) schlägt (ghanati, hanati), das heißt, auf ihre Einstellung direkt reaktionsfähig ist – vgl. Kommentar zu ¶14.

[Rūpassa jāyana – Zustandekommen der Körperlichkeit]

¶17 aṭṭh'-indriyāni hadaya-vatthu ca kamma-jān' eva ||
kāya-viññatti vacī-viññatti ca citta-jān' eva ||
saddo utu-cittehi jāyati || lahutā mudutā kammaññatā ca
utu-citt'-āhārehi jāyanti || jāti-jarā-maraṇāni kira na kehici
samuṭṭhahanti || upacaya santatiyo jāyant' ṭṭi vuccanti ||
sesāni nava rūpāni utu-citt'-āhāra-kammehi jāyanti ||

Die acht Steuer-Fähigkeiten und die Herz-Grundlage kommen als solche durch das Tun zustande. So kommen der körperliche und sprachliche Ausdruck durch den Geist zustande. Das Hörobjekt kommt durch den Zeitverlauf und den Geist zustande.

Die körperliche Beweglichkeit, die Geschmeidigkeit und die Gefügigkeit kommen durch den Zeitverlauf, den Geist und die Nahrung zustande. Geburt, Altern und Sterben entstehen sozusagen durch nichts [Besonderes]. Das Anhäufen kommt durch die Fortsetzung zustande, so wird gesagt. Die übrigen neun [Arten der] Körperlichkeit (¶2, 1 - 4, ¶3, 10 - 14) kommen durch den Zeitverlauf, den Geist, die Nahrung und das Tun zustande.

Komm.: Das Suffix -jā bedeutet wörtlich „geboren“ und bezeichnet die Geburt einer neuen Situation. Hier bezeichnet es das Zustandekommen (jāyana, Geborenwerden) einer neuen Gestalt oder einer qualitativ anderen Konfiguration von Elementen. So bekommen zum Beispiel auch die fünf Sinnenorgan-Elemente (¶3, 5 - 9) und die Herz-Grundlage (¶5, 18) erst im Kontext einer intentionalen sensorischen oder sensomotorischen Aktivität – also im Zusammenhang des

absichtlichen Tuns (kamma) – ihre Wirklichkeit als die Steuer-Fähigkeiten oder als die stützende Grundlage.

Das hier als „Zeitverlauf“ übersetzte Wort utu kann je nach Kontext mehrere Bedeutungen haben, die in sich aber immer die Periodizität, Energie und Schwankung tragen.⁵⁴ So kommt das als Schall oder Melodie wahrgenommene Hörobjekt (sadda) erst im Zeitverlauf der Vibrationen und der Änderung ihrer Amplitude und Wiederholung, die der Geist vergleicht, zustande.

Als Nahrung (āhāra) muss nicht bloß die stoffliche Nahrung (kabalīnkāra āhāra), sondern es können auch die anderen Arten der Nahrung, wie zum Beispiel die Sinnenkontakt-Nahrung (phass'-āhāra), mitwirken.⁵⁵

Als Geburt, Altern und Sterben werden hier die in ¶7 angeführten Prozesse der Körperlichkeit gezählt.

[Rūpa-rūpaṃ ādika – Eigentliche Körperlichkeit usw.]

¶18 ādito paṭṭhāya sattarasa āhāro cā 'ti |
atṭhārasa-vidham pi rūpa-rūpaṃ nāma ||

Die ersten siebzehn und die [stoffliche] Nahrung,
diese achtzehn heißen die eigentliche Körperlichkeit.

Komm: Durch die Verdoppelung des Wortes rūpa wird hier die Denotation des Begriffs rūparūpa auf die Körperlichkeit im eigentlichen engeren Sinne eingeschränkt. Wie auch bei anderen Pāli-Begriffen ist die Bedeutung von rūpa sehr stark kontextuell bedingt. Als Gegensatz zu der gesamten Menge geistiger Phänomene (nāmak-khandha), wie in der Dyade nāma-rūpa oder im Fünfer der Mengen von Prozessen, welche die fünf Persönlichkeitskomponenten (pañcak-khandha) darstellen, bedeutet rūpa die Körperlichkeit im weitesten Sinne. So ist rūpa als durch den Geist (nāma) erkanntes Objekt (ārammaṇa) oder als dessen Stütze (nissaya) eine Bedingung (paccaya). In diesem umfassendsten Sinne ist rūpa die unreduzierbar eigenartige, das heißt eine Eigenatur (sabhāva) besitzende, konkrete Gestalt, Form oder Konfiguration (saṅghāna).

In einem spezifischen Sinne als das durch das Sehorgan (cakkhu-āyatana) zu erkennende Ding ist rūpa das Bild oder die Farbe (vaṇṇa) des Sehobjekt-

⁵⁴ Für die Übersetzung von utu als „Temperatur“ – wie dies in einigen älteren philosophischen Versuchen über den Abhidhamma vorkommt – gibt es weder eine etymologische noch eine von Konnotationen abgeleitete Rechtfertigung.

⁵⁵ Die vier Arten der Nahrung werden zum Beispiel in *Vibhaṅga* (1978 : 402f), dem zweiten Opus des *Abhidhamma-Piṭaka* angeführt. Eine ausführliche Erklärung gibt Nyāṇaponika in *Im Lichte des Dhamma* (1989 : 173 – 196).

Gegenstandes (rūpa-āyatana). Davon ist dann die umgangssprachliche Bedeutung von rūpa als das Erscheinungsbild des Körpers (sarīra) eines Lebewesens oder einer Statue, die, wie zum Beispiel das Buddha-Bildnis (buddha-rūpa), als Vorlage einer Vorstellung für die Meditation (kaṣiṇa-nimitta) dienen kann. Die Bedeutung von rūparūpa als die eigentliche Körperlichkeit wird hier durch den Unterschied zu den folgenden Konfigurationen der Körperlichkeit klar, die durch eine Veränderung (vikāra) oder durch das vergleichende Merken (sallakkhaṇa) zustande kommen.

¶19 kāya-viññatti-ādikaṃ pañca-vidhaṃ pi rūpa-vikāro nāma ||

ākāsa-dhātu kira rūpa-paricchedo nāma ||

jāti-jarā-maranāṇi tīṇi lakkhaṇa-rūpāni nāma ||

Der mit dem Körper-Ausdruck beginnende Fünfer heißt

Körperlichkeitsveränderung. Das Raum-Element wird Abgrenzung der Körperlichkeit genannt. Geburt, Altern und Sterben heißen drei Eigenschaften der Körperlichkeit.

[Kāmaloke rūpaṃ – Körperlichkeit der Sinnenwelt]

¶20 sabbāni pan' etāni rūpāni kāma-loke anūnāni labbhanti
saṃsedajānaṃ c' eva opapātikānaṃ ca ||

Alle diese [Arten der] Körperlichkeit sind in der Sinnenwelt [vorhanden], ausgenommen die dort vorkommenden feuchtigkeitsgeborenen und die spontan in Erscheinung tretenden [Wesen].

Komm: Die abhidhammische Psychokosmologie unterscheidet drei Welten: 1. die Welt der Sinnen und der Sinnlichkeit (kāma-loka), die grob mit der Welt unserer alltäglichen Erfahrung gleichgesetzt werden kann, die aber auch Lebensbereiche minderer Götter (devā), Dämonen (yakkhā) und höllischer Wesen (nirayikā) miteinschließt, 2. die Welt der Form (rūpa-loka) und 3. die formenfreie Welt (arūpa-loka). Der Zugang zu den beiden letzteren Welten und die Kommunikation mit den dort erscheinenden, göttlichen Wesen (brahmā) ist in der fortgeschrittenen Meditation der Geistesruhe (samatha-bhāvanā) möglich. Im Unterschied zu den Menschen und Tieren kommen bei den Wesen niederer Lebensformen, die aus Feuchtigkeit oder Plasma entstehen (saṃseda-ja), gewisse Arten der Körperlichkeit nicht vor. Dasselbe gilt für die Dämonen und die Götter, die auch in der Sinnenwelt spontan erscheinen (opapātikā) können.

¶21 aṇḍaja-jalābujānaṃ pana itthi-purisānaṃ paṭisandhikāle
 kāya-dasaka-bhāva-dasaka-vatthu-dasaka-vasena tīṇi
 dasakāni pātubhavanti || napuṃsakassa pana bhāva-
 dasaka natthi | tathā paṭhama-kappikānaṃ ||
 tesaraṃ pana pavattikāle kamena cakkhu-dasaka-sota-
 dasaka-ghāṇa-dasaka-jivhā- dasakāni pātubhavanti ||
 Die Egeborenen und Schoßgeborenen haben jedoch als
 weiblich oder männlich entsprechend der körperlichen Dekade,
 geschlechtlichen Dekade und Grundlagen-Dekade in einer
 zeitlichen Verbindung drei Dekaden, wenn sie in Erscheinung
 treten. Geschlechtlose Wesen haben aber keine geschlechtliche
 Dekade, so ist es in der ersten Zeitspanne.
 Erst mit der Zeit geschieht es, dass die Dekaden des Sehorgans,
 Hörorgans, Riechorgans und Schmeckorgans in Erscheinung
 treten.

Komm.: Diese Einteilungen entsprechen einer in meditativer Analyse ergründeten Psychokosmogonie, die in Dhamma-hadaya Vibhaṅga ausführlich behandelt ist.⁵⁶ Die Zeitspannen oder „Weltzyklen“ (kappa) bezeichnen das Entstehen und Eingehen der Welten, wie es in der Meditation festgestellt werden kann. Beim Herunterkommen von den höchsten formenfreien Welten sind in dem ersten Weltzyklus (paṭhama-kappikānaṃ) nur geschlechtslose Wesen (napuṃsaka) anzutreffen, die erst in einer zeitlichen [Wieder-]Verbindung oder Wiedergeburt (paṭisandhi-kāle) mit weiteren körperlichen Formen ausgestaltet werden. Bei den Wiedergeburten innerhalb der Sinnlichkeitswelt (kāma-loka) findet solche abgestufte Ausgestaltung nicht statt. Ob man als Tier oder Mensch wiedergeboren wird, ob es sich um ein „Sterben und Wiedergeburt“ (cuti-paṭisandhi) einer Geist-Körper-Verbindung (nāma-rūpa) handelt, die in meditativer Analyse geistiger Prozesse (citta-vīthi) erfaßt wird, die geschlechtliche und Grundlagen-Dekaden werden wiederholt in Erscheinung treten (pātu-bhavanti) – vgl. ¶43.

⁵⁶ Vibhaṅga (PTS 1978 : 404 – 426), das zweite Opus des *Abhidhamma-Piṭaka* (englische Übersetzung von Thiṭṭhila: *The Book of Analysis*, 1969 : 516 – 543). Die konkrete Anwendung dieser Psychokosmologie auf dem Arbeitsplatz (*kammatṭhāna*) der abhidhammischen Psychotherapie und Geistesschulung erklärt ausführlich Vogt-Fryba in *Können und Vertrauen* (1991 : 168 - 184 und 320 - 406).

¶22 tesu avinibbhoga-rūpānañ c' eva kāy'-indriya-jīvit'-indriyānañ
ca vasena kāya-dasakaṃ veditabbaṃ || evaṃ sesa-dasakāni
pi yojetvā veditabbāni ||

Die zu der untrennbaren Körperlichkeit [gezählte], wie auch jene den körperlichen und den Leben-Steuer-Fähigkeiten entsprechend eingeteilte [Körperlichkeit] ist da als die körperliche Dekade zu verstehen. Die übrigen Dekaden sind dann in der jeweiligen Kombination zu verstehen.

Komm.: Die rechnerischen Aufgaben, die uns im Text des Abhidhammasaṅgaha immer wieder gestellt werden, die Vergegenwärtigung all der angeführten Fünfer, Dekaden usw. und die zu ihnen gehörenden Phänomene, setzen voraus, daß wir mindestens die erste Einteilung der Phänomene auswendig kennen. Dies ist wohl eine weniger anspruchsvolle intellektuelle Leistung als jene, die von einem Primarschüler erwartet wird, wenn er die Multiplikation lernt. Man muß aber auch den Zweck und die Logik des abhidhammischen Rechnens begriffen haben.

Im Text wird zuerst eine Gesamtzahl der Phänomene gemäß der ersten Einteilung angeführt, worauf die Zahlen einzelner Kombinationen folgen. Diese werden eventuell mit der Zahl der möglichen Variationen eines Aspekts des Phänomens multipliziert und dann addiert, wobei die Summe keineswegs der Gesamtzahl, von der man ausgegangen ist, gleich sein muß. Würde man die Zahlen als eine Anzahl scholastischer Kategorien auffassen, dann käme man zum Schluß, daß es sich um eine rechnerisch fehlerhafte Scholastik handelt. Abhidhamma ist jedoch keine Scholastik, sondern ein empirisches Erkenntnis-system, das sich auf konkrete Elemente der untersuchten Mengen von Phänomenen bezieht – und diese empirisch-analytisch gewonnenen Mengen können sich auch überschneiden.⁵⁷

⁵⁷ Die verschiedenen Kombinationen von Erlebenselementen sind in *Dhātu-Kathā* (PTS 1892), dem dritten Opus des *Abhidhamma-Piṭaka* behandelt (englische Übersetzung von Nārada *Discourse on Elements*, 1962). *Yamaka* (PTS 1911), das sechste Opus des *Abhidhamma-Piṭaka* behandelt die verschiedenen Mengenzuordnungen. Die in ¶21 und ¶22 angeführten Dekaden der Körperlichkeit usw. erklärt gemäß der Tradition der alten Lehrer (*porāṇa ācariyā*) und ihrer Kommentare (*sīhala-atthakathā*) Buddhaghosa in *Visuddhi-Magga* (PTS 1975 : 552ff und 587ff); vgl. hierzu deutsche Übersetzung von Nyāṇatiloka *Der Weg zur Reinheit* (1975). Eine eingehende philosophische Untersuchung aller Begriffe der abhidhammischen Analyse der Körperlichkeit unternimmt Karunadasa in *Buddhist Analysis of Matter* (1989).

Die Anwendung der Rechnungen hat in Abhidhamma nicht den Zweck, eine abstrakte Theorie einer reinen Wissenschaft hervorzubringen, sie ist ein Instrument der Vergegenwärtigung konkreter Dinge, ein Mittel der Schulung wirklichkeitsbezogener Weisheit (paññā), die in der Satipaṭṭhāna-Vipassanā benützt wird.

[Rūpaloke rūpaṃ – Körperlichkeit der Formenwelt]

¶23 rūpa-loke pana ghāṇa-jivhā-ghandha-rasa-phoṭṭabbāni c' eva
itth'-indriya-puris'-indriyāni ca na labbhanti || asaññaṇaṃ pana
cakkhu-sota-vatthu-saddāni pi na labbhanti ||

In der Formenwelt sind jedoch kein Riechorgan, Schmeckorgan, Riechobjekt, Schmeckobjekt und Berührungsobjekt vorhanden, wie auch keine Weiblich- oder Männlich-Steuer-Fähigkeiten.

Bei jenen durch keine Wahrnehmung ausgestatteten Wesen sind auch kein Sehorgan, Hörorgan, keine [Herz-]Grundlage und kein Schall (Hörobjekt) vorhanden.

¶24 arūpa-loke pana rūpaṃ eva natthi ||
na arūpaka-sattānaṃ paṭisandhikāle na saddo viyā

In der formenfreien Welt gibt es eben keine Körperlichkeit.
Die formenfreien Wesen sind in keiner zeitlichen Verbindung,
nicht wie Schall,

'ti rūpavibhāgo niṭṭhito

so ist die Analyse der Körperlichkeit abgeschlossen.



[A R Ū P A V I B H Ā G A – Analyse des Nicht-Körperlichen]

¶25 arūpaṃ pana citta-cetasika-nibbāṇa-vasena ti-vidhaṃ ||
Das Nicht-Körperliche ist demnach dreifach gemäß der Einteilung
in Geist, Geistesfaktoren und Nibbāna.

Komm.: Mit dem Wort pana wird hier auf den vorangehenden Text über das Körperliche negativ Bezug genommen, um die anderen kontextuellen Bedeutungen von arūpa auszuschließen (vgl. Erklärungen zu rūpa im ¶18).

Das Nicht-Körperliche ist also durch die Einteilung in die drei wirklich existierenden Dinge – Geist, Geistesfaktoren, Nibbāṇa – erschöpfend definiert. Es braucht keine weitere Annahme irgendeiner Ursubstanz oder irgendeines Ich-Wesens (attā), um die gesamte nicht-körperliche Wirklichkeit zu erklären.

Der Geist als ein ganzheitliches, das heißt ohne Zerlegung erlebbares Phänomen, wird je nach Kontext mit den synonymen Begriffen citta oder mano oder viññāṇa bezeichnet. Citta bezeichnet den Geist, wenn er im Kontext einer vergleichenden Analyse als ein Bewusstseins- oder Geisteszustand den anderen Zuständen gegenübergestellt und nach ethisch-psychologischen Kriterien diagnostisch gewertet wird. Dies geschieht zum Beispiel mittels der Cittānupassanā-Meditation, die den Geist als die dritte Grundlage der Achtsamkeit (satipaṭṭhāna) nimmt. Mano bezeichnet das psychische Organ, also den Geist im Kontext der strukturellen und prozessuellen Analyse des gesamten geistigen Apparats. Viññāṇa bezeichnet den Geist im Bezug auf ein wahrgenommenes Objekt, also als ein erkennendes Bewusstsein.

[Cittavibhāga – Analyse des Geistes]

¶26 tattha cittaṃ tāva saṅkhepena |₁ paṭisandhi-₂ bhavaṅg'-
₃ āvajjana-₄ dassan'-ādi-₅ sampaticchana-₆ santīraṇa-
₇ votthapana-₈ javana-₉ tad'-ālambaṇa-₁₀ cuti-vasena |
dasadhā ṭhitam ||

Darin ist nun citta, zusammenhängend dargelegt, zehnfach in Stadien; nämlich gezählt als (1.) Wiederverbindung, (2.) Werde-Gang, (3.) Aufmerken, (4.) Sehen usw., (5.) Entgegennehmen, (6.) Prüfen, (7.) Feststellen, (8.) Impulsion, (9.) Objekt-Registrieren, (10.) Schwinden.

Komm.: Im Geistesprozess (citta-vīthi) entstehen diese Stadien (ṭhitam), deren Folge durch Unmittelbarkeit- (samanantara-paccaya) und Anlass-Bedingungen (upanisaya-paccaya) bestimmt ist. Damit man fähig wird, in der Achtsamkeitsmeditation diese Abfolge und deren Bedingtheit zu erkennen, ist die Kenntnis der neunundachtzig Geisteszustände vorausgesetzt, welche die Funktionen (viññāṇa-kicca) der zehn Stadien des Geistesprozesses.⁵⁸

Eine kurze synthetisierende Beschreibung des Geistes, die auf eine klare Weise die grundlegenden abhidhammischen Auffassungen wiedergibt, wurde von Mahāthera Buddhadatta in seinem, bisher nie aus dem Pāli übersetzten, Werk Abhidhamma-Avatāra (Realisation des Abhidhamma) wie folgt formuliert:

cittam | cetasikam | rūpam | nibbāṇan |
'ti niruttaro catudhā desayī dhamme | catusaccappakāsano ||
Geist, Geistesfaktoren, Körperlichkeit, Nibbāna,
diese vier hintersten Wirklichkeiten erklärt er, die vier Wahrheiten lehrend.
tatha cittan 'ti visayavijjānanam cittam || tassa pana ko vacanatto ||
vuccate | sabbasaṅgāhaka-vasena pana cinteti 'ti pi cittam | attano
santānam vā cinoti 'ti pi cittam ||
Geist ist hier „der Welt bewusst sein“. Welche Bedeutung hat aber weiter
diese Aussage?

Sie heißt: dadurch auch, daß er alles zusammen bringt, denkt er, so ist der Geist, wie auch die eigene Kontinuität sammelt er, so ist der Geist.

vicittakaraṇā cittam | attano cittatāya vā |
paññattiyam pi viññāṇe |
vicitte cittakammake | cittasammuti daṭṭhabbā |
viññāṇe idha viññunā ||

Unterscheidende Tätigkeit ist der Geist, mittels eigener Wechselhaftigkeit;
im Begriff [faßt er] die Bewusstwerdungen,
die verschiedenen Abbildungen, die nach Geistes Wahl einzuteilen sind;
darin [werden erlebbar] die Bewusstwerdungen dem Erlebenden.⁵⁹

⁵⁸ Die beiden Werke *Abhidhamma-Saṅgaha* und *Abhidhamma-Avatāra* des Mahāthera Buddhadatta sind die überhaupt ältesten bekannten Texte, in welchen diese zehn Stadien des Geistesprozesses systematisch angeführt und als solche zusammenhängend erklärt werden. In den kanonischen Texten des *Abhidhamma-Piṭaka* findet man sie in verschiedenen Kontexten zerstreut.

⁵⁹ Zitiert vom Urtext *Abhidhamma-Avatāra*, *Citta-Niddeso* 8-9. In diesem Zitat wird auch die Tatsache festgehalten, dass die abhidhammische Erfassung der Wirklichkeit im Rahmen des Paradigmas der Vier Edlen Wahrheiten (*catu-sacca*) geschieht und dadurch ethisch wertorientiert (*kusala – akusala*) ist, weil sie der Befreiung von allen Ursachen und Formen des Leidens dient.

¶27 vitthārena pana ekūnanavuti-vidhaṃ hoti || kathaṃ ||
Auseinandergenommen ist nun [citta] neunundachtzigfach.
Wie denn?

Komm: Das analysierende Auseinandernehmen (vitthārena, breit-fassen) des Geistes ist hier nicht bloß eine Ausführung des zuvor Zusammengefassten (saṅkhepena). Ob der Geist heilsam (kusala) oder unheilsam (akusala) in seiner Intentionalität (kamma) ist, entscheidet über das Wohl und Leiden in den resultierenden Geisteszuständen (vipāka cittāni – ¶40-49).

[Kusala cittāni – Heilsame Geisteszustände]

[Kāmāvacara cittāni – Geisteszustände der Sinnenphäre]

¶28 1 somanassa-sahagataṃ ñāṇa-sampayuttaṃ
asāṅkhārikaṃ ekaṃ
2 somanassa-sahagataṃ ñāṇa-sampayuttaṃ
asaṅkhārikaṃ ekaṃ
3 somanassa-sahagataṃ ñāṇa-vippayuttaṃ
asaṅkhārikaṃ ekaṃ
4 somanassa-sahagataṃ ñāṇa-vippayuttaṃ
asaṅkhārikaṃ ekaṃ
5 upekkhā-sahagataṃ ñāṇa-sampayuttaṃ asaṅkhārikaṃ ekaṃ
6 upekkhā-sahagataṃ ñāṇa-sampayuttaṃ asaṅkhārikaṃ ekaṃ
7 upekkhā-sahagataṃ ñāṇa-vippayuttaṃ asaṅkhārikaṃ ekaṃ
8 upekkhā-sahagataṃ ñāṇa-vippayuttaṃ asaṅkhārikaṃ ekaṃ
- 'ti imāni aṭṭha kāmāvacara-kusala-cittāni nāma ||

- (1.) freude-begleitet und mit Wissen verbunden, spontan,
- (2.) freude-begleitet und mit Wissen verbunden, angeregt,
- (3.) freude-begleitet und ohne Wissen spontan,
- (4.) freude-begleitet und ohne Wissen angeregt,
- (5.) indifferenz-begleitet und mit Wissen verbunden, spontan,
- (6.) indifferenz-begleitet und mit Wissen verbunden, angeregt,
- (7.) indifferenz-begleitet und ohne Wissen spontan,
- (8.) indifferenz-begleitet und ohne Wissen angeregt

– diese acht heißen die heilsamen Geisteszustände der Sinnenphäre.

¶29 te hadayaṃ nissāya vā anissāya vā | mano-viññāṇa-dhāt'-
āvajjān'-antaraṃ rūpaṃ vā saddaṃ vā gandhaṃ vā rasaṃ vā
phoṭṭhabbaṃ vā dhammaṃ vā ālambitvā | dāna-sīla-bhāvan'-
ādisu aññatara-mayāni hutvā uppajjanti ||

Dem Herz innewohnend oder außerhalb bestehend, unmittelbar nachdem das Geist-Bewusstsein-Element-Aufmerken entweder das Sehobjekt oder Hörobjekt oder Riechobjekt oder Schmeckobjekt oder Berührungsobjekt oder Geistobjekt ergreift, entstehen [jeweils ein von diesen acht heilsamen Geisteszuständen], deren [Grund im Erleben der] Freigebigkeit, Sittlichkeit, Meditation oder in einem anderen ähnlichen [Ding] besteht.

Kommentar: Die Unterscheidung dieser acht heilsamen Geisteszustände ist das überhaupt erste Rüstzeug zur Analyse des Geistes, das sich die angehenden Abhidhammikā aneignen. Dafür gibt es mehrere Gründe.

Erstens wird hier anhand konkreter Beispiele gezeigt, wie man bei der Analyse des Geistes am Einfachsten vorgeht – damit man dennoch zur Entfaltung der höheren Geisteszustände in der Meditation befähigt wird.

Zweitens werden hier – hinsichtlich des gleichen Zwecks – die Prinzipien der Entstehung eines Bewusstseins im Aufmerken (āvajjana) und der körperlichen Verankerung des Geistes im Herzen (hadaya) erklärt.

Die acht heilsamen Geisteszustände der Sinnensphäre entstehen sowohl im Alltagserleben wie auch in der Meditation und deren Reflexion. Indem man nach ihnen Ausschau hält, pflegt man dem Guten und Heilsamen Aufmerksamkeit zu schenken, um es durch diese Zuwendung zu nähren und zu stärken. Man lernt beim Erkennen dieser Geisteszustände, jene abhidhammischen Matrizen (mātikā)⁶⁰ methodisch anzuwenden, mit welchen man dann den Geist nach den Kriterien des angenehmen, neutralen und unangenehmen Gefühls, der damit zusammenhängenden Heilsamkeit und Glückssteigerung, der Verbundenheit mit Wissen, Denken, Wollen usw. analysiert, wählt und kultiviert.

Folgende Beispiele konkreter Situationen sollen das Erfassen dieser acht heilsamen Geisteszustände im Alltag erleichtern.

Wenn ich in einer guten Stimmung (somanassa) einem Kind ein seinem Alter angemessenes Spielzeug schenke, tue ich es offensichtlich mit einem Geist, der einem der ersten vier oben angeführten acht Geisteszustände entspricht. So auch, wenn bereits mein Planen und Vorstellen des Schenkens von Vorfreude begleitet ist.

⁶⁰ Es handelt sich um die ersten drei Matrizen im *Mātikā*-Text, die in *Dhammasaṅgani* (PTS 1978 : ¶1 - ¶1619 und ¶1981 - ¶1989) beschrieben sind. Einige Hinweise zur praktischen Anwendung dieser Matrizen gibt es auf den Seiten 15ff und 26ff).

Wenn ich die Freigebigkeit (dāna) mit einem wirklichkeitsgemäßen Verständnis (ñāṇa) der Zusammenhänge ausübe, heißt es im eigentlichen Sinne des Abhidhamma nicht, dass ich bloß weiß, womit man in welchem Alter spielt, sondern es bedeutet vielmehr, sich die den Dhamma ausmachenden Zusammenhänge zu vergegenwärtigen. Durch Freigebigkeit übt man das Loslassen und Sich-Öffnen für das Neue, vor allem neutralisiert man dadurch die eigene Gier. Dies und insbesondere das Wissen über die Zusammenhänge zwischen Kamma und Vipāka (Tun und Ergebnis – vgl. Erklärung zu ¶15, ¶40 und ¶46) macht Ñāṇa aus. Wenn man also mit solchem Wissen schenkt, erlebt man einen von den 1., 2., 5. oder 6. Geisteszuständen.

Dies spricht gegen den falschen Glauben, dass man es nicht wissen solle, wenn man Gutes tue, wie auch gegen die Meinung, dass ein reflektierendes Nachdenken die Gefühle schwächen würde. Das wirklichkeitsgemäße Erwägen (yoniso manasikāra) kann nicht nur reale Anlässe zur Freude entdecken, sondern auch selbst eine Quelle der Freude sein.⁶¹ Zum künftigen Glücklichein tragen auch die heilsamen Geisteszustände bei, die mit dem „weder-unangenehmen-noch-angenehmen“ (adukkham-asukha), hier als die hedonische „Indifferenz“ (upekkhā) bezeichneten Gefühl entstehen. Am häufigsten kommen die indifferenteren oder angenehmen mit Wissen (ñāṇa) verbundenen Geisteszustände (1., 2., 5. und 6.) in der Achtsamkeitsmeditation (satipaṭṭhāna-vipassanā-bhāvanā) vor, wenn man die Phänomene weise erwägt.

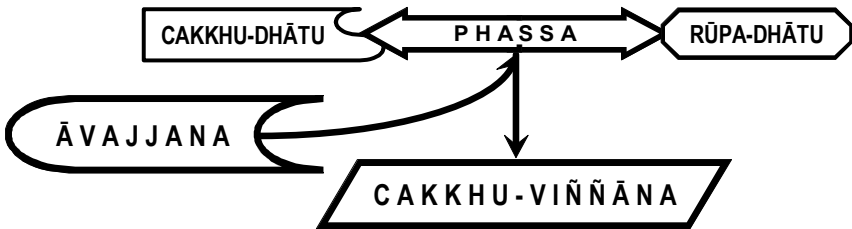
Im Alltag kommen die mit Wissen verbundenen Geisteszustände vor allem dann vor, wenn ich eine Entscheidung treffe und dabei als Kriterien meine Entschlüsse des grundlegenden ethischen Trainings (sīla) benütze.⁶² Wenn meine Entscheidung ethisch zu handeln zwar beglückend ist, aber erst nach einem Erwägen der Umstände und möglicher Folgen zustande kommt, handelt es sich um den 2. Geisteszustand, der durch die Erwägungen angeregt (sasaṅkhārika) ist. Wenn ich aber diese Entscheidung unmittelbar nach dem Erfassen der Situation ohne Erwägungen treffe, handelt es sich um den 1. Geisteszustand, der zwar spontan (asaṅkhārika) entsteht, jedoch mit Wissen (ñāṇa) verbunden ist. Es kann aber auch vorkommen, dass es eine nicht-freudige innere Selbstüberwindung verlangt, um die grundlegende Ethik einzuhalten, dann handelt es sich um den durch Willen angeregten (sasaṅkhārika) 7. Geisteszustand.

⁶¹ Für Beschreibungen des konkreten Vorgehens bei der praktischen Übung im weisen Erwägen siehe *Anleitung zum Glücklichein – Die Psychologie des Abhidhamma* (Frýba 1987 : 93 - 104 und 217ff).

⁶² Die fünf persönlichen Entschlüsse des ethischen Trainings (*pañca-sīla sikkhā-padā*) sind für die Laien: 1. Lebewesen nicht töten oder verletzen, 2. das Nicht-Gegebene nicht nehmen, 3. sinnliche Ausschweifungen vermeiden, 4. vom unwahren und rohen Reden abstehen, 5. nichts einnehmen, was die Achtsamkeit mindert. Für Mönche und Nonnen bedeutet *Sīla* das Einhalten der Sittlichkeit gemäß *Vinaya*-Regeln.

Die Dauer eines Geisteszustand ist nach Abhidhamma dadurch bestimmt, dass das Bewusstsein auf das gleiche Objekt (ārammaṇa) bezogen bleibt, und dabei die Kombination von Geistesfaktoren (cetasikā) gleich ist – vgl. ¶58. Ähnlich wie Kinder die Multiplikation am leichtesten in einem Einkaufsspiel erlernen, so bringt auch beim abhidhammischen Einmaleins das praktische Ausprobieren in der Alltagsbeobachtung schneller Fortschritt des Verstehens, als es ein theoretisches Weiterstudium oder ein begrifflich spekulatives Vergleichen vermögen würde. Ohne viel Grübeln fassen wir einfach die Erinnerung einer Alltagssituation samt den mit ihr verbundenen Geisteszustand einfach als ein bestimmtes Bewusstsein (viññāṇa) auf.

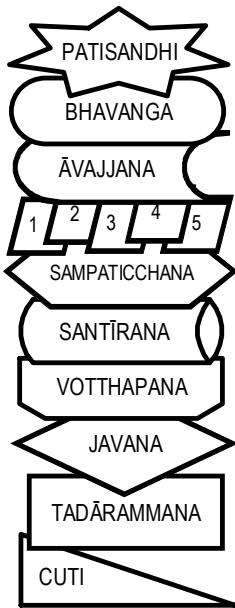
Jedes Bewusstsein (viññāṇa) von irgendetwas (ārammaṇa) ist zugleich eine separate Einheit des Geistes (citta), die auch als ein Organ des Erkennens (mano) verschiedene Funktionen im Laufe des Erlebens und Bewusst-Werdens ausübt. Eine der Funktionen ist das Aufmerken (āvajjana) auf den Kontakt (phassa) zwischen dem Sinnesorgan und seinem Objekt, eine andere ist dann das als Nächstes kommende Feststellen (votthapana) der Beziehung zu einem vergangenen Geisteszustand, usw. Machen wir uns hier zuerst ein Bild darüber, wie zum Beispiel ein Seh-Bewusstsein (cakkhu-viññāṇa) bedingt durch das Aufmerken (āvajjana) entsteht:



Gleich, in was für einem Geisteszustand wir uns befinden, ob er von Heilvollem oder Unheilvollem resultiert (vipāka), motivationell verwurzelt (sahetuka) oder rein funktionell (kriyā) ist, wenn wir von ihm her als unserem Standpunkt auf irgendetwas hin aufmerken, dann handelt es sich um das Aufmerken (āvajjana), das im obigen Diagramm in seinem Kontext dargestellt ist. Das Aufmerken wird von einem Geist-Element (mano-dhātu) oder einem Geist-Bewusstsein-Element (mano-viññāṇa-dhātu) bewerkstelligt. Diese Element (dhātu) ist also das Organ des Erkennens; es ist selber ein Bewusstsein (viññāṇa), welches alle Arten des Bewusstseins (viññāṇak-khandha) als sein Objekt (ārammaṇa) ergreifen kann. Auch wenn es als sein Objekt die Zusammenhänge zwischen Phänomenen (saṅkhārak-khandha) einschliesslich einige Arten der Körperlichkeit (sukhumarūpa), wie auch alle Wahrnehmungen (saññāk-khandha) und alle Gefühle (vedanāk-khandha) ergreift, werden diese Phänomene (dhammā) eben durch

das Aufmerken (āvajjana) zu separaten Einheiten des Bewusstseins (viññāṇa), die weiterhin im Kontakt (phassa) mit dem Geist-Bewusstsein-Element (mano-viññāṇa-dhātu) die Stellung des zu erkennenden Phänomen-Elements (dhamma-dhātu) einnehmen.

Wenn ein Phänomen den Stellenwert eines Elements (dhātu) zugesprochen bekommt, heißt es, dass es nun in den strukturellen Zusammenhängen gesehen wird. So definiert man die Elemente der primären Körperlichkeit (bhūta-rūpaṃ – ¶2), wie auch jene der abhängigen Körperlichkeit (upādā-rūpaṃ – ¶3), die man paarweise in ihrem Kontakt (phassa) erlebt, aus dem man sie eigentlich erst analytisch heraus gewinnt. Dies gilt für die Fünfsinnenwahrnehmung, wie auch für den Kontakt des Geist-Organs (mano-dhātu oder mano-viññāṇa-dhātu) mit dessen Gegenständen (dhammā) – solange also der Geist (mano) als Merk-Organ funktioniert. Als Denk-Organ hat der Geist nicht mehr zu Gegenstand die wirklich existierenden Phänomene (dhammā), sondern die nicht-realen Inhalte der Begriffe (paññatti) – dies ist aber eine andere Geschichte, die nicht in den hier besprochenen Bereich der Meditation gehört.



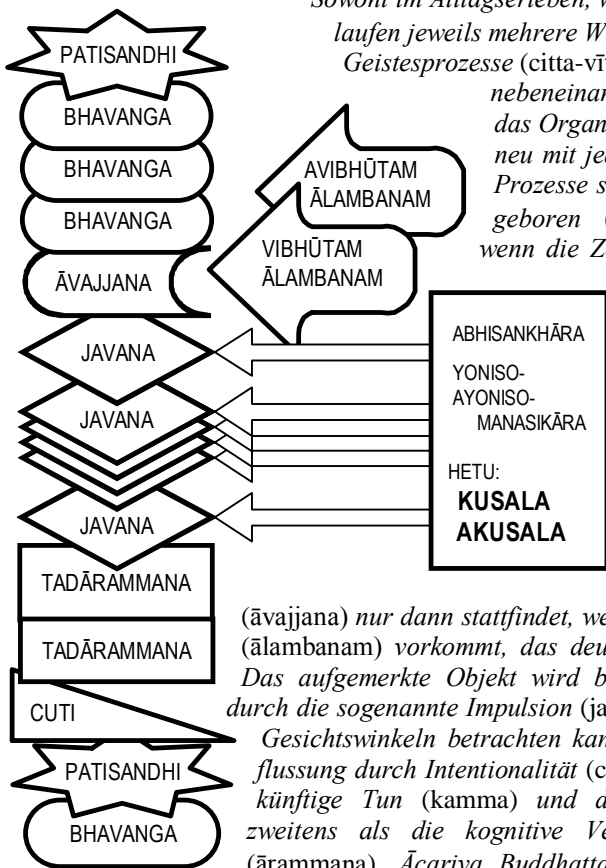
Das Merk-Organ des Erkennens (mano) – obwohl als ein Geisteszustand charakterisierbar oder als ein Element (dhātu) definiert – ist ein Prozess, ein Werden (bhava) von aufeinanderfolgenden Gliedern (aṅga) des Geistesprozesses (citta-vīthi), in dem zehn Stadien (ṭhitam) unterschieden werden, die durch Ausüben verschiedener Funktionen gekennzeichnet sind – darüber gab es bereits die Erklärungen zu ¶25 und ¶26. Im Diagramm nebenan werden die zehn Stadien (ṭhitam) des Geistesprozesses (citta-vīthi) so dargestellt, dass das vierte Stadium – im ¶26 nur als Sehen (dassana) und Folgendes (ādi) angeführt – in die fünf den Sinnen entsprechenden Wahrnehmungsarten aufgliedert ist.

Diese Einteilung in die zehn Stadien fasst alle Funktionen zusammen, die im Geistesprozess (citta-vīthi) vorkommen können, es muss aber nicht jedesmal die ganze Sequenz ablaufen. Wenn sich zum Beispiel in der Fünfsinnenwahrnehmung ein begrenzt deutliches (paritta) Objekt präsentiert, dann fallen die Stadien des Entgegennehmens (sampatiçchana) und weitere weg. Auch das Geistesprozess der Fünfsinnenwahrnehmung mit deutlich großem (mahanta) Objekt kann ohne die Verarbeitung durch Impulsion (javana) oder ohne das Objekt-Registrieren (tadārammaṇa) enden. So werden variierte Sequenzen des Geistesprozesses (citta-vīthi), innerhalb eines Sekundenbruchs vielmal wiederholt.

Die Kadenz des Geistesprozesses (citta-vīthi) ist gemäß Abhidhamma sechzehnmal höher als Entstehen und Vergehen materieller Ereignisse. Dies ist für den meditativ kultivierten Geist experimentell nachprüfbar, wenn die Achtsamkeit zum Beispiel während der Schrittmeditation (caṅkamaṇa) sechsunddreißig Phasen jedes Schrittes aufnehmen kann, oder wenn der Meditierende in einer Zeitlupe den Kontakt eines Wassertropfens mit der Wasserfläche beobachtet. Solche Experimente sind verhältnismäßig leicht durchzuführen, wenn man nur paar tausend Stunden die Schrittmeditation geübt hat.⁶³

Sowohl im Alltagserleben, wie auch in der Meditation laufen jeweils mehrere Werdegänge (bhavaṅga) der Geistesprozesse (citta-vīthi) sozusagen gleichzeitig nebeneinander, und es entsteht dabei das Organ des Geistes (mano-dhātu) neu mit jedem neuen Objekt. Einige Prozesse sterben (cuti), um (wieder) geboren (paṭisandhi) zu werden, wenn die Zeit dafür gereift wird. Im

Diagramm nebenan ist nun die Sequenz von Geistesprozess dargestellt, die im Tor des Geistes (mano-dvāra-citta-vīthi) stattfindet. Der Hauptunterschied besteht im Wegbleiben der Verarbeitung von Sinnenwahrnehmung, wobei das Aufmerken



(āvajjana) nur dann stattfindet, wenn ein Objekt des Geistes (ālambanam) vorkommt, das deutlich klar (vibhūtam) ist. Das aufgemerkte Objekt wird beeinflusst und bearbeitet durch die sogenannte Impulsion (javana), die man unter zwei Gesichtswinkeln betrachten kann: erstens als die Beeinflussung durch Intentionalität (cetanā) in Hinsicht auf das künftige Tun (kamma) und dessen Resultat (vipāka), zweitens als die kognitive Verarbeitung des Objekts (ārammaṇa). Ācariya Buddhatta definiert die Impulsion (javana) als eine Unterlage des Erwägens (manasikāra), die das Aufmerken (āvajjana) im Geisttor ausführt (javana-paṭipādako ti mano-dvār’-āvajjanassa

⁶³ Die ausführliche Anweisung für die Schrittmeditation gibt Frýba: *Anleitung zum Glückseligkeit – Die Psychologie des Abhidhamma* (1987, Seiten 161 – 165).

etaṃ adhivacanāṃ), und als Prozess, der dem Objekt-Registrieren seine Gesetzmäßigkeit gibt (tad-ārammaṇa-cittam pi javanena niyāmitāṃ).⁶⁴ Die Impulsion ist steuerndes Wirken (kamma) und kein Resultat (vipāka). Den Wirkweisen von Steuerformationen (abhi-sāṅkhāra – mehr darüber im Kommentar zu ¶44), wie auch den verschiedenen Ergebnissen der beeinflussenden Absicht (javana-cetanā) widmet Ācariya Buddhaddatta zwei Kapitel seines Abhidhammāvatāra. Im vorliegenden Rahmen kann man dieses Thema nur noch mit dem folgenden Gleichnis von Ācariya Buddhaddatta zusammenfassend illustrieren: Der Verlauf von Javana ist wie ein Trinken von Obstsaft nach dem Durchstechen der Frucht, nämlich des vorhandenen Objekts. Weder der beeinflussende noch der beeinflusste Geisteszustand wird dabei zum Objekt des anderen; die Objekte beider werden einander prüfend angeglichen.⁶⁵

Um einen Aspekt des Geistesprozesses zu erkennen, der fürs Begreifen des weiteren Texts von Abhidhamma-Saṅgaha wichtig ist, werden hier einige Übungen instruiert, die auch von Personen ohne viel Meditationserfahrung leicht durchgeführt werden. Es geht dabei um persönliches Entdecken vom „körperlichen Herz des Erlebens“ (hadaya-vatthu).⁶⁶

⁶⁴ Erstes Zitat ist vom Mahāthera Buddhaddattas eigenen Kommentar zu ¶80 des *Abhidhammāvatāra* (PTS 1980: 21), zweites Zitat (PTS 1980: ¶386) leitet ausführliche Erklärungen von Funktionsweise der Impulsion ein. Außer der beiden hier zitierten Kapiteln 9. und 19. ist die Impulsion ein wiederkehrendes Thema in seinen ganzen Werk.

⁶⁵ Weitere Ausführungen anhand dieses Gleichnisses findet man in *Abhidhammāvatāra* (PTS 1980: ¶484ff).

⁶⁶ Dass im Abhidhamma der körperliche Sitz des Erlebens als das „Herz“ bezeichnet wird, wirkte wohl verunsichernd auf die ersten westlichen Übersetzer und ihre englisch akkulturierten Helfer, die die neue Entdeckungen der Physiologie und Psychologie des 19. Jahrhunderts für die höchsten wissenschaftlichen Wahrheiten gehalten. Rhys-Davids, die Autorin des ersten westlichen Versuchs über die buddhistische Psychologie, schreibt als Herausgeberin der englischen Übersetzung von *Abhidhamma-Attha-Saṅgaha* (Shwe Zan Aung: *Compendium of Philosophy* 1910 : 123) die folgende Fußnote: „Es ist interessant zu bemerken, dass es in diesem mittelalterlichen Werk für die Ersetzung des Herzens durch Gehirn-Grundlage noch keine Anzeichen gibt.“ Und der burmesische Übersetzer versucht dann, im Anhang (op.cit.: 279) ihre Gehirn-Theorie zu unterstützen, und fleht sie an: „Ich blicke zu Ihnen als Exponentin der buddhistischen Philosophie, um Gerechtigkeit dem Buddha und dem Abhidhamma zu tun.“ Im ihren guten Glauben versuchten sie also den Buddhismus auf das Niveau der westlichen Neurophysiologie zu bringen, ohne zu ahnen, dass man in der Meditation das „körperliche Herz des Erlebens“ (*hadaya-vatthu*) auch in zitternden Knien spüren kann – vgl. die Erklärung der Herz-Grundlage im Kommentar zu ¶12. Seitdem prägen solche willkürliche Interpretationen auch sonstwo manche Arbeiten moderner buddhistischer Theoretiker – zum Beispiel bei der Deutung des Begriffs *bhavaṅga* – vgl. Kommentar zu ¶44.

Der gesamte Werde-Gang (bhav'-āṅga) stirbt (cuti) mit dem gleichen Objekt, sobald ein anderes Objekt registriert (tad-ārammaṇa) wird. Bei dem jeweiligen Neuentstehen kann – muss aber nicht – das Organ des Geistes (mano) durch die Zusammenentstehungs- (sahajāta-), Gegenseitigkeits- (aññamañña-) und stützende Bedingungen (nissaya-paccaya) mit jener Körperlichkeit (yaṃ rūpaṃ) in Beziehung stehen, die sie als Grundlage (vatthu) nimmt, die als Herz (hadaya) ihren Sitz darstellt – vgl. die Erklärung zu ¶12.

Wie erkennt man nun in der Achtsamkeitsmeditation (satipaṭṭhāna-vipassanā) ganz praktisch, ob der soeben erlebte Geisteszustand (citta) im Herzen sitzt (hadayaṃ nissāya) oder außerhalb (anissāya) besteht?

Die einfachste Methode besteht darin, dass ich mich bequem setze, mir eine emotionell geladene Situation vorstelle und schaue, wo sich in meinem Körper etwas rührt. Für die meisten Menschen unserer Zivilisation ist es leichter, bei den negativ geladenen Situation etwas zu spüren, es braucht jedoch nicht gleich etwas so ekelhaftes sein, dass es einem davon zum Kotzen ist. Es darf auch eine Vorstellung sein, die sich auf das Gefühl des ganzen Körpers erweitert, wenn es etwas zum Davonlaufen ist. Aber wie gesagt, auch von angenehmen Gefühlen begleitete Situationsvorstellungen, die zum Beispiel erotisch geladen sind, kann man in gewissen Körperteilen spüren. Wie ist es aber mit der fortgeschrittener Analyse der Beziehung zwischen dem Körperlichen und Nicht-Körperlichen in der Meditationserfahrung

Vorausgesetzt, man hat gelernt, das Handwerk der Körperbetrachtung (kāya-anupassanā) in ein paar hundert Stunden der Übung von Atmungsachtsamkeit (ānāpāna-sati) gewissermaßen zu beherrschen, und hat auch schon die ersten Versuche mit der Geistesbetrachtung (cittānupassanā) gemacht, dann weiß man, dass es zwei Möglichkeiten gibt: entweder die Dinge von außen (bahiraṃ) als Objekte zu ergreifen, oder sie von innen (ajjhataṃ) als Zustände des erkennenden Organs zu erleben (vgl. ¶10). Bei der Geistesbetrachtung sind immer zwei Einheiten des Geistes (citta) im Spiel. Die eine ist das äußere Geistobjekt-Element (dhamma-dhātu) und die andere ist das innere Geist-Element (mano-dhātu oder mano-viññāṇa-dhātu), mit welchem man sich sozusagen „subjektiv“ identifiziert und von dessen kognitiven „Standpunkt“ das Objekt ergreift.

Nur der Geist kann als hadayaṃ nissāya (im Herzen sitzend) erlebt werden, der erstens ajjhata (von innen) gefühlt wird und zweitens im Zusammenhang von saḥajāta-paccaya (Zusammenentstehungs-Bedingung) gleichzeitig mit jener Körperlichkeit entsteht, die er als vatthu (Grundlage) beansprucht.

Das bisher Gesagte kam zwar als Kommentar zu den acht heilsamen Geisteszuständen der Sinnensphäre, es ist aber ebenfalls für die heilsamen Geisteszuständen der Vertiefung (jhāna) relevant, denen wir uns nun zuwenden.

[Jhāna cittāni – Geisteszustände der Vertiefung]

¶30₁ vitakka-vicāra-pīti-sukha-citt'ekaggatā-sahitaṃ
· paṭhamajjhāna-kusala-cittaṃ |
2 vicāra-pīti-sukha-citt'ekaggatā-sahitaṃ
· dutiyajjhāna-kusala-cittaṃ |
3 pīti-sukha-citt'ekaggatā-sahitaṃ tatiyajjhāna-kusala-cittaṃ |
4 sukh'-ekaggatā-sahitaṃ catutthajjhāna-kusala-cittaṃ |
5 upekkh'-ekaggatā-sahitaṃ pañcamajjhāna-kusala-cittaṃ |
– c' eti imāni pañca rūpāvacara-kusala-cittāni nāma ||

- (1.) Der mit Benennung, Unterscheiden, Verzückung, Glück und Sammlung verbundene heilsame Geisteszustand der ersten Vertiefung,
 - (2.) der mit Unterscheiden, Verzückung, Glück und Sammlung verbundene heilsame Geisteszustand der zweiten Vertiefung,
 - (3.) der mit Verzückung, Glück und Sammlung verbundene heilsame Geisteszustand der dritten Vertiefung,
 - (4.) der mit Glück und Sammlung verbundene heilsame Geisteszustand der vierten Vertiefung,
 - (5.) der mit Gleichmut und Sammlung verbundene heilsame Geisteszustand der fünften Vertiefung
- diese heißen die fünf heilsamen Geisteszustände der Formensphäre.

¶31 ekantena hadayaṃ nissāy' eva | yathārahaṃ nāṇa-sampayutta-kusal'-ānantaraṃ | bhāvanā-mayān' eva hutvā |
paṭhavī- kasiṇ'-ādīkaṃ ālambitvā uppajanti ||
pañcamaṃ pana cha!-ārammaṇaṃ hoti ||

Bestimmt nur im Herz sitzend, folgend dem jeweils entsprechenden mit Wissen verbundenen heilsamen Geisteszustand, der in Meditation erzeugt wird und [einen von den Meditationsobjekten, die als] Erd-Vorrichtung usw. [aufgezählt werden,] als Objekt ergreifend, entstehen [diese fünf heilsamen Geisteszustände der Formensphäre]. Bei dem fünften [Geisteszustand] gibt es jedoch sechs [verschiedene mögliche] Objekte.

Komm.: Diese fünf heilsamen oder ethisch geschickten (kusala) Geisteszustände der Vertiefung bringen glückliche Ergebnisse (vipāka). Sie haben den aktiven Aspekt des Tuns (kamma) und stellen Stufen des Fortschritts der Geistesruhemeditation (samatha-bhāvanā) dar. Die Vertiefung (jhāna) ist nämlich eine Fertigkeit (kosalla), ein Prozess – auch wenn Citta mit dem statisch anmutenden Begriff Geistes-„Zustand“ übersetzt wird. Die erste Stufe der Vertiefung fortwährend optimalisiert und balanciert alle fünf Vertiefungsglieder (jhān'-aṅga), nämlich die unaufhörlich benennende Gedankenfassung (vitakka), das unterscheidende Erfassen (vicāra), die extatische Verzückerung (pīti), das beruhigende Glück (sukha) und die objektbezogene Sammlung (citt'ekaggatā).⁶⁷

Die höheren Stufen der Vertiefung werden nur in einem sehr langwierigen Übungsgang erreicht, indem man versucht, den Geist bei ein und demselben Objekt verweilen zu lassen, auch wenn einige Vertiefungsglieder ausscheiden.

Alle fünf Vertiefungsglieder kommen als Geistesfaktoren (cetasika – ¶66) auch im Geist der alltäglichen Sinnenwelt (kāma-vacara) vor. In der Jhāna-Meditation werden sie zuerst einzeln entfaltet und intensiviert und dann in Gleichgewicht gebracht. Allerdings verlangt das Erreichen von Jhāna einen jahrelangen Fleiß meditativer Arbeit unter strikter Einhaltung der Sittlichkeit (sīla) und anderer Vorkehrungen, wie zum Beispiel Verzicht auf Öffentlichkeitstätigkeit, Verzicht auf Einnahme von Mahlzeiten nach dem Mittag usw., was erst die tägliche viestündige Meditation ohne Störungen erlaubt.⁶⁸ Es ist aber möglich, auch außerhalb des klösterlichen Lebens die Vertiefungen zu üben. Oft kommt es dabei vor, dass man auf Grund der weltlichen Umstände das bereits Erreichte zeitweise wieder verliert. Die indischen Yogis nicht-buddhistischer Traditionen führen in der Regel sehr asketisches Leben voller Kasteiung und Selbstmarter, um die Vertiefung pflegen zu können. Während Buddha die Askese abgelehnte, machte er jedoch die technischen Erfordernisse des Jhāna noch anspruchsvoller.

In allen Stufen von Jhāna hat der Geistesfaktor Sammlung (samādhi) zentrale Bedeutung; seine kontextgebundene Bezeichnung Citt'-ekaggatā, gängig als „Einspitzigkeit des Geistes“ übersetzt, bedeutet das Gerichtetsein alles Erlebens auf das eine Meditationsobjekt (ārammaṇa), das im allen unterscheidenden Erfassen (vicāra) auf der Spitze der Hierarchie steht. Zu den notwendigen Voraussetzungen von Jhāna gehört das Erleben im Herzen (hadayaṃ nissāya) – das Wichtigste hierüber wurde im Kommentar zu ¶29 gesagt.

⁶⁷ Die Vertiefungsglieder (jhān'-aṅga) erklärt praxisbezogenen Frýba in *Anleitung zum Glücklichen – Die Psychologie des Abhidhamma* (1987, Seiten 226 - 275). Die Benennung (vitakka), und das Unterscheiden (vicāra – oft als „diskursives Denken“ übersetzt) sind verbale Formationen (vacī-saṅkhārā) auf der elementarsten Ebene, sie sind also noch kein Denken (cinteti, maññati), das Begriffe aneinander reiht.

⁶⁸ In *Visuddhi-Magga* spricht man über zehn Hindernisse der Sammlung (paḷibodha) im Alltag (Nyānatiloka: *Der Weg zur Reinheit* (1975 : 109 - 121).

¶32 ₁ ākās'-anañc'-āyatana-samāpatti-kusala-cittam |
₂ viññāṇ'-añc'-āyatana-samāpatti-kusala-cittam |
₃ ākiñcaññ'-āyatana-samāpatti-kusala-cittam |
₄ neva-saññā-n'-āsaññ'-āyatana-samāpatti-kusala-cittam |
– c' eti imāni cattāri arūpāvacara-kusala-cittāni nāma ||

- (1.) heilsamer Geisteszustand des Erreichens von
Raumunendlichkeitsgebiet,
(2.) heilsamer Geisteszustand des Erreichens von
Bewusstseinsunendlichkeit,
(3.) heilsamer Geisteszustand des Erreichens von
Nichtsheitgebiet,
(4.) heilsamer Geisteszustand des Erreichens von
Gebiet der Weder-Wahrnehmung-noch-Nichtwahrnehmung,
– diese heißen die vier heilsamen Geisteszustände
der formenfreien Sphäre.

¶33 hadayaṃ nissāya vā anissāya vā | upekkhā-sahagata-ñāṇa-
sampayutta-kusal'-ānantaram bhāvanā-mayan' eva hutvā |
yathānu-rūpaṃ _A kasiṇ'-ugghāṭim-ākāsaṃ ca
_B paṭham'-āruppa-viññāṇaṃ ca _C natthi-bhāvaṃ ca
_D ākiñcaññ'-āyatanaṃ ca ālambitvā uppajjanti ||

Im Herz sitzend oder außerhalb bestehend, folgend einem in Meditation
entfalteten, mit Gleichmut und Sammlung verbundenen heilsamen
[Geisteszustand], _(A)den Raum, dessen Form mit der Beseitigung Kasiṇas
zustande kommt, und _(B)das Bewusstsein der ersten formenfreien
[Vertiefung] und _(C)die Abwesenheit [eines Objekts] und
_(D)die Nichtsheit als Objekte ergreifend entstehen sie.

Komma: Erst wenn man mühelos alle Vertiefungen der Formensphäre erreicht und
die jeweils vorhergehenden Geisteszustände meisterhaft überwindet (abhi-
bhāyatana), wird das Einüben von Vertiefungen der formenfreien Sphäre mög-
lich. Während der Fortschritt der Vertiefungen in der Formensphäre darin be-
steht, dass der Anteil der Vertiefungsglieder (jhān'-aṅga) jeweils reduziert wird,
haben alle Geisteszustände der formenfreien Sphäre die gleichen zwei Vertie-
fungsglieder: Sammlung (ekaggatā) und Gleichmut (upekkhā). Die Vertiefungen
der formenfreien Sphäre gehören eigentlich zu der fünften Vertiefung
(pañcamajjhāna), die daher sechs verschiedene mögliche Objekte hat – vgl. ¶46.
Ācariya Buddhadatta sagt hierzu: „Durch das Transzendieren des Objekts

werden sie vier, ein Reduzieren ihrer Glieder wird nicht verlangt“ (ārammaṇ’-ātikkamato catasso pi bhavant’ imā | aṅg’-ātikkamam etāsaṃ na icchanti vibhāvino).⁶⁹

Das schrittweise Verfeinern des Geistes, das durch das Transzendieren dessen Objekte erreicht wird, findet in einem Erleben statt, das sich nicht mehr auf die Herz-Grundlage stützt. In der Tat findet beim Fortschritt in Arūpāvacarajjhāna eine Umkehrung des Erkennens nach innen statt, ähnlich, wie sie beim Erleben der inneren Seite (ajjhatika āyatāna) des Sinnenkontakts in ¶10 erklärt wurde. Man macht also das Organ der Wahrnehmung zum Gegenstand der Erkenntnis. Was dann beim Erreichen der einzelnen formenfreien Geisteszustände (ārūpa-citta) zu transzendieren (atikkamitabba) und als Objekt zu ergreifen (ālambitabba) hat, wird aus der folgenden tabellarischen Darstellung klar:

Geist formenfreier Sphäre ārūpa-citta	transzendiert: atikamitabba	als Objekt ergreift: ālambitabba
1. Raumunendlichkeitsgebiet ākās’-ānañc’-āyatana	Form der Kasiṇa kasiṇa-rūpa	Raum ākāsa
2. Bewusstseinsunendlichkeit viññāṇ’-añc’-āyatana	Raum ākāsa	Bewusstsein von 1. Āruppa paṭhama āruppa viññāṇa
3. Nichtsheitsgebiet ākiñcaññ’-āyatana	Bewusstsein von 1. Āruppa paṭhama āruppa viññāṇa	Abwesenheit [des Objekts] natthi-bhāva
4. Weder-Wahrnehmung- noch-Nichtwahrnehmung neva-saññā- n’-āsaññ’-āyatana	Abwesenheit [des Objekts] natthi-bhāva	Bewusstsein von 3. Āruppa tatiya āruppa viññāṇa

⁶⁹ Arūpāvacara-Samādhi-Bhāvanā-Niddesa, 15. Kapitel des Abhidhamma-Avatāra (PTS 1980 : 103, ¶1039) gibt die ausführlichen Meditationsanweisungen. Die gleiche Aussage zitiert Atthasālinī (PTS 1979 : 209), der Kommentar zu Dhammasaṅgaṇī, dem ersten Opus des Abhidhamma-Piṭaka.

[Lokuttara cittāni – Überweltliche Geisteszustände]

¶34₁ ditṭhi-vicikicchā-samugghātikaṃ sotāpatti-magga-cittaṃ |
₂ kāmarāga-vyāpādānaṃ tanukaraṃ sakadagāmi-magga-cittaṃ |
₃ kāmarāga-vyāpādānaṃ samugghātikaṃ anāgāmi-magga-cittaṃ |
₄ ūparāga-arūparāga-māna-uddhacc'-āvijj'-ādi-pañc'-uddham-
 bhāgiya-saṃyojana-samugghātikaṃ arahatta-magga-cittaṃ cā
 – 'ti imāni cattāri lokuttara-kusala-cittāni nāma ||

- (1.) Pfad-Geist des Stromeintritts, der Ansichten und Zweifel austilgt,
- (2.) Pfad-Geist der Wiederkehr, der Sinnengier und Übelwollen mindert,
- (3.) Pfad-Geist der Niewiederkehr, der Sinnengier und Übelwollen austilgt,
- (4.) Pfad-Geist der Unabhängigkeit, der Gier für Form und Formfreies,
 Dünkel, Aufgeregtheit, also die mit Verblendung beginnenden
 fünf höheren Fesseln austilgt,
 – diese heißen die vier heilsamen überweltlichen Geisteszustände.

Komma: Obwohl überweltlich (lokuttara) und daher jenseits von Gut und Böse, sind die Pfaderlebnisse heilsam und ethisch geschickt (kusala kamma), weil sie die Absicht (cetana) enthalten, Gutes zu tun und die leidvollen Wiederholungen des Saṃsāra zu überwinden. Es ist allerdings nicht möglich, die Befreiung willentlich oder denkerisch als einen „Sprung an das andere Ufer zu machen“. Ein Pfaderlebnis ist die Kulmination der methodischen Übung von Satipaṭṭhāna-Vipassanā, das Gipfelerlebnis eines befreienden Fortschritts, für den nur die notwendigen Bedingungen „gemacht“ werden können.

Das Erreichen des Pfad-Geistes des Stromeintritts ist das erste direkte Erlebnis von Nibbāṇa, das als das höchste Glück (anuttaraṃ sukhaṃ), als bedingungslos und nicht-geschaffen (asaṅkhatam), als todlos (amataṃ) und ewig (niccaṃ) charakterisiert wird – vgl. ¶79. Sobald man Nibbāṇa einmal erlebt hat, sind keine Zweifel (vicikicchā) mehr darüber möglich, was das Ziel des vom Buddha gelehrt Pfads ist. Indem man selber direkt weiß (abhiññā), braucht man kein Wissen aus zweiter Hand, keine spekulativen Ansichten (ditṭhi) mehr zu hegen. Auch jeder Glaube, dass Erleuchtung durch Gelübde, Rituale usw. (sīlabbata-parāmāsa) möglich sei, wird beseitigt. Das heilsame Pfaderlebnis des Stromeintritts – wie auch der höheren Pfade – kommt nur einmal zustande. Um das Erlebnis von Nibbāṇa in der Meditation als Frucht (phala) wieder erreichen zu können, ist weitere Übung notwendig. Dann hat man auch eine bessere Ausgangslage, um die Ursachen des Leidens zu beseitigen, die durch das Erreichen des ersten Pfads noch nicht alle getilgt sind. Die Voraussetzungen der

überweltlichen Pfaderlebnisse sind ähnlich wie jene der weltlichen Vertiefungen (lokika jhāna) – vgl. ¶30 und ¶31. Das Wissen muss dabei alle Reifestufen der Einsicht (vipassanā-ñāṇa) und die Glieder des Edlen Achtfachen Pfads (magga’-aṅga) umfassen. Je nach dem, ob während des Heranreifens der Einsicht an den beobachteten Phänomenen (1.) der Aspekt der Ichlosigkeit (anattā-lakkhaṇa), oder (2.) der Aspekt der Vergänglichkeit (anicca-lakkhaṇa), oder der Aspekt der Leidhaftigkeit (dukkha-lakkhaṇa) im Vordergrund ist, erfolgt die Teilnahme am Nibbāṇa durch das Tor der (1.) Leere (suññatā), oder (2.) Formationslosigkeit (animitta), oder (3.) Wunschlosigkeit (appaṇihita).⁷⁰

¶35 imesu catusu lokuttara-kusala-cittesu paṭhamam hadayaṃ
nissāy’ eva | itarāni tīṇi nissāya vā anissāya vā yathārahaṃ |
ñāṇa-sampayutta-kusal’-ānantaram bhāvanā-mayān’ eva
hutvā avisesena cattāri pi nibbānam ālambitvā _A suññato-
vimokkho _B animitto-vimokkho _C appaṇihito-vimokkho ‘ti
nāmena uppajantī ||

– ‘ti imāni cattāri lokuttara-kusala-cittāni nāma ||

Unter diesen vier heilsamen überweltlichen Geisteszuständen sitzt der erste im Herz. Die übrigen drei, entsprechenderweise [im Herz] sitzend oder außerhalb bestehend, folgend einem in Meditation entfalteten, mit Wissen verbundenen, heilsamen [Geisteszustand], unterschiedslos alle vier *Nibbāṇa* als Objekt ergreifend, entstehen sie namentlich als _(A)Leere-Befreiung oder _(B)formationslose Befreiung oder _(C)wunschlose Befreiung.

– diese heißen die vier heilsamen überweltlichen Geisteszustände.

ettāvata ekavīsati kusala cittāni nāma

Hier endet Abhandlung der einundzwanzig heilsamen Geisteszustände.

⁷⁰ Eines dieser drei Tore der Befreiung (*vimokkha-mukha*) öffnet sich spontan. Im Unterschied zu *Sūnyatā* des Sanskrit-Buddhismus, bedeutet *Suññatā* im Abhidhamma, wie auch im ganzen Pāli-Kanon der ursprünglichen Lehre des Buddha, dass alle wirklich existierenden Dinge (*svabhāva-dhammā*) leer von Ich und leer von irgendetwas dem Ich Gehörenden sind. Einen Beitrag zur Klärung dieses Unterschieds, wie auch die kommentierte Wiedergabe der von Buddha gegebenen Instruktionen für *Suññatā*-Meditation findet man in *Suññatā – Experience of Void in Buddhist Mind Training* (Frýba 1988).

[Akusala cittāni – Unheilsame Geisteszustände]

¶36 ¹ somanassa-sahagataṃ diṭṭhigata-sampayuttaṃ asaṅkhārikam |
² somanassa-sahagataṃ diṭṭhigata-sampayuttaṃ sasaṅkhārikam |
³ somanassa-sahagataṃ diṭṭhigata-vippayuttaṃ asaṅkhārikam |
⁴ somanassa-sahagataṃ diṭṭhigata-vippayuttaṃ sasaṅkhārikam |
⁵ upekkhā-sahagataṃ diṭṭhigata-sampayuttaṃ asaṅkhārikam |
⁶ upekkhā-sahagataṃ diṭṭhigata-sampayuttaṃ sasaṅkhārikam |
⁷ upekkhā-sahagataṃ diṭṭhigata-vippayuttaṃ asaṅkhārikam |
⁸ upekkhā-sahagataṃ diṭṭhigata-vippayuttaṃ sasaṅkhārikam |
– 'ti imāni aṭṭha lobha-sahagata-cittāni nāma ||

- (1.)freude-begleitet und mit Ansicht verbunden, spontan,
 - (2.)freude-begleitet und mit Ansicht verbunden, angeregt,
 - (3.)freude-begleitet und ohne Ansicht spontan,
 - (4.)freude-begleitet und ohne Ansicht angeregt,
 - (5.)indifferenz-begleitet und mit Ansicht verbunden, spontan,
 - (6.)indifferenz-begleitet und mit Ansicht verbunden, angeregt,
 - (7.)indifferenz-begleitet und ohne Ansicht spontan,
 - (8.)indifferenz-begleitet und ohne Ansicht angeregt
- diese acht heißen die von Gier begleiteten Geisteszustände.

¶37 ⁹ domanassa-sahagataṃ paṭigha-sampayuttaṃ asaṅkhārikam |
¹⁰ domanassa-sahagataṃ paṭigha-sampayuttaṃ sasaṅkhārikam |
– 'ti imāni dve paṭigha-sampayuttaṃ-cittāni nāma ||

- (9.)trübsal-begleitet und mit Hass verbunden, spontan,
 - (10.)trübsal-begleitet und mit Hass verbunden, angeregt,
- diese zwei heißen die mit Hass verbundenen Geisteszustände.

¶38 ¹¹ upekkhā-sahagataṃ vicikicchā-sampayuttaṃ |
¹² upekkhā-sahagataṃ uddhacca-sampayuttaṃ |
– c' eti imāni dve momūha-cittāni nāma ||

- (11.)indifferenz-begleitet und mit Zweifelsucht verbunden,
 - (12.)indifferenz-begleitet und mit Aufgeregtheit verbunden,
- diese zwei heißen die verblendeten Geisteszustände.

¶39 imesu pana dvādasa akusala-citesu dve paṭigha-cittāni
ekantena hadayaṃ nissāya | itarāni nissāya vā anissāya vā |
avisesena chasu ārammaṇesu yaṃ vā taṃ vā ālambitvā
mano-viññāṇa-dhāt'-āvajjan'-ānantaraṃ uppajjanti ||

Unter diesen zwölf unheilsamen Geisteszuständen [entstehen] die zwei mit Hass verbundenen ausschließlich nur im Herz sitzend, die übrigen entweder [im Herz] sitzend oder außerhalb; unterschiedslos entstehen sie [alle], einen der sechs Objekte ergreifend, dem Aufmerken durch das Geist-Bewusstsein-Element folgend.

Komm.: Die Unterscheidung der ersten acht unheilsamen Geisteszustände (¶36) ist ähnlich wie jene der acht heilsamen Geisteszustände, die ausführlich in den Erklärungen zu ¶28 beschrieben sind. Der entscheidende Unterschied besteht darin, dass diese unheilsamen Geisteszustände von Gier (lobha) als Motivation begleitet und – soweit eine kognitive Komponente vorhanden ist – mit falschem Wissen verkehrter Ansicht (ditṭhi) verbunden sind. Obwohl unheilsam, sind die ersten vier Geisteszustände angenehm; sie führen aber notwendigerweise zu leidhaften Ergebnissen – siehe ¶49.

Der gefühlsmäßig angenehme (somanassa), durch Gier motivierte und mit Ansicht verbundene Geisteszustand besteht zum Beispiel, wenn man voller Freude ein Tier jagt und dabei der Meinung ist, dies sei eine einwandfreie Sportleistung. Wenn man das Tier aber tötet, wie in jeder anderen Situation Leben zerstört, steigt ein Geisteszustand auf, der mit Hass verbunden und daher unangenehm ist – also einer der beiden in ¶37 angeführten Geisteszustände.

Alle von Trübsal (domanassa), das heißt von Trauer, Missmut, Unzufriedenheit usw. begleiteten Geisteszustände sind unheilsam (akusala), weil sie immer mit irgendwelcher Form von Hass (paṭigha, wörtlich: Wider-Schlag) verbunden sind. Solche negativistische Geisteszustände enthalten Widerwillen, Ärger, Groll oder Übelwollen und haben zur Folge gehässige Worte, Verleumdung, Nörgelei, Trotz, oder auch Taten wie Schlagen, Foltern, Töten usw.

Alle unheilsamen (akusala) Geisteszustände – also auch die mit Gier oder Hass verbundenen – enthalten auch die Verblendung (moha) und sind in einem gewissen Ausmaß aufgereggt (uddhacca). Die als nur verblendeten (momūha) angeführten Geisteszustände sind also dadurch gekennzeichnet, dass sie ohne Gier oder Hass vorkommen und einige auch noch mit Zweifelsucht (vicikicchā) verbunden sind.

niṭṭhitāni dvādasa akusala-cittāni ||

Die zwölf unheilsamen Geisteszustände sind abgeschlossen.

[Vipāka-cittāni – Resultierende Geisteszustände]

[Kāmāvacara kusala-vipāka-cittāni
– Heilsame Resultate der Sinnensphäre]

- ¶40 ₁ cakkh'-āyatanam nissāya it̥tha-sammataṃ rūp'-āyatanam
ālambitvā | ālok'-ūpanissayam labhitvā mano-dhāt'-āvajjan'-
ānantaram eva uppajjati kusala-vipākaṃ upekkhā-sahagataṃ
cakkhu-viññāṇam ||
- ₂ sot'-āyatanam nissāya it̥tha-sammataṃ sadd'-āyatanam
ālambitvā | ākās'-ūpanissayam labhitvā mano-dhāt'-āvajjan'-
ānantaram eva uppajjati kusala-vipākaṃ upekkhā-sahagataṃ
sota-viññāṇam ||
- ₃ ghāṇ'-āyatanam nissāya it̥tha-sammataṃ gandh'-āyatanam
ālambitvā | vāyo-dhāt'-ūpanissayam labhitvā mano-dhāt'-āvajjan'-
ānantaram eva uppajjati kusala-vipākaṃ upekkhā- sahagataṃ
ghāṇa-viññāṇam ||
- ₄ jivh'-āyatanam nissāya it̥tha-sammataṃ ras'-āyatanam
ālambitvā udak'-ūpanissayam labhitvā mano-dhāt'-āvajjan'-
ānantaram eva uppajjati kusala-vipākaṃ upekkhā-sahagataṃ
jivhā-viññāṇam ||
- ₅ kāy'-āyatanam nissāya it̥tha-sammataṃ phoṭṭhabb'-āyatanam
ālambitvā | paṭhav'-ūpanissayam labhitvā mano-dhāt'-āvajjan'-
ānantaram eva uppajjati kusala-vipākaṃ sukha-sahagataṃ kāya-
viññāṇam ||

(1.) Im Sehorgan-Gebiet sitzend, ein angenehm besetztes Sehobjekt-Gebiet als Objekt ergreifend, das Licht als Anlass-Bedingung nehmend, so in der Folge des Aufmerkens durch das Geist-Element entsteht als heilsames Resultat ein Seh-Bewusstsein, das vom indifferenten [Gefühl] begleitet ist.

(2.) Im Hörorgan-Gebiet sitzend, ein angenehm besetztes Hörobjekt-Gebiet als Objekt ergreifend, den Raum als Anlass-Bedingung nehmend, so in der Folge des Aufmerkens durch das Geist-Element entsteht als heilsames Resultat ein Hör-Bewusstsein, das vom indifferenten [Gefühl] begleitet ist.

(3.)Im Riechorgan-Gebiet sitzend, ein angenehm besetztes Riechobjekt-Gebiet als Objekt ergreifend, das Luftelement als Anlass-Bedingung nehmend, so in der Folge des Aufmerkens durch das Geist-Element entsteht als heilsames Resultat ein Riech-Bewusstsein, das vom indifferenten [Gefühl] begleitet ist.

(4.)Im Schmeckorgan-Gebiet sitzend, ein angenehm besetztes Schmeckobjekt-Gebiet als Objekt ergreifend, das Wasser als Anlass-Bedingung nehmend, so in der Folge des Aufmerkens durch das Geist-Element entsteht als heilsames Resultat ein Schmeck-Bewusstsein, das vom indifferenten [Gefühl] begleitet ist.

(5.)Im Körper-Gebiet sitzend, ein angenehm besetztes Berührungsobjekt-Gebiet als Objekt ergreifend, die Erde als Anlass-Bedingung nehmend, so in der Folge des Aufmerkens durch das Geist-Element entsteht als heilsames Resultat ein Körper-Bewusstsein, das vom angenehmen [Gefühl] begleitet ist.

¶41 ₆ hadayaṃ nissāya | pañcannaṃ kusala-vipāka-viññāṇaṃ aññatar'-ānantaraṃ | tass' ev' ārammaṇaṃ gahetvā uppajjati kusala-vipāk'-āhetuka-mano-dhātu-upekkhā-sahagataṃ sampaṭicchana-cittaṃ ||

(6.)Im Herz sitzend, den fünf Resultaten des heilsamen Bewusstseins folgend, eben ihr Objekt nehmend, entsteht der entgegennehmende Geist als ein wurzelloses indifferenz-begleitete Geist-Element, das Resultat des Heilsamen ist.

¶42 ₇ hadayaṃ nissāya | iṭṭha-sammatesu chasu ārammaṇesu yaṃ vā taṃ vā ālambitvā | _A kusala-vipāka-mano-dhātu-upekkhā-sahagata-sampaṭicchana'-ānantaraṃ vā santīraṇaṃ 'ti nāmena | _B javan'-ānantaraṃ vā tad-ārammaṇaṃ 'ti nāmena | uppajjati kusala-vipāk'-āhetuka-mano-viññāṇa-dhātu-somanassa-sahagataṃ santīraṇa-cittaṃ ||

(7.)Im Herz sitzend, eines der sechs [zuvor behandelten] angenehm besetzten Objekte als Objekt ergreifend, entweder

(A)dem heilsam resultierenden Geist-Element des indifferenz-begleiteten Entgegennehmens folgend bezeichnet als Prüfen, oder

(B)der Impulsion folgend bezeichnet als Objekt-Registrieren, entsteht der prüfende Geist als ein wurzelloses freude-begleitete Geist-Bewusstsein-Element, das Resultat des Heilsamen ist.

¶43 8 hadayaṃ nissāya | iṭṭha-sammatesu chasu ārammaṇesu yaṃ
vā taṃ vā ālambitvā | _A kusala-vipāk'-āhetuka-mano-dhātu-
sampaṭicchana'-ānantaraṃ vā santīraṇaṃ 'ti nāmena |
_B javan'-ānantaraṃ vā tad-ārammaṇaṃ 'ti nāmena |
_C tad-ārammaṇ'-ānantaraṃ vā bhavaṅgaṃ 'ti nāmena |
_D bhavaṅgak-khaye vā cutī 'ti nāmena | _E cuti-citt'-ānantaraṃ vā
paṭisandhī 'ti nāmena | _F paṭisandh'-ānantaraṃ vā bhavaṅgaṃ 'ti
nāmena ca uppajjati kusala-vipāk'-āhetuka- mano-viññāṇa-
dhātu-upekkhā-sahagataṃ santīraṇa-cittaṃ |
c' eti imāni aṭṭha pi ahetuka-vipāka-cittāni nāma ||

(8) Im Herz sitzend, einen der sechs angenehm besetzten Objekte als
Objekt ergreifend, entweder (_A) dem heilsam resultierenden wurzellosen
Geist-Element des Entgegennehmens folgend bezeichnet als Prüfen,
oder (_B) der Impulsion folgend bezeichnet als Objekt-Registrieren, oder
(_C) dem Objekt-Registrieren folgend bezeichnet als Werdegang, oder
(_D) nach dem Unterbruch des Werdegangs bezeichnet als Schwinden,
oder (_E) dem Geisteszustand des Schwindens folgend bezeichnet als
Wiederverbindung, oder (_F) der Wiederverbindung folgend bezeichnet
als Werdegang, entsteht der prüfende Geist wurzellos als indifferenz-
begleitete Geist-Bewußtsein-Element, das Resultat des Heilsamen ist.
Diese acht heißen die wurzellosen resultierenden Geisteszustände.

¶44 1 somanassa-sahagataṃ ñāṇa-sampayuttaṃ asaṅkhārikaṃ |
2 somanassa-sahagataṃ ñāṇa-sampayuttaṃ sasaṅkhārikaṃ |
3 somanassa-sahagataṃ ñāṇa-vippayuttaṃ asaṅkhārikaṃ |
4 somanassa-sahagataṃ ñāṇa-vippayuttaṃ sasaṅkhārikaṃ |
5 upekkhā-sahagataṃ ñāṇa-sampayuttaṃ asaṅkhārikaṃ |
6 upekkhā-sahagataṃ ñāṇa-sampayuttaṃ sasaṅkhārikaṃ |
7 upekkhā-sahagataṃ ñāṇa-vippayuttaṃ asaṅkhārikaṃ |
8 upekkhā-sahagataṃ ñāṇa-vippayuttaṃ sasaṅkhārikaṃ |
'ti imāni aṭṭha pi kāmāvacara-sahetuka vipāka-cittāni nāma ||
ekantena hadayaṃ nissāya iṭṭha-sammantesu chasu
ārammaṇesu yaṃ vā taṃ vā ālambitvā | yathārahaṃ
_A javan'-ānantaraṃ vā tad-ārammaṇaṃ 'ti nāmena |
_B tad-ārammaṇ'-ānantaraṃ vā bhavaṅgaṃ 'ti nāmena |
_C bhavaṅgak-khaye vā cutī 'ti nāmena | _D cuti-citt'-ānantaraṃ vā
paṭisandhī 'ti nāmena | _E paṭisandh'-ānantaraṃ vā bhavaṅgaṃ 'ti
nāmena ca uppajjantī 'ti ||

- (1.)freude-begleitet und mit Wissen verbunden, spontan,
 - (2.)freude-begleitet und mit Wissen verbunden, angeregt,
 - (3.)freude-begleitet und ohne Wissen spontan,
 - (4.)freude-begleitet und ohne Wissen angeregt,
 - (5.)indifferenz-begleitet und mit Wissen verbunden, spontan,
 - (6.)indifferenz-begleitet und mit Wissen verbunden, angeregt,
 - (7.)indifferenz-begleitet und ohne Wissen spontan,
 - (8.)indifferenz-begleitet und ohne Wissen angeregt
- diese acht heißen die mit Wurzeln verbundenen resultierenden Geisteszustände der Sinnensphäre. Sie entstehen bestimmt nur im Herz sitzend, einen der sechs angenehm besetzten Gegenstände als Objekt ergreifend; sie werden je nach dem, wenn sie ^(A)der Impulsion folgen, als Objekt-Registrieren bezeichnet, oder ^(B)dem Objekt-Registrieren folgend als Werdegang bezeichnet, oder ^(C)nach dem Unterbruch des Werdegangs als Schwinden bezeichnet, oder ^(D)dem Geisteszustand des Schwindens folgend als Wiederverbindung bezeichnet, oder ^(E)der Wiederverbindung folgend als Werdegang bezeichnet.

Komm.: Hier in den Paragraphen 43 und 44 sind die Geisteszustände erfasst, die direkt durch die heilsamen Wurzeln (kusala-hetu) unserer Motivation bewirkt sind; sie sind sozusagen das einzige willentlich „Machbare“ im Geistesprozess (citta-vīthi), sie sind die unmittelbaren Ergebnisse der karmischen Beeinflussung durch die Impulsion (javana).

Die heilsamen Geistes-„Zustände“ der Sinnensphäre (kāmāvacara-kusala-cittāni), oder besser gesagt, die heilsamen Geistes-„Aktivitäten“, die in den Paragraphen 28 und 29 erfasst sind, funktionieren eben als die Impulsion (javana).

Genauso wie die heilsamen Geisteszustände der Sinnensphäre (¶28, 29) so auch die unheilsamen Geisteszustände (¶36-39) sind die karmischen Erzeuger des Glücklichseins (¶40-44) und des Leidens (¶48-49). Der Geistesprozess-Anfang (paṭisandhi) und der ihm folgende Werdegang (bhavaṅga) sind also durch das heilvolle oder unheilvolle vorherige Wirken erzeugt worden.

Wir haben bereits auf der Seite 84 erklärt, wie das Aufmerken (āvajjana) die Bewusstseinszustände erzeugt, die entweder als Bewusstseinsobjekte (ārammaṇa) erkannt werden oder dann als resultierende Geisteszustände der Sinnensphäre (kāmāvacara-vipāka-cittāni) den Erkenntnisstandpunkt oder die Erlebensstimmung im folgenden Werdegang (bhavaṅga) darstellen. Nun sind wir hier endlich in der Lage – nach dem Studium der vorangehenden Paragraphen von Abhidhamma-Saṅgaha und nach derer Anwendung beim Auswerten von Meditationserlebnissen – die grundsätzlichen Erklärungen abzurunden, die anschließend an Paragraph 29 auf der Seite 82 begonnen wurden.

Wir werden jetzt auch mit einigen heutzutage geläufigen Missinterpretationen aufräumen, die von nichtmeditierenden „Meditationsmeistern“ und anderen weniger kompetenten „Buddhismus-Kenner“ verbreitet werden. Wir werden uns den Bedeutungen des Begriffs Bhavaṅga ausführlicher widmen, nachdem wir die von Buddha klargemachte Unterscheidung zwischen der aktiven Aufmerksamkeit (manasikāra), der passiven Achtsamkeit (sati) und der schlotternden Wachheit (jāgariya) kurz im Bezug auf den Werdegang von Geistesprozess anführen.⁷¹

Der Geist muss einen gewissen Grad der Wachheit (jāgariya) erreichen, um die Bewusstseinsgegenstände deutlich klar (vibhūtaṁ) mit der Aufmerksamkeit (manasikāra) aktiv zu erfassen, gründlich (yoniso) zu bearbeiten und danach mit der Achtsamkeit (sati) passiv aufzunehmen und mit der Weisheit (paññā) bestimmen. Erst wenn die innere Seite des Geistes (ajjhatika-āyatana) eine gewisse Komplexität (¶42-44) hat, können alle Funktionen des Werdegangs (bhavaṅga) erfolgen, die im Diagramm auf der Seite 86 veranschaulicht sind. Wenn eine solche Komplexität noch nicht vorhanden ist, setzt sich der Werdegang in einem „unnützen Leerlauf“ (mogha-vāra) fort. Hingegen kann der gut kultivierte Geist alle Phänomene und ihre Beziehungen in mehreren Werdegängen als Objekte erfassen.

Alle Phänomene und ihre Beziehungen, die in die fünf Gruppen (pañcakkhandha) zugeteilt werden, sind genau in Paṭṭhāna⁷², dem siebten Opus des Abhidhamma-Kanons so definiert, dass sie in der Analyse mittels Satipaṭṭhāna-Vipassanā verifiziert werden können. Darauf stützen sich die folgenden Ausführungen zur Verhütung gegen etwaige hermeneutisch begriffliche und spekulative Deutung von Abhidhamma als Scholastik; hierzu also die nachstehenden drei Grundsätze.

Erstens: Entstehen, Dauer und Aufhören des Werdegangs (bhavaṅga) von Geistesprozess erfassen wir als Zusammenspiel von resultierenden (vipāka) oder funktionellen (kriya) Geisteszuständen an der inneren Seite des Geistes (ajjhatika-āyatana), die den Geistesorgan (mano) darstellen, der mit den Objekten des Bewusstseins interagiert, die an der äußeren Seite des Geistes (bahira-āyatana) vorkommen. Die an der inneren Seite des Geistes als Ergebnisse (vipāka) entstehenden Geisteszustände werden durch willentliche (kamma) Aktivität der Impulsion (javana) beeinflusst, welche in anderen Werdegängen (bhavaṅga) entstehen. Dies sind Ereignisse, die bereits in einer mäßig fortgeschrittener Meditation beobachtet werden können.

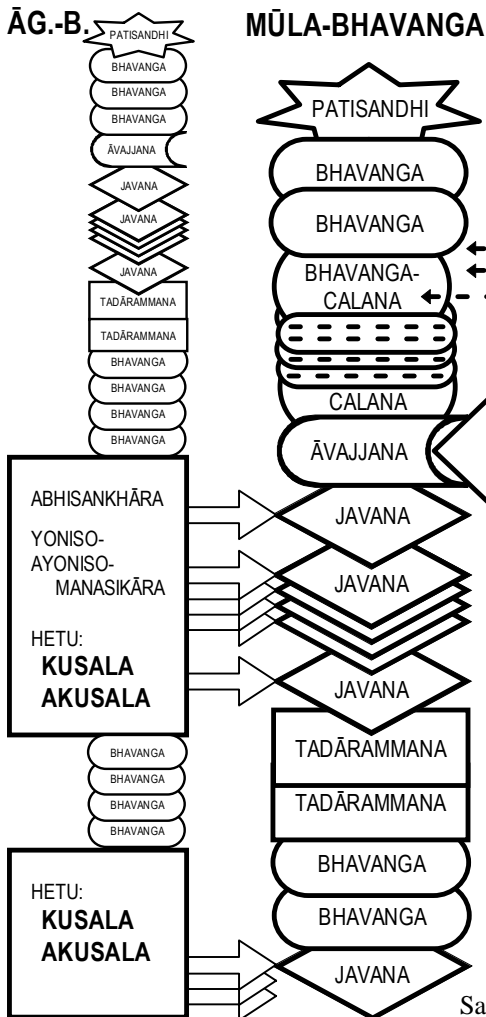
Zweitens: Die Lebensdauer eines Geisteszustandes (citta), sein Werdegang (bhavaṅga), sein Tod (cuti) und seine Wiedergeburt (paṭisandhi) bedeuten nicht etwa die Geburt und den Tod der Person aus Knochen und Fleisch, in welcher

⁷¹ Siehe z.B. Mūlaka-Suttaṁ (Aṅguttara-Nikāya, Dasaka-Nipāta, Sacitta-Vaggo 8) und Apaṇṇaka-Suttaṁ (Aṅguttara-Nikāya, Tika-Nipāta, Rathakāra-Vaggo 6).

⁷² Narada: Conditional Relations, The Translation of Paṭṭhāna (PTS, London 1969).

dieser Geisteszustand vorkommt. Die umgangssprachlich als „identisch“ bezeichnete und nur scheinbar „gleichbleibende“ Person erlebt einen anderen

ÄG.-B.



MŪLA-BHAVANGA

Werdegang (bhavaṅga), wenn sie sich im alltäglichen Erleben über etwas Unangenehmes ärgert, und wenn sie in der Meditation von dem Werdegang eines angenehmen mit

Wissen und einer heilsamen Wurzel verbundenen Zustand zur Verbindung

(patisandhi) mit einem früher eingeübten Werdegang des Jhāna wechselt. So kann die „identische“ Person in den verschiedenen Erlebensbereichen

(bhūmi) neunzehn Werdegänge erleben, wie es im Paragraph 185 des Abhidhammāvātara heißt. Die Fortsetzung eines Werdegangs, also die Lebensdauer des Geisteszustands ist prinzipiell durch das Fortbestehen eines und des gleichen Bewusstseins-Objekts (ārammaṇa) und der gleichen Konstellation von Geistesfaktoren (cetasika) bestimmt.⁷³

Drittens: Wie der Buddha mehrmals betonte, soll die Analyse nur soweit getrieben werden, als es dem Fortschritt in Emanzipation dient – und die Zusammenfassung Abhidhamma-

Saṅgaha bleibt also diesem Prinzip treu,

indem nur soviel angeboten wird, als für einen in der Meditation mäßig Fortgeschrittenen nützlich sein kann. Es geht also auch dem Übersetzer nicht darum, in

⁷³ „Im höchsten Sinne (paramattho) haben die Wesen (sattā) nur einen sehr kurzen Augenblick zu leben, nur solange wie ein Bewusstsein sich fortsetzt (eka-cittappavattimatto)“, heißt es in *Visuddhi-Magga* (PTS 1975: 238; Übersetzung von Nyānatiloka: *Der Weg zur Reinheit*, 1975: 278).

diesem Kommentar alle mit dem Thema verbundenen Unterscheidungen anzuführen. Im Diagramm wird nur zur Illustration das Zusammenspiel zwischen verschiedenen Werdegängen veranschaulicht, die mit dem „ursprünglichen“ oder „Grund-Werdegang“ (mūla-bhavaṅga) interagieren und daher hier als „hinzu-kommender Werdegang“ (āgantuka-bhavaṅga) bezeichnet werden. Der nach einer Beeinflussung (javana) sich anschließende Werdegang wird als „fortsetzender Werdegang“ (piṭṭhi-bhavaṅga) bezeichnet⁷⁴. Die Unterbrechung des funktions-freien Werdegangs geschieht nicht auf einmal; nach dem Auftreten des Objekts an der äußeren Sinnengrundlage (bahira-āyatana) wird der Grund-Werdegang einige male erschüttert (bhavaṅga-calana), bevor es zu dem Aufmerken kommt. Ebenfalls die Beeinflussung durch Javana und das Aufbauen der Registrierung des Objekts (tad-ārammaṇa) geschieht graduell in Wiederholungen hoher Kadenz.

¶45 evaṃ ahetukāni aṭṭha | sahetukāni aṭṭhā | 'ti soḷasa kāmāvacara-kusala-vipāka-cittāni samattāni ||

So gibt es acht wurzellose [und] acht mit Wurzeln, also zusammen die sechzehn heilsam resultierenden Geisteszustände der Sinnensphäre.

Komm: In Sutta-Piṭaka (Dīgha-Nikāya, 33. Saṅgīti-Sutta) werden drei Wurzeln des Heilsamen (kusala-mūlāni) und drei Wurzeln des Unheilsamen (akusala-mūlāni) genannt; sie sind die Motivationen oder Wurzelursachen (hetu-paccaya) für heilsames oder unheilsames willentliches Wirken (kamma). Die synonyme Begriffe hetu und mūla charakterisiert in einem ausschließlich diesem Thema gewidmeten Buch Mahāthera Nyānaponika⁷⁵ „in Einklang mit dem bildlichen Charakter des Begriffs kann die Wurzel betrachtet werden als Zubringer des nährenden Saftes – heilsam oder unheilsam – für die Geistesfaktoren und ihre Funktionen die gleichzeitig bestehen, sowie für die heilsamen und unheilsamen Handlungen, die aus diesen Wurzeln sprießen.“ In den kanonischen Abhidhamma-Texten unterscheidet man auf der mikroanalytischen Ebene neun Wurzeln:

alobho-kusalahetu adoso-kusalahetu amoho-kusalahetu ime tayo kusalahetū | lobho-akusalahetu doso-akusalahetu moho-akusalahetu ime tayo akusalahetū | kusalānaṃ vā dhammānaṃ vipākato kiriyābyākatesu vā dhammesu alobho adoso amoho ime tayo abyākatahetū || ime vuccanti nava hetū ||

Die Wurzeln Freigebigkeit, Versöhnlichkeit, Weisheit – dies sind drei heilvollen Wurzeln. Die Wurzeln Gier, Hass, Verblendung – dies sind drei unheilvollen Wurzeln. Ergebnisse der heilvollen Phänomene oder ihr neutrales Funktionieren – dies sind die drei neutralen Wurzeln. Diese nennt man neun Wurzeln.

(Vibhaṅga, 18. Dhammahadaya-vibhaṅgo, 1. Sabbasaṅgāhikavāro)

⁷⁴ Abhidhammāvatāra (PTS 1980: ¶389-402).

⁷⁵ Nyānaponika: Die Wurzeln von Gut und Böse (Christiani, Konstanz 1981, S. 26).

¶47 ₁ ākās'-anañc'-āyatana-vipāka-cittam
₂ viññāṇ'-añc'-āyatana-vipāka-cittam
₃ ākiñcaññ'-āyatana-vipāka-cittam
₄ neva-saññā-n'-āsaññ'-āyatana-vipāka-cittañ
– c' eti imāni cattāri arūpāvacara-vipāka-cittāni nāma ||
hadayaṃ anissāya | yathānupubbikaṃ ₁ kasiṇ'-ugghāṭim-ākāsañ
ca ₂ paṭham'-āruppa-viññāṇaṃ ca ₃ natthi-bhāvaṃ ca ₄ ākiñcaññ'-
āyatanaṃ ca ālambitvā |
A javan'-ānantaram vā tad-ārammaṇaṃ 'ti nāmena |
B tad-ārammaṇ'-ānantaram vā bhavaṅgaṃ 'ti nāmena |
C bhavaṅgak-khaye vā cutī 'ti nāmena |
D cuti-citt'-ānantaram vā paṭisandhī 'ti nāmena |
E paṭisandh'-ānantaram vā bhavaṅgaṃ 'ti nāmena ca uppajjanti ||

- (1.) resultierender Geisteszustand von Raumunendlichkeitsgebiet,
(2.) resultierender Geisteszustand von Bewußtseinsunendlichkeit,
(3.) resultierender Geisteszustand von Nichtsheitsgebiet,
(4.) resultierender Geisteszustand von Gebiet der Weder-Wahrnehmung-
noch-Nichtwahrnehmung
– diese heißen die vier resultierenden Geisteszustände
der formenfreien Sphäre.

Sie entstehen im Herz nicht sitzend, entsprechend dem vorangehenden [Geisteszustand], _(1.)den Raum, dessen Form mit der Beseitigung Kasiṇas zustande kommt, und _(2.)das Bewusstsein der ersten formenfreien [Vertiefung] und _(3.)die Abwesenheit [eines Objekts] und _(4.)die Nichtsheit als Objekte ergreifend; [sie werden je nach dem, wenn sie] _(A)der Impulsion folgen, als Objekt-Registrieren bezeichnet, oder _(B)dem Objekt-Registrieren folgend als Werdegang bezeichnet, oder _(C)nach dem Unterbruch des Werdegangs als Schwinden bezeichnet, oder _(D)dem Geisteszustand des Schwindens folgend als Wiederverbindung bezeichnet, oder _(E)der Wiederverbindung folgend als Werdegang bezeichnet.

Komm.: Das Vorgehen zum Erreichen dieser Geisteszustände wurde im Kommentar zu ¶33 erklärt und in einer Tabelle veranschaulicht.

[Lokuttara phala cittāni

– Überweltliche Frucht-Geisteszustände]

¶48 ₁ sotāpatti-phala-cittam | ₂ sakadagāmi-phala-cittam |
₃ anāgāmi-phala-cittam | ₄ arahatta-phala-cittam |
– c' eti imesu catusu lokuttara-phala-cittesu sotāpatti-phala-
cittam tāva magg'-ānantaram jāyamānam ekantena hadayam
nissāya | itarāni tīṇi pi nissāya vā anissāya vā | avisesena cattāri
pi nibbāṇam ālambivā | paṭham'-uppattiyam magg'-ānantaram
eva _A suññato-vimokkho _B animitto-vimokkho _C appaṇihitto
vimokkho ti nāmena uppajantī 'ti ||
samattāni cattāri pi lokuttara-phala-cittāni nāma ||

(₁) Frucht-Geist des Stromeintritts, (₂) Frucht-Geist des Wiederkehrs,
(₃) Frucht-Geist des Niewiederkehrs, (₄) Frucht-Geist der völligen
Unabhängigkeit,

– unter diesen vier resultierenden überweltlichen Geisteszuständen,
sitzt der Frucht-Geist des Stromeintritts ausschließlich im Herz, soweit
er in der Folge von Pfad[-Geist] entsteht. Die übrigen drei sitzen im
Herz oder bestehen außerhalb; unterschiedslos alle vier Nibbāṇa als
Objekt ergreifend, zum ersten mal entstehend in der Folge von [ihnen
entsprechenden] Pfad, entstehen sie namentlich als (_A) Leere-Befreiung
oder (_B) formationslose Befreiung oder (_C) wunschlose Befreiung.
Diese alle heißen die vier überweltlichen Frucht-Geisteszustände.

Komm: Das Erreichen dieser Geisteszustände wurde im Kommentar zu ¶34 erklärt,
siehe auch Fußnote⁷⁰.

[Akusala-vipāka cittāni – Unheilsame Resultate]

¶49 ₁ cakkh'-āyatanam nissāya aniṭṭha-sammataṃ rūp'-āyatanam
ālambivā | ālok'-ūpanissayam labhitvā mano-dhāt'-āvajjan'-
ānantaram eva uppajjati akusala-vipākaṃ upekkhā-sahagataṃ
cakkhu-viññāṇam |
₂ sot'-āyatanam nissāya aniṭṭha-sammataṃ sadd'-āyatanam
ālambivā | ākāś'-ūpanissayam labhitvā mano-dhāt'-āvajjan'-

ānantaram eva uppajjati akusala-vipākam upekkhā-sahagatam
 sota-viññānam ||
 3 ghāṇ'-āyatanam nissāya anittha-sammataṃ gandh'-āyatanam
 ālambitvā | vāyo-dhāt'-ūpanissayam labhitvā mano-dhāt'-āvajjan'-
 ānantaram eva uppajjati akusala-vipākam upekkhā-sahagatam
 ghāṇa-viññānam ||
 4 jivh'-āyatanam nissāya anittha-sammataṃ ras'-āyatanam
 ālambitvā | udak'-ūpanissayam labhitvā mano-dhāt'-āvajjan'-
 ānantaram eva uppajjati akusala-vipākam upekkhā-sahagatam
 jivhā-viññānam ||
 5 kāy'-āyatanam nissāya anittha-sammataṃ phoṭṭhabb'-āyatanam
 ālambitvā | paṭhav'-ūpanissayam labhitvā mano-dhāt'-āvajjan'-
 ānantaram eva uppajjati akusala-vipākam dukkha-sahagatam
 kāya-viññānam ||
 6 hadayam nissāya pañcannam akusala-vipāka-viññānam
 aññatar'-ānantaram | tass' ev' ārammaṇam gahetvā uppajjati
 akusala-vipāk'-āhetuka-mano-dhātu-upekkhā-sahagatam
 sampaṭicchana-cittam ||
 7 hadayam nissāya anittha-sammatesu chasu ārammaṇesu yam
 vā tam vā ālambitvā ^A akusala-vipāka-mano-dhātu-upekkhā-
 sahagata-sampaṭicchana'-ānantaram vā santīraṇaṃ 'ti nāmena
^B javan'-ānantaram vā tad-ārammaṇam 'ti nāmena
^C tad-ārammaṇ'-ānantaram vā bhavaṅgan 'ti nāmena
^D bhavaṅgak-khaye vā cutī 'ti nāmena
^E cuti-citt'-ānantaram vā paṭisandhī 'ti nāmena
^F paṭisandh'-ānantaram vā bhavaṅgan 'ti nāmena ca uppajjati
 akusala-vipāk'-āhetuka- mano-viññāna-dhātu-upekkhā-
 sahagatam santīraṇa-cittaṃ |
 – c'eti imāni satta pi akusala-vipāka-cittāni nāma ||

(1) Im Sehorgan sitzend, ein unangenehm besetztes Sehobjekt als Objekt ergreifend, das Licht als Anlass-Bedingung nehmend, so in der Folge des Aufmerkens durch das Geist-Element entsteht als unheilbares Resultat ein Seh-Bewusstsein, das vom indifferenten [Gefühl] begleitet ist.

(2) Im Hörorgan sitzend, ein unangenehm besetztes Hörobjekt als Objekt ergreifend, den Raum als Anlass-Bedingung nehmend, so in der Folge des Aufmerkens durch das Geist-Element entsteht als

unheilsames Resultat ein Hör-Bewusstsein, das vom indifferenten [Gefühl] begleitet ist.

(3) Im Riechorgan sitzend, ein unangenehm besetztes Riechobjekt als Objekt ergreifend, das Lufterelement als Anlass-Bedingung nehmend, so in der Folge des Aufmerkens durch das Geist-Element entsteht als unheilsames Resultat ein Riech-Bewusstsein, das vom indifferenten [Gefühl] begleitet ist.

(4) Im Schmeckorgan sitzend, ein unangenehm besetztes Schmeckobjekt als Objekt ergreifend, das Wasser als Anlass-Bedingung nehmend, so in der Folge des Aufmerkens durch das Geist-Element entsteht als unheilsames Resultat ein Schmeck-Bewusstsein, das vom indifferenten [Gefühl] begleitet ist.

(5) Im Körper-Gebiet sitzend, ein unangenehm besetztes Berührungsobjekt als Objekt ergreifend, die Erde als Anlass-Bedingung nehmend, so in der Folge des Aufmerkens durch das Geist-Element entsteht als unheilsames Resultat ein Körper-Bewusstsein, das vom indifferenten [Gefühl] begleitet ist.

(6) Im Herz sitzend, den fünf Resultaten des unheilsamen Bewusstseins folgend, eben ihr Objekt nehmend, entsteht der entgegennehmende Geist als wurzelloses Indifferenz-begleitetes Geist-Element, das Resultat des Unheilsamen ist.

(7) Im Herz sitzend, einen der sechs unangenehm besetzten Objekte als Objekt ergreifend, entweder ^(A)dem unheilsam resultierenden wurzellosen Geist-Element des Entgegennehmens folgend bezeichnet als Prüfen, oder ^(B)der Impulsion folgend bezeichnet als Objekt-Registrieren, oder ^(C)dem Objekt-Registrieren folgend bezeichnet als Werdegang, oder ^(D)nach dem Unterbruch des Werdegangs bezeichnet als Schwinden, oder ^(E)dem Geisteszustand des Schwindens folgend bezeichnet als Wiederverbindung, oder ^(F)der Wiederverbindung folgend bezeichnet als Werdegang, entsteht der prüfende Geist als wurzelloses Indifferenz-begleitetes Geist-Element, das Resultat des Unheilsamen ist.

– Diese sieben heißen die unheilsam resultierenden Geisteszustände.

evaṃ sabbathā pi chattimsa vipāka-cittāni nāma

Soweit sind es alle die sechsunddreißig resultierenden Geisteszustände.

[Kriyā-cittāni – Funktionelle Geisteszustände]

[Kāmāvacara kriyā-cittāni

– Funktionelle Geisteszustände der Sinnensphäre]

¶50 ₁ upekkhā-sahagat'-āhetuka-kriyā-manodhātu-pañcadvār'-
āvajjana-cittam hadayaṃ nissāya | bhavaṅg'-ānantaraṃ
pañcasu ārammaṇesu yaṃ vā taṃ vā ālambitvā | pañcannaṃ
viññāṇaṃ purecārikaṃ hutvā uppajjati ||

(1.)indifferenz-begleiteter, wurzelloser, funktioneller Geist-Element,
[durchführend] das Aufmerken auf den fünf Sinnentoren, im Herz
sitzend, dem Werdegang folgend, eines der fünf Objekte erfassend,
entsteht dem Bewusstsein [eines der] fünf Sinne vorausgehend.

¶51 ₂ kriy'-āhetuka-manoviññāṇadhātu-somanassa-sahagata-cittam
ekantena hadayaṃ nissāy' | eva manodvāre chasu ārammaṇesu
yaṃ vā taṃ vā ālambitvā | arahato sitaṃ kurumānaṃ |
manoviññāṇadhātu-āvajjan'-ānantaraṃ uppajjati ||

(2.)wurzelloser, freude-begleiteter, funktioneller Geist-Bewusstsein-
Element, einzig im Herz sitzend, auf dem Geisttor eines der sechs
Objekte erfassend, dem Arahant ein Lächeln bewirkend, entsteht er
dem Aufmerken durch Geist-Bewusstsein-Element folgend.

¶52 ₃ kriy'-āhetuka-manoviññāṇadhātu-upekkhā-sahagataṃ
āvajjana-cittam hadayaṃ nissāya vā anissāya vā yathārahaṃ |
A bhavaṅg'-ānantaraṃ vā āvajjanan' ti nāmena |
B santīraṇ'-ānantaraṃ vā votthapanan' ti nāmena | chasu
ārammaṇesu yaṃ vā taṃ vā ālambitvā | kāmāvacara-kusal'-
akusalā-kriy'-āvajjanānaṃ purecārikaṃ hutvā uppajjati ||
– imāni tīṇi pi ahetuka-kriyā-cittāni nāma ||

(3.)wurzelloser, indifferenz-begleiteter, funktioneller Geist-Bewusst-
sein-Element, [durchführend] das Aufmerken, im Herz sitzend oder
nicht-sitzend, (A)wenn dem Werdegang folgend heißt er Aufmerken,
(B)dem Prüfen folgend heißt er Feststellen; eines der sechs Objekte
erfassend, entsteht dem heilsamen, unheilsamen oder funktionellen
Aufmerken vorausgehend.

– Diese drei sind funktionelle Geisteszustände ohne Wurzeln.

⁴ sukh'-ekaggatā-sahitaṃ catutthajjhāna-kriyā-cittaṃ |
⁵ upekkh'-ekaggatā-sahitaṃ pañcamajjhāna-kriyā-cittaṃ |
 – c' eti imāni pañca 'pi rūpāvacara-kriyā-cittāni nāma ||
 ekantena hadayaṃ nissāya | yathārahaṃ nāṇasampayutta kriyā-
 citt'-ānantaraṃ | paṭhavī-kasiṇ'-ādīkaṃ ālambitvā uppajjanti ||
 pañcamaraṃ pana chaḷārammaṇam pi hoti ||

- (1.) Der mit Benennung, Unterscheiden, Verzückung, Glück und Sammlung verbundene funktionelle Geisteszustand
 der ersten Vertiefung,
 (2.) der mit Unterscheiden, Verzückung, Glück und Sammlung verbundene funktionelle Geisteszustand der zweiten Vertiefung,
 (3.) der mit Verzückung, Glück und Sammlung verbundene funktionelle Geisteszustand der dritten Vertiefung,
 (4.) der mit Glück und Sammlung verbundene funktionelle Geisteszustand der vierten Vertiefung,
 (5.) der mit Gleichmut und Sammlung verbundene funktionelle Geisteszustand der fünften Vertiefung
 – diese heißen die fünf funktionellen Geisteszustände der Formensphäre. Sie entstehen bestimmt nur im Herz sitzend, je nachdem mit Wissen verbundenen funktionellen Geisteszustand folgend, [einen von den Meditationsobjekten, wie] Erd-Vorrichtung usw. als Objekt ergreifend. Der fünfte hat jedoch sechs [mögliche] Objekte.

¶155 ¹ ākāsa'-anañc'-āyatana-kriyā-cittaṃ
² viññāṇ'-añc'-āyatana-kriyā-cittaṃ
³ ākiñcaññ'-āyatana- kriyā-cittaṃ
⁴ neva-saññā-n'-āsaññ'-āyatana-kriyā -cittaṃ
 – c' eti imāni cattāri arūpāvacara- kriyā-cittāni nāma ||

- (1.) funktioneller Geisteszustand von Raumenendlichkeitsgebiet,
 (2.) funktioneller Geisteszustand von Bewußtseinsunendlichkeit,
 (3.) funktioneller Geisteszustand von Nichtsheitgebiet,
 (4.) funktioneller Geisteszustand von Gebiet der Weder-Wahrnehmung-
 noch-Nichtwahrnehmung
 – diese heißen die vier funktionellen Geisteszustände
 der formenfreien Sphäre.

¶156 hadayaṃ nissāya vā anissāya vā | upekkhā-sahagata- nāṇa-
 sampayutta kriyā-citt'-ānantaraṃ | yathānupubbikaṃ

- ₁ kasiṇ'-ugghāṭim-ākāsaṅ ca
₂ paṭham'-āruppa-viññāṇaṅ ca
₃ natthi-bhāvaṅ ca ₄ ākiñcaññ'-āyatanaṅ ca ālambitvā |
_A javan'-ānantaram vā tad-ārammaṇan 'ti nāmena |
_B tad-ārammaṇ'-ānantaram vā bhavaṅgan 'ti nāmena |
_C bhavaṅgakkhaye vā cutī 'ti nāmena |
_D cuticcitt'-ānantaram vā paṭisandhī 'ti nāmena |
_E paṭisandh'-ānantaram vā bhavaṅgan 'ti nāmena ca uppajjanti ||
 – samattāni catāri arūpāvacara-kriyā-cittāni ||

Sie entstehen im Herz sitzend oder nicht sitzend, entsprechend dem vorangehenden [Geisteszustand], _(1.)den Raum, dessen Form mit der Beseitigung Kasiṇas zustande kommt, und _(2.)das Bewusstsein der ersten formenfreien [Vertiefung] und _(3.)die Abwesenheit [eines Objekts] und _(4.)die Nichtsheit als Objekte ergreifend; [sie werden je nach dem, wenn sie] _(A)der Impulsion folgen, als Objekt-Registrieren bezeichnet, oder _(B)dem Objekt-Registrieren folgend als Werdegang bezeichnet, oder _(C)nach dem Unterbruch des Werdegangs als Schwinden bezeichnet, oder _(D)dem Geisteszustand des Schwindens folgend als Wiederverbindung bezeichnet, oder _(E)der Wiederverbindung folgend als Werdegang bezeichnet.

– Insgesamt [sind es] vier funktionelle Geisteszustände
der formenfreien Sphäre.

¶57 ettāvatā ekavīsati kusala-cittāni | dvādāsa akusala-cittāni |
chatirīsa vipāka-cittāni | vīsati kriyā-cittāni |
c'eti ekūnanavuti cittāni ||

So gibt es einundzwanzig heilsame Geisteszustände, zwölf unheilsame Geisteszustände, sechsunddreißig resultierende Geisteszustände, zwanzig funktionelle Geisteszustände; dies sind [insgesamt] neunundachtzig Geisteszustände.

citta-vibhāgo niṭṭhito

So ist die Analyse des Geistes abgeschlossen.



[CETASIKA VIBHĀGA – Analyse der Geistesfaktoren]

[Sabba-citta-sādhāraṇā-cetasikā
– In allen Geisteszuständen anwesende Geistesfaktoren]

¶58 cetasikā pana dvepaññāsa honti || kathaṃ ||
Geistesfaktoren sind also zweiundfünfzig. Wieso?

phassa (1) Kontakt,	cetanā (4) Absicht,
vedanā (2) Fühlen,	ekaggatā (5) Einigung [Sammlung des Geistes],
saññā (3) Wahrnehmung,	jīvit'-indriya (6) Vitalität [Lebens-Fähigkeit],
	manasikāro (7) Aufmerksamkeit

c' eti satt' ime cetasikā sabbacitta-sādhāraṇā nāma ||
– diese sieben Faktoren heißen in allem Geist anwesende.

Komm.: In der folgenden Aufzählung befasst sich Abhidhamma-Saṅgha zuerst mit allen heilvollen Geistesfaktoren. So auch die kanonischen Texte (Anupada-Sutta, M 111; Dhammasaṅgānī, Cittuppāda-Kaṇḍa), die sich primär auf die Meditationspraxis beziehen. In den späteren Texten wie z.B. Visuddhi-Magga und Abhidhamma-Attha-Saṅgha, zieht man eine theoretisch systematische Anordnung vor, in der nach den all-anwesenden Faktoren (sabba-citta-sādhāraṇā-cetasikā) die gelegentlich-vorkommenden (pakiṇṇaka) angeführt werden. Solcher Anordnung folgt auch unsere Nummerierung der Geistesfaktoren, welche die Orientierung in der Tabelle (s. Anhang) erleichtert, die das Vorkommen von Geistesfaktoren in den verschiedenen Geisteszuständen zeigt. Die gelegentlich-vorkommenden Geistesfaktoren (pakiṇṇaka-cetasikā – später in ¶64 und folgenden angeführt) sind diese sechs:

vitakka (8) Benennung	adhimokkha (10) Entscheidung	pīti (12) Verzückung
vicāra (9) Unterscheiden	virīya (11) Anstrengung	chanda (13) Wünschen

[Kusala-cetasikā – Heilvolle Geistesfaktoren]

¶59 saddh'-indriyaṃ (14) Vertrauens-Fähigkeit,	hiri-balaṃ (16) Scham-Fähigkeit,
sat'-indriyaṃ (15) Achtsamkeits-Fähigkeit,	ottapa-balaṃ (17) Rücksichtsnahme-Fähigkeit,
paññ'-indriyaṃ (35) Weisheits-Fähigkeit,	alobho (18) Freigebigkeit (Nicht-Gieren),
	adoso (19) Versöhnlichkeit (Nicht-Hassen),

Komm.: Es gibt vierundzwanzig Steuerungs-Fähigkeiten (indriya), davon sind acht körperlich (s. ¶13). Gesteuert wird entweder der Geist (citta) als eine globale Einheit oder die Zusammensetzung der Geistesfaktoren (cetasika) in dem Aufbau ihrer Baugruppe (kāya).

¶60 kāya-passaddhi (20) Baugruppe-Gestilltheit,	kāya-kammaññatā (26) Baugruppe-Gefügigkeit,
citta-passaddhi (21) Geistes-Gestilltheit,	citta-kammaññatā (27) Geistes- Gefügigkeit,
kāya-lahutā (22) Baugruppe-Beweglichkeit,	kāya-pāguññatā (28) Baugruppe-Geschultheit,
citta-lahutā (23) Geistes-Beweglichkeit,	citta-pāguññatā (29) Geistes-Geschultheit,
kāya-mudutā (24) Baugruppe-Geschmeidigkeit,	kāy'-ujjukatā (30) Baugruppe-Geradheit,
citta-mudutā (25) Geistes-Geschmeidigkeit,	citt'-ujjukatā (31) Geistes-Geradheit,
	tatramajjhataṭṭatā (32) Ausgewogenheit [der Faktoren],

– c' eti ime vīsati cetasikā akusalacittesu ceva
 ahetukacittesu cāti sama timsacittesu nuppajant' eva ||
 – und diese zwanzig Faktoren [14-32, 35] entstehen nicht in den
 dreißig Geisteszuständen, die unheilsam oder wurzellos sind.

¶61 paññā(35) pana dvādasasu ñāṇavippayuttesu pi na labbhati |
tasmā dvācattālisacittesu nuppajjati ||

Die Weisheit vorkommt dazu nicht in zwölf [Geisteszuständen],
die ohne Wissen sind, also entsteht sie nicht in zweiundvierzig
Geisteszuständen.

¶62 karuṇā(33)-muditā(34) pana pañcamajjhāna-vajjita-
rūpavacara-cittesu | somanassa-sahagata-kāmāvacara-
kusalacittesu | sahetuka-somanassa-sahagata-kriyācittesu |
- cāti samavīsati-cittesu kadāci uppajjanti visum visum ||

Mitleid oder Mitfreude entstehen denn mit Ausnahme der fünften
Vertiefung in Geisteszuständen des Formenbereichs, [wie auch] in
den von Freude begleiteten heilvollen Geisteszuständen des
Sinnlichkeitsbereichs [und auch] in den mit Wurzeln und Freude
begleiteten neutral funktionellen Geisteszuständen.

Sie entstehen also gelegentlich in zwanzig Geisteszuständen, aber
jedes Mal voneinander separat.

Komm.: Die so genannt Unermesslichen (appamaññā) Geisteszustände des gottes-
gleichen Weilens (brahma-vihāra) sind vier: Güte (mettā oder adosa 19), Mitleid
(karuṇā 33), Mitfreude (muditā 34) und Gleichmut (upekkhā 32 – siehe ¶30,
¶45, ¶54). Der Begriff Upekkhā wird in drei verschiedenen Kontexten ange-
wendet: erstens für die Bezeichnung des ausgewogenen Fühlens (adukkham-
asukha vedanā – wie in der Dhammasaṅgaṇī 1026, siehe in diesem Band Seite
16 und 27), die auf allen Ebenen der Komplexität der Phänomene gilt; zweitens
bezeichnet Upekkhā die hoch komplexe Ausgeglichenheit aller Geistesfaktoren
in der Vertiefung (jhāna – siehe z.B. ¶30); wobei drittens die unermessliche
(appamaññā) Geistesverfassung des gottesgleichen Weilens (brahma-vihāra)
spezifisch gemeint werden kann.

Das Zusammenspiel von den vier Unermesslichen ¶62 und den im nächsten
Paragraph ¶63 angeführten Edlen (lokuttara) Pfadgliedern (maggaṅga) wird im
¶78 behandelt.

¶63 sammā-vācā(36) sammā-kammanto(37) sammā-ājīvo(38)
ca lokuttara-cittesu uppajjant’ eva || lokiya-cittesu pana
kāmāvacara-kusala-cittesu yeva kadāci nānā hutvā uppajjanti ||
Rechtes Reden, rechtes Tun und rechter Lebensunterhalt entstehen
im überweltlichen Geist.

Im weltlichen Geist entstehen sie auch manchmal, zwar hie und da
in heilvollen Geisteszuständen der Sinnenwelt.

[Pakiṇṇaka-cetasikā

– gelegentlich-vorkommenden Geistesfaktoren]

¶64 vitakko(8) vicāro(9) pīti(12) viriyindriyaṃ(11) chando(13)
adhimokkho(10) ceti chasu pakiṇṇaka-cetasikesu ||
vitaka-vicārā tāva dvipaṅca-viññāṇesu ceva uparimesu
tīsu rūpāvacara-cittesu ca sabb'-ārūpa-cittesu cā |
'ti ekatimsa cittesu nuppajjanti ||

Benennung, Unterscheiden, Verzückung, Anstrengung, Wünschen
und Entscheidung – dies sind sechs gelegentlich-vorkommenden
Geistesfaktoren. Benennung und Unterscheiden [entstehen nicht]
in den zwei Fünfern des [Sinnen-]Bewusstseins, wie auch in den
drei höchsten Geisteszuständen der Formenbereichs und in allen
Geisteszuständen des Formenfreienbereichs;
sie entstehen nicht in einunddreißig Geisteszuständen.

¶65 pīti(12) pana domanass'-upekkhā-sahagata-cittesu ceva kāya-
viññāṇesu ca catutthajjhāna-manodvār'-āvajjana-cittesu cāti |
catupaññāsa cittesu nuppajjanti ||

Verzückung allerdings [entsteht nicht] im Geist, der von Trübsal
oder Indifferenz begleitet ist, im Körperbewusstsein, im Aufmerken
auf dem Geist der vierten [und höheren] Vertiefungen;
also in vierundfünfzig Geisteszuständen entsteht sie nicht.

¶66 viriyam(11) ahetuka-vipākesu ceva manodhāt'-āvajjanesu cāti |
solasa cittesu nuppajjanti ||

Anstrengung [gibt es nicht] in resultierenden Geisteszuständen ohne
Wurzel und im Aufmerken durch Geistelement;
also in sechzehn Geisteszuständen entsteht sie nicht.

¶67 chando(13) dvipaṅcaviññāṇa-manodhātuttika-santīraṇa-
hasana-voṭṭhabbānaṃ vasena aṭṭhārasasu ahetuka-cittesu |
ceva dvīsu momūha-cittesu cāti |
samavīsati cittesu nuppajjanti ||

Wünschen [gibt es nicht] in achtzehn Geisteszuständen ohne
Wurzel, die man gliedert in zwei Fünfer des Sinnenbewusstsein mit
dreierlei Prüfen durch Geistelement, in Lächeln und Feststellen,
wie auch in den zwei verblendeten Geisteszuständen;
also in zwanzig Geisteszuständen entsteht sie nicht.

¶68 adhimokkho(10) dvipañca-viññāṇesu ceva
vicikicchā-citte cāti | ekādasasu cittesu nuppajjanti ||
Entscheidung [ist nicht] in zwei Fünfern des Sinnenbewusstseins
und im Geist mit Zweifelsucht;
also in elf Geisteszuständen entsteht sie nicht.

[Akusala-cetasikā – Unheilsame Geistesfaktoren]

¶69 ime ekantena akusala-cetasikā veditabbā |
moho(39) ahirikam(40) anottappam(41) uddhaccam(42) ti |
cattāro cetasikā sabb'-ākusala-sādhāraṇā ||
Einzig diese unheilsamen Geistesfaktoren: Verblendung,
Schamlosigkeit, Rücksichtslosigkeit und Unruhe versteht man als
die vier in allen unheilsamen [Geisteszuständen anwesend].

¶70 lobho(43) aṭṭhasu lobha-sahagata-cittesu yeva uppajjati ||
Gier entsteht in acht [sogenannt] gierbegleiteten Geisteszuständen.

¶71 diṭṭhi(44) catusu diṭṭhi-gata-sampayutta-cittesu yeva uppajjati ||
māno(45) kadāci diṭṭhi-gata-vipayuttasu yeva uppajjati ||
thīna(46)-middham(47) pañcasu saṅkhārika-cittesu yeva
uppajjati ||

Ansicht entsteht in vier ansichtsgebundenen Geisteszuständen,
Dünkel entsteht manchmal in ansichtsfreien [Geisteszuständen],
Starrheit entsteht in fünf angeregten Geisteszuständen.

¶72 doso(48) dvīsu paṭigha-cittesu yeva uppajjati ||
Hass entsteht in zwei widerwärtigen Geisteszuständen.

¶73 issā(49)-macchera(50)-kukkuccāni(51) dvīsu domanassa-
sahagata-cittesu yeva kadāci uppajjanti visum visum ||
Neid, Geiz, Sorge entsteht manchmal in zwei trübsalgebundenen
Geisteszuständen, jedesmal aber voneinander separat.

¶74 vicikicchā(52) vicikicchā-sahagata yeva uppajjati ||
Zweifelsucht entsteht in jenen [sogenannt] zweifelbegleiteten
Geisteszuständen.

evaṃ sabbathā pi saṅkhepena dvepaññāsa cetasikā
veditabbā ti ||
So sind alle zweiundfünfzig Geistesfaktoren zusammengefasst.

Komm: Das Kapitel Cetasika-vibhāga – Analyse der Geistesfaktoren ist eigentlich mit dem Paragraph ¶74 abgeschlossen, was ja durch den nach diesem Paragraph hinzugefügten Satz bestätigt ist. In Pāli ist das, was wir als eine Überschrift anbringen würden, jeweils als der letzte Satz des Texts angeführt. Dies gilt für alle Einheiten der Gliederung, also für den Band, die Kapitel, die Unterkapitel usw. Im ganzen Text des Abhidhamma-Saṅgaha haben wir hier, wie im Westen üblich, jeweils die Überschriften am Anfang der Texteinheit in den eckigen Klammern eingesetzt. Wider das in Pāli übliche Vorgehen sind wir nun aber damit konfrontiert, dass nach dem Abschluss des Kapitels über die Analyse der Geistesfaktoren noch weitere vier Paragraphen angefügt sind, vor welche die Überschrift Cetasika-Sampayoga – Zusammenspiel der Geistesfaktoren gesetzt wird. Um was geht es in diesen angefügten vier Paragraphen?

Die Texte des Pāli-Kanons wie auch der alten postkanonischen Literatur sind zum Auswendiglernen und Rezitieren gemeint. Sie sind so gestaltet, dass man sich beim Rezitieren ihre Inhalte meditativ vergegenwärtigen kann und dadurch einerseits zum tieferen Verständnis vordringt, andererseits sich zu der befreienden Transzendenz emporhebt. Dies gilt insbesondere für die Texte des Abhidhamma, die Mātikā, in denen der Abhidhammika vollkommen gemütlich zuhause sein soll, die ihm jederzeit unter allen Umständen zur Verfügung sein sollen. Und diesem Zweck dient unter anderem auch die didaktische Arithmetik, deren guter Beispiel eben in den folgenden vier Paragraphen angeboten wird.⁷⁴

In der Übersetzung sind [in eckigen Klammern] Textergänzungen und Verweise eingefügt, die dem Verständnis beisteuern sollen. Doch ist dabei jeweils auch die Frage aufgetaucht, wieweit dies für das Studium des Abhidhamma auf Grund des vorhandenen Text förderlich sei. Resultiert solche Verständnishilfe aber nicht in so einem Effekt, der damit vergleichbar wäre, wenn man beim Verkaufen eines Büchleins mit Kreuzworträtseln bereits überall [in eckigen Klammern] alle Lösungen einfügt?

[Cetasika-Sampayoga – Zusammenspiel der Geistesfaktoren]

¶75 dvipaṅca-viññāṇesu satt' eva cetasikā bhavanti | manodhātuttika-
ahetuka-paṭisaṅgaha-yugalesu dasa | somanassa-santīraṇa-
votthapanesu ekadāsa | hasana-citte dvādasa ||

In zwei Fünfergruppen entstehen sieben Faktoren [¶58], zehn Faktoren in drei wurzellosen Geistelementen gepartem in Wiederverbindung, in freudigen Prüfen und Feststellen elf, im Geist des Lächelns zwölf.

⁷⁴ Die didaktische Arithmetik und andere Mittel der abhidhammischen Geistesschulung im Bezug auf die neuzeitliche Wissensgebiete sind in der Abhandlung *Abhidhamma im Überblick* auf den Seiten 53ff erklärt.

¶76 akusalesu momūhacittesu dvīsu paṇṇarasa | pañcama-sattama-
navamesu atṭhārasa | paṭhama-tatiyesu ekūnavīsati | chaṭṭhama-
dasamesu vīsati | dutiya-catutthesu pana cittesu ekavīsati ||
In zwei unheilsamen verblendeten Geisteszuständen ist fünfzehn;
im fünften, siebten und neunten ist achtzehn; im ersten und dritten
ist neunzehn; im sechsten und zehnten ist zwanzig; im zweiten und
vierten ist einundzwanzig [Faktoren] (¶36-¶39).

¶77 rūpāvacara-pañcomesu arūpesu ca tiṃsati || upekkhā-
sahagata-ñāṇa-vippayutta-cittesu vipāka-kriyā-cittesu ceva
catutthajjhāne ca ekatiṃsati | upekkhā-sahagata-ñāṇa-
sampayutta vipāka-kriyāsu ceva upekkhā-sahagata-ñāṇa-
vippayutta kusale ca somanassa-sahagata-ñāṇa-vippayutta
vipāke ca tatiyajjhāne ca dvattiṃsa | somanassa-sahagata-
ñāṇa-vippayutta vipāka-kusala-kriyāsu ceva upekkhā-
sahagata-ñāṇa-sampayutta kusale ca somanassa-sahagata-
ñāṇa-sampayutta vipāke ca dutiyajjhāne ca tettiṃsa |
somanassa-sahagata-ñāṇa-sampayutta kusala-kriyāsu ceva
paṭhamajjhāne ca catuttiṃsa ||
Im fünften [Geisteszustand] des Formenbereichs und in den Formen-
freien ist dreißig [Faktoren]; in indifferenzbegleiteten Geisteszustand
ohne Wissen [dem sowohl] resultierenden [als auch] funktionellen
und in vierten Vertiefung ist einunddreißig; in indifferenzbegleiteten
[Geisteszustand] mit Wissen [dem sowohl] resultierenden [als auch]
funktionellen und in dritten Vertiefung ist zweiunddreißig; in den
freudebegleiteten ohne Wissen [dem sowohl] resultierenden [als
auch] heilsamen [als auch] funktionellen und in indifferenz-
begleiteten heilvollen [Geisteszustand] mit Wissen und freude-
begleiteten mit Wissen resultierenden und in zweiten Vertiefung ist
dreiunddreißig; in freudebegleiteten mit Wissen [dem sowohl]
heilsamen [als auch] funktionellen und in ersten Vertiefung ist
vierunddreißig [Geistesfaktoren vorhanden].

¶78 appamaññā-viratiyo pana ekato jāyanti ||
lokuttara-cittesu pana chattim̐sa cetasiḱā bhavanti ||
Die Unermesslichen (¶62) und die Abstehenden [von schlechten
Lebensunterhalt, Tun und Sprechen ¶63] entstehen zusammen.
In den überweltlichen Geisteszuständen entstehen vierunddreißig
Geistesfaktoren.

[N I B B Ā Ṅ A Ṃ – Das Ziel]

¶79 accutaṃ amataṃ khemaṃ niccaṃ santaṃ asaṅkhataṃ |
vāṇatīto tathāgato nibbānaṃ ti pakittayī ||

Unendlich, unsterblich, sicher, beständig, friedlich, unerschaffen.
Mit Worten unerklärbar ist Nibbāna, vom Vollendeten gezeigt.

[Ganthakattu-sandassana – Autors Memorandum]

¶79 anena puññaena tu Buddhadatto |
vihāra-saṃsāra-bhayā sumutto |
mahāmahaṃ rāga-vinodanaṃ
sivaṃ anāsavaṃ khippam evāti ||

Durch das Verdienst dieses Werkes möge Buddhadatta
aus dem Weilen im schrecklichen Saṃsāra gut befreit,
den Wirrwarr von Leidenschaften auflösend,
schnell von Einflüssen erreichen die Sicherheit.

rūpa-arūpa-vibhāgo nitthito

Die Analyse des Körperlichen und Nicht-Körperlichen
ist abgeschlossen.



8. Schlussbetrachtungen

Abhidhamma ist das Herz der Buddha-Lehre. Die Buddha-Lehre ist eine Überlieferung von „Können“ und Methode, die das „Wissen“ über Vorgehen enthält, wie man einen höheren Lebensstandard erzielt. Abhidhamma ist also ein praktisches „Wissen“, ein System psychologischer und ethischer Weisheit, das die Wissenschaft übertrifft. Dies wurde mir als jungem Wissenschaftler vollkommen klar, als ich den Abhidhamma zur Auswertung und Planung meiner persönlichen Alltagsgestaltung gegen Ende sechziger Jahre zielbewusst anzuwenden begann.

Es sei dem Übersetzer von *Abhidhamma-Saṅgaha* und Autor von *Abhidhamma im Überblick* hier erlaubt, ganz persönliche Schlussbetrachtungen über das fertiggestellte Werk niederzuschreiben.

Nach dem Vollenden meines Trainings in der Methode *Satipaṭṭhāna-Vipassanā* bei Ācariya Anagārika Munindra in Bodh-Gaya, habe ich im Jahre 1967 die *Abhidhamma Studies* zu lesen begonnen, die Mahāthera Nyāṇaponika während seiner Übersetzungsarbeit am *Dhammasaṅgani* geschrieben hat. Damals machte ich die Entscheidung, den Abhidhamma der wissenschaftlichen wie auch der breiteren Öffentlichkeit zu vermitteln. Nebst der Schreiarbeiten, die mit meiner Dissertation über den Abhidhamma in der Terminologie der Sozialpsychologie begannen, war es vor allem die direkte Arbeit mit Menschen in universitären Veranstaltungen und öffentlichen Kursen — und dies war unter anderem auch der Hintergrund fürs Entstehen des vorliegenden kleinen Lehrbuchs *Abhidhamma im Überblick*.

Unser Text mit seinen bündig formulierten Erklärungen hat sich in der Praxis während mehr als dreißig Jahren gut

bewährt — insbesondere die Meditationsanfänger haben es geschätzt, dass die anfänglichen Unterscheidungen und ihre Erklärungen sehr einfach sind, wobei dann jede wiederholte Lektüre stufenartig neues Verstehen bewirkt. Der Text *Abhidhamma-Saṅgaha* beginnt mit der Unterscheidung zwischen Dingen körperlichen (*rūpa*) und nicht-körperlichen (*arūpa*), die als erste in der Einsichtsmeditation (*vipassanā*) instruiert wird, bevor man die nicht-körperlichen Dinge als der zweiten, dritten oder vierten Achtsamkeitsunterlage (*satipaṭṭhāna*) zugehörend zu erfassen lernt. Durch das Verstehen dieses Vorgehens, das der Buddhas Lehrrede *Satipaṭṭhāna-Sutta* folgt, werden die Meditierenden gegen die mögliche Irreführung durch sogenannte Meditationsmeister gefeit, die beispielweise nur die dritte *Satipaṭṭhāna* (*citta-anupassanā*) oder nur die erste *Satipaṭṭhāna* (*kāya-anupassanā*) lehren. Eine Meditierende hat solche „Meister“ humorvoll mit den Geographie-Lehrern verglichen, die nur Süden lehren würden.

Für die Meditierenden, die zum Erreichen der Vertiefung (*jhāna*) begabt sind, hat sich das Verstehen — und auch die praktische Wissensanwendung — vom Text ¶31 (*ekantena hadayaṃ nissāya' eva yathārahaṃ nāṇa-sampayutta-kusal'ānantaram*) als wichtig und nützlich bewährt. Dementsprechend wird in der Āyukusala-Tradition erstens die Praxis der Lebenserfolgsbeichte (*anumodanā*) instruiert, in der man sich eben die hier angeführten, mit Wissen verbundenen heilsamen Geisteszustände (¶28: *nāṇa-sampayutta-kusala*) vergegenwärtigt, und zweitens das Entdecken der Erlebensverankerung im Herzen (*hadayaṃ nissāya*) übt, wie auf den Seiten 87-88 kurz beschrieben.

Die größte persönliche Genugtuung brachte mir das erfolgreiche Durchsetzen der Auffassung von Abhidhamma-Matrizen als Instrument der Einsichtsmeditation bei meinen Studenten. Es herrschte unter den westlichen Buddhismuskennern die Ansicht, dass Abhidhamma eine „Scholastik“ sei, oder bestenfalls eine „frühbuddhistische Philosophie“. Sogar mein Ehrwürdiger Lehrer Nyāṇaponika,

mit dem ich in siebziger Jahren die Vorbereitungsarbeiten fürs Herausgeben seiner Übersetzung von *Dhammasaṅgaṇī* und von Nyāṇatilokas Übersetzungen des *Milinda-Pañhā* und *Abhidhamma-Attha-Saṅgaha* machte, tröstete mich, dass es gut sein wird, wenn man diese Texte mindestens als eine philosophische Lektüre anbieten kann, da es kaum Leser geben würde, die Abhidhamma praktisch anwenden wollen. Diese Frage bliebe immer noch offen.

Die im vorhandenen Büchlein enthaltenen Erklärungen zum Text *Abhidhamma-Saṅgaha* reiften im Zusammenhang von Meditationsinstruktionen der Āyukusala-Tradition und in der Arbeit mit meinen Studenten an den Universitäten Konstanz und Zürich; in den neunziger Jahren wurden sie zusammen mit der tschechischen Übersetzung auch an den Universitäten Brünn und Olmütz benützt. Das Leitprinzip war, sie möglichst kurz zu halten, damit sie Möglichkeiten für weitere Ausführungen geben und somit auch inspirativ für eigene Entdeckungen der Studenten sind.

Beigetragen zum Nutzen von *Abhidhamma-Saṅgaha* hat meine Arbeit an Beispielen von Alltagssituationen, die mit Nyāṇatilokas Übersetzung von *Abhidhamma-Attha-Saṅgaha* als illustrative Ergänzung veröffentlicht werden sollten. Vom Jhana-Verlag wurde ich dann nur beauftragt, die in der Nyāṇatilokas Übersetzung fehlenden Seiten für ihre Ausgabe zu übersetzen. Zu gleicher Zeit habe ich am Verfassen des „*Explanatory Guide*“ zu der englischen BPS-Ausgabe von *A Comprehensive Manual of Abhidhamma – The Abhidhammattha-Saṅgaha* gearbeitet. In der ersten Edition hat es allerdings der General Editor vergessen, dies anzuführen, und erst im *Preface* zu der zweiten Edition 1999 meinen Beitrag erwähnt. Im *Explanatory Guide* wurden allerdings nur meine Erklärungen zu den ersten vier Kapiteln des *Abhidhammattha-Saṅgaha* benützt, während die Beispiele der abhidhammischen Analyse von Alltagssituationen und von Meditationserfahrungen immer noch unveröffentlicht sind.

Die Frage, wie viel von den praxisnahen Ausführungen in einem Buch über den Abhidhamma enthalten sein soll, bleibt offen. Die theoretische Behandlung der Themen des Abhidhamma ist bereits sehr umfangreich vorhanden. Der Vergleich zwischen dem „allumfangreichen“ *Abhidhamma-Attha-Saṅgaha* und dem „bündig gefassten“ *Abhidhamma-Saṅgaha* lässt jedoch das kleinere Werk in vielen Aspekten für die Praxis viel geeigneter erscheinen. Dass es Ausführungen zu Themen des *Abhidhamma-Attha-Saṅgaha* in dem neunhundert Seiten starken *Visuddhi-Magga (Der Weg zur Reinheit, 1975)* gibt, bestätigt in seiner Einleitung zu *Abhidhamma-Attha-Saṅgaha im Handbuch der buddhistischen Philosophie (1995)* der Ehrwürdige Nyāṇatiloka.

Einen Versuch, den Abhidhamma in praxisnaher Weise anzubieten, habe ich in einem populärwissenschaftlichen Buch vorgenommen: *Anleitung zum Glücklichsein – Die Psychologie des Abhidhamma* (Bauer, Freiburg 1987). Ich betrachte es daher nicht für nötig, hier noch weitere Hinweise auf Einführungen in den Abhidhamma zu geben. Für den Zweck der vollständigen Orientierung im Studium des Abhidhamma gibt es ja das hier vorhandene Büchlein *Abhidhamma im Überblick*.



9. Bibliographie

Urtexte des *Abhidhamma-Kanons* und der postkanonischen Abhidhamma-Literatur gibt es neuerdings auf einem CD von Vipassana Research Institute <www.vri.dhamma.org>, hier sind sie jedoch nach den Ausgaben von der Pali Text Society in London zitiert. Die Übersetzungen aus Pāli sind unter den Namen der Übersetzer angeführt.

Adikaram, E.W.: *Early History of Buddhism in Ceylon*, Colombo 1946.

Adorno, Th.: *Negative Dialektik*, Frankfurt 1966.

Bapat, P.V.: *Vimuttimagga and Visuddhimagga, A Comparative Study*, Poona, 1937.

Basham, A.L.: *The Wonder That Was India*, London 1971.

Bateson, G.: *Die Ökologie des Geistes*, Frankfurt 1981.

Bechert, H.: *Buddhismus, Staat und Gesellschaft in den Ländern des Theravāda-Buddhismus*, Band 1 – 3, Frankfurt / Hamburg 1966f.

Buddhadatta, A.: *Buddhadatta's Manuals*, London 1980.

Carrithers, M.: *The Forest Monks of Sri Lanka*, Oxford 1983.

Ehara, N., Soma & Kheminda: *The Path of Freedom – Vimuttimagga*, Kandy 1977.

Encyclopaedia of Buddhism, Colombo 1961f.

Foucault, M.: *Die Ordnung der Dinge*, Frankfurt 1974.

Froehling, O.: *Mein zerbrochenes Volk*, Wuppertal 1985.

Fryba, M.: *Anleitung zum Glücklichein – Die Psychologie des Abhidhamma*, Freiburg 1987.

Fryba, M.: *Suññatā – Experience of Void in Buddhist Mind Training, Sri Lanka Journal of Buddhist Studies, Vol. 2, 1988.*

- Fryba, M. & B. Vogt Fryba: *Silabbata – Virtuous Performance, an Empirical Basis for the Science of Buddhist Psychology*, *Sri Lanka Journal of Buddhist Studies*, Vol. 3, 1989.
- Geiger, M. & W. Geiger: *Pāli Dhamma vornehmlich in der kanonischen Literatur*, München 1920.
- Gombrich, R.: *Precept and Practice – Traditional Buddhism in the Rural Highlands of Ceylon*, Oxford 1971.
- Govinda (Hoffmann, E.): *Abhidhammattha-Sangaha – Ein Compendium Buddhistischer Philosophie und Psychologie*. *Zeitschrift für Buddhismus*, 1927-1930.
- Hardy, E.: Preface, *Anguttara Nikāya*, Band V., London 1958.
- Kantowsky, D.: *Von Südasien lernen, Erfahrungen in Indien und Sri Lanka*, Frankfurt 1985.
- Kapferer, B.: *A Celebration of Demons*, Bloomington 1983.
- Kapleau, Ph.: *Die drei Pfeiler des Zen*, Bern 1981.
- Kuhn, Th.: *Die Struktur wissenschaftlicher Revolution*, Frankfurt 1973.
- Law, B.C.: *The Life and Work of Buddhaghosa*, Delhi 1923.
- Mahasi, S.: *Progress of Insight*, Kandy 1973.
- Malalasekera, G.P.: *The Pāli Literature of Ceylon*, Colombo 1928.
- Nagai, M.: *The Vimutti-Magga – The Way to Deliverance*, *Journal of Pali Text Society*, 1919.
- Ñānamoli: *The Path of Purification – Visuddhi Magga*, Kandy 1975.
- Ñānamoli: *The Guide – Nettippakaranam*, London 1977.
- Ñānamoli: *The Dispeller of Delusion – Sammohavinodanī*, London 1987.
- Nārada: *A Manual of Abhidhamma – Abhidhammattha-Sangaha*, Kandy 1980.
- Nöth, W.: *Handbuch der Semiotik*, Stuttgart 1985.

- Nyānaponika: *Die Wurzeln von Gut und Böse*, Konstanz 1981.
- Nyānaponika: *Geistestraining durch Achtsamkeit*, Konstanz 1970.
- Nyānaponika: *Im Lichte des Dhamma*, Konstanz 1989.
- Nyānatiloka: *Buddhistisches Wörterbuch*, Konstanz 1981.
- Nyānatiloka: *Der Weg zur Reinheit – Visuddhi Magga*, Konstanz 1975.
- Nyānatiloka: *Guide through the Abhidhamma-Pitaka*, Kandy 1983.
- Nyānatiloka: *Die Lehrreden des Buddha aus der Ange-reihten Sammlung*, Freiburg 1984.
- Nyānatiloka: *Die Fragen des Königs Milinda*, Interlaken 1985.
- Nyānatiloka: *Handbuch der buddhistischen Philosophie – Abhidhammattha-Sangaha*, Uttenbühl 1995.
- Obeyesekere, G.: *The Cult of the Goddess Patini*, Chicago 1984.
- Pe Maung Tin: *The Expositor – Atthasālinī*, London 1920.
- Rhys Davids, C.A.F.: *A Buddhist Manual of Psychological Ethics*, London 1900.
- Sasaki, G.: *Vimuktimārga Dhutagunanirdesa – Tibetan Text with Japanese Translation and Notes*, Kyoto 1958.
- Schleberger, E.: *Märchen aus Sri Lanka*, Köln 1985.
- Shwe Zan Aung: *Compendium of Philosophy – A Translation of the Abhidhammattha-Sangaha*, London 1972.
- Tart, C.: *Transpersonale Psychologie*, Olten 1978.
- Trungpa, Ch.: *Born in Tibet*, Boston 1977.
- Vogt Frýba, B.: *Können und Vertrauen – Das Tovil-Heilritual von Sri Lanka als kultureigene Psychotherapie*, Zürich 1990.
- Werner, K.: *Yoga and Indian Philosophy*, Delhi 1977.
- Woolf, L.: *Das Dorf im Dschungel*, Frankfurt 1985.

Anhang: Auflistung der Geistesfaktoren

1. phassa = Kontakt
2. vedanā = Fühlen
3. saññā = Wahrnehmung
4. cetanā = Absicht
5. cittekaggatā = Einigung
6. jīvitindriya = Vitalität
7. manasikāro = Aufmerksamkeit
8. vitakka = Benennung
9. vicāra = Unterscheiden
10. adhimokkha = Entscheidung
11. viriya = Anstrengung
12. pīti = Verzückung
13. chanda = Wünschen
14. saddhā = Vertrauen
15. sati = Achtsamkeit
16. hiri = Scham
17. ottapa = Rücksichtnahme
18. alobha (dāna) = Freigebigkeit
19. adosa (mettā) = Versöhnlichkeit
20. kāyapassaddhi = Gestilltheit der Baugruppe
21. cittapassaddhi = Gestilltheit G.
22. kāyalahutā = Beweglichkeit Bg.
23. cittalahutā = Beweglichkeit G.
24. kāyamudutā = Geschmeidigkeit der Baugruppe
25. cittamudutā = Geschmeidigkeit des Geistes
26. kāyakammaññatā = Gefügigkeit der Baugruppe
27. cittakammaññatā = Gefügigkeit des Geistes
28. kāyapāguññatā = Geschultheit der Baugruppe
29. cittapāguññatā = Geschultheit des Geistes
30. kāyujjukatā = Geradheit Bg.
31. cittujjukatā = Geradheit G.
32. tatramajjhataṭṭā = Ausgewogenheit
33. karuṇā = Mitleid
34. muditā = Mitfreude
35. paññā = Weisheit
36. sammā-vācā = Rechtes Reden
37. sammā-kammanta = Rechtes Tun
38. sammā-ājīva = Rechter Lebensunterhalt
39. moha = Verblendung
40. ahirika = Schamlosigkeit
41. anottappa = Rücksichtslosigkeit
42. uddhacca = Unruhe
43. lobha = Gier
44. diṭṭhi = Ansicht
45. māna = Dünkel
46. thīna = Starre
47. middha = Mattheit
48. dosa (paṭigha) = Hass
49. issā = Neid
50. macchera = Geiz
51. kukkucca = Sorge
52. vicikicchā = Zweifelsucht

c i t t a	¶ im Text	cetasikā Nr.
a h e t u k a c i t t a		
dvipañcaviññāṇa (zwei Fünfsinnenb.)	¶ 40, 48	1 - 7
sampaṭicchana (Entgegennehmen)	¶ 41, 49	1 - 10
santīraṇa (Prüfen)	¶ 42, 49	1 - 10, 12
āvajjana / pañcadvāra (Aufmerken)	¶ 50	1 - 10
āvajjana / manodvāra (Aufmerken)	¶ 52	1 - 11
hassana citta (Lächeln)	¶ 51	1 - 12
k u s a l a c i t t a		
somanassa 1. - 4. (Freude)	¶ 28	1 - 34
upekkhā 5. - 8. (Indifferenz)	¶ 28	1-35, ohne 12
jhāna 1., (2.-5. fortschreitend ohne 8-12)	¶ 30	1-35, ohne 8-12
āruppa-jhāna (Indifferenz)	¶ 32	1-7, 11, 13-35
lokuttara-jhāna	¶ 34	1-35, ohne 33,34
a k u s a l a c i t t a		
lobha (Gier)	¶ 36	1-13, 39-47
paṭigha (Hass)	¶ 37	1-11, 13, 39-42
momūha (Verblendet)	¶ 38	1-11, 39-42, 52
v i p ā k a c i t t a		
kāmāvacara (Sinnenwelt – wie kusala)	¶ 40-44	1-34, ohne 12
kāmāvacara (Sinnenwelt – s. akusala)	¶ 48, 49	wie akusala
jhāna 1., (2.-5. fortschreitend ohne 8-12)	¶ 45	1-35, ohne 8-12
āruppa-jhāna (Indifferenz)	¶ 46	1-7, 11, 13-35
lokuttara-jhāna	¶ 47	1-35, ohne 33,34
k r i y ā c i t t a		
ahetuka	¶ 50-52	wie akusala
sahetuka	¶ 53	1-35, ohne 12
jhāna	¶ 54-56	1-34, ohne 12

Kurzbiographie des Autors

Āyukusala Thera (Dr. Mirko Frýba) ist ein buddhistischer Mönch der Theravāda-Schule. Er ist ein Schweizer tschechischer Ursprung, zu Hause auf Sri Lanka, in einem Waldkloster nahe der Stadt Kandy, wo früher auch sein Lehrer Nyāṇaponika und dessen Lehrer Nyāṇatiloka lebten.

Als Mirko Frýba wurde er in Prag 1943 geboren. Da seine Familie unter dem kommunistischen Regime verfolgt wurde, musste er nach dem Beenden der Grundschule 1957 ein Fabrikarbeiter werden. Im Selbststudium vorbereitete er sich für das Abitur, das er endlich 1965 machen durfte. Anschließend hat er Studium der Psychologie an der Karls Universität begonnen, welches er als Dr. phil. jedoch erst im Jahre 1975 an der Universität Bern in der Schweiz abgeschlossen hat. Seine Dissertation über die *Psychische Interaktion und individuelles Wertsystem* ist eine Vermittlung des buddhistischen Abhidhamma in der Terminologie westlicher Sozialpsychologie. Danach hat er vor allem im Bereiche der Ethnopsychologie und Psychotherapie publiziert, und entwickelte eine auf dem Abhidhamma gründende Psychotherapiemethode, die international als Sati-therapie bekannt wurde. Die akademische Karriere von Mirko Frýba gipfelte im Jahre 1992 mit seiner Habilitationsschrift über die *Psychologie der Lebensmeisterung nach den Methoden des Abhidhamma*, die auf Tschechisch als Hochschullehrbuch im Verlag der Masaryk Universität (Brünn 1995) veröffentlicht wurde. Von der akademischen Welt verabschiedete er sich im Jahre 1998 durch Verfassen eines tschechischen Hochschullehrbuchs *Pali – Sprache, Texte, Kultur* (Boskovice 2001).

Der akademische Werdegang von Mirko Frýba soll als ein Pendant zu seinem Fortschritt in der Lehre des Buddha betrachtet werden. Schon als Fabrikarbeiter übte er Yoga

und Meditation, wobei er sich mit älterer orientalistischen Literatur auseinandersetzte, die er in der Bibliothek seines Vaters vorfand. Nach dem Beenden des Grundstudiums in Psychologie, hat er sein Studium an der Karls Universität in Prag unterbrochen, um ein Mönch in Indien zu werden und später seinen Lehrer Nyāṇaponika auf Sri Lanka aufzusuchen. Nach einem intensiven Meditationstraining bei Ācariya Anagārika Munindra in Bodh-Gaya, Indien, wurde er als der erste Europäer im Jahre 1967 ein Lehrer der Satipaṭṭhāna-Vipassanā-Meditation.

In den siebziger Jahren wirkte Dr. Frýba beruflich als Psychotherapeut, Universitätsdozent und Dhammalehrer in der Schweiz, wo er die Dhamma Gruppe und die Schweizerische Buddhistische Union gründete. Seit 1983 lebte er dann auf Sri Lanka, wo er als Gastprofessor an der Peradeniya University wirkte. Anfangs neunziger Jahre siedelte er in die neu demokratisch gewordene Tschechoslowakei um, wo er zuerst in seiner Geburtsstadt Prag, dann auch in Olmütz und Brünn an den Universitäten lehrte und dabei mehrere buddhistische Gruppen gründete. 1996 kehrte er wieder nach Sri Lanka heim und wurde dort ein vollordneter Mönch (*Bhikkhu*).

Ehrwürdiger Bhikkhu Āyu Kusala Ānanda ist bekannt in Myanmar als Āyukusala Sayadaw und in Sri Lanka als Āyukusala Thera. Seit 2004 besucht er die Zentren Dhammārāma in Tschechien und Zürich Buddhist Vihāra in der Schweiz, lebt aber sonst in einer Grottenklause des über zwei tausend Jahre alten Waldklosters Walagamba Ārañña im Hochland von Sri Lanka, wo er europäische Mönche ausbildet.

Ehrwürdiger Āyukusala Thera vermittelt die Lehre des Buddha als eine praktische Methode der Lebens-Bewältigung (*āyu-kusala*), wie er sie in seinem in mehrere Sprachen übersetzten Buch *Anleitung zum Glücklichsein – Die Psychologie des Abhidhamma* beschrieben hat.

Hergestellt für die Verbreitung in elektronischer Form.

Download von einer der folgenden URL-Adressen:

<http://www.ayukusala.de/abhidhamma.pdf>

<http://www.ayukusala.org/abhidhamma.pdf>

<http://www.volny.cz/ayukusala/abhidhamma.pdf>

<http://www.volny.cz/abhidhamma/abhidhamma.pdf>

Copyright © 1990, 2007 Dr. Mirko Frýba
Ayurama Kreuzlingen
e-mail: <fryba@gmx.ch>

Ayurama ist der Hauptsitz von
Ayukusala Central European Sangha (ACES)
Kontakt, e-mail: <info@ayukusala.org>
Auskunft, web: <www.ayukusala.org>
<www.ayukusala.de>