

Entstehung in Abhängigkeit

Sinn und Gesetzmäßigkeit des Daseins

U Thiṭṭila

Woher kommen wir? Warum sind wir hier? Wohin gehen wir? Der Paṭiccasamuppāda erklärt die Entstehung von Leiden und die Leidensaufhebung und kann damit Sinn in unser Leben bringen, wenn wir ihn anwenden. Es gilt die Gesetzmäßigkeit von Ursache und Wirkung zu erkennen und die Ursachen von Leiden durch die Entwicklung von Weisheit und die restlose Auflösung des Begehrens aufzuheben.

Fragen

Paṭiccasamuppāda ist ein Pali-Wort und bedeutet "Gesetz der Entstehung in Abhängigkeit" oder "Bedingtes Entstehen" - das Entstehen eines Zustands abhängig vom vorhergehenden. Dieses Gesetz beantwortet im Wesentlichen drei große Fragen, die den *Bodhisatta* - den werdenden Buddha - immer beschäftigt hatten: die drei großen Fragen zur Existenz

- Woher kommen wir?
- Warum sind wir hier?
- Wohin gehen wir?

Unzählige Leben lang hatte der *Bodhisatta* nach einer Antwort gesucht. Keiner der Philosophen in all den Zeiträumen konnte ihm je eine zufriedenstellende Antwort geben. Es gibt 62 Ansichten - falsche Ansichten - über die Existenz, darüber, woher Lebewesen kommen und wie Leben beginnt. Wir besprechen hier nur die drei Ansichten, die dem *Bodhisatta* von den wohl bekannten Philosophen und spirituellen Lehrern seiner Zeit gegeben wurden:

Fatalismus: Der Beginn des Lebens ist dein Schicksal. Alles, was dir widerfährt, geschieht aufgrund deines Schicksals - du kannst nichts dafür oder dagegen tun. Folglich kannst du keinerlei Plan für deine eigene Befreiung von allem Leiden machen.

Ursachenlosigkeit: Die zweite falsche Antwort war, dass Leben ursachenlos ist. Es gibt keinen Grund dafür, es passiert einfach.

Schöpferglaube: Die dritte unrichtige Ansicht führt den Beginn des Lebens auf einen Schöpfer zurück, auf ein höheres Wesen, einen Gott, der es in Gang brachte. Den *Bodhisatta* befriedigte diese Antwort nicht. Denn ein Gott müsse selbst auch eine Ursache haben. Wer gab ihm die Macht zur Schöpfung? Es wird angenommen, dass Gott grenzenlose Macht besitzt - aber woher kommt diese Macht? Was ist die Ursache, was da nicht ein noch höheres, allmächtiges Wesen, das ihn erschuf? Und warum sind wir als Menschen hier in dieser Welt und wohin gehen wir?

Der *Bodhisatta* konnte keine Antwort auf diese drei Hauptfragen finden, bis er die Lehre des *Paṭiccasamuppāda* erkannte, das Lebensrad, den fortlaufenden Prozess von Ursache und Wirkung.

Die Antworten des Buddha

Woher kommen wir also?

Wir kommen aus der Vergangenheit, so wie heute aus gestern hervorgeht. Dieses Leben ist das Ergebnis des vergangenen. Wir entstehen aus dem, was wir zuvor getan haben, aus den vergangenen unerledigten Aufgaben. Wenn unser Werk vollendet wäre, wären wir nicht hier, sondern irgendwo Höheres. Wir sind das Produkt unserer vergangenen Laster und Tugenden, die wir angesammelt haben, der Dunkelheit unserer eigenen Verblendung, unserer eigenen Wünsche - auch des großen Wunsches, wiederzukommen, hier zu leben. Die angesammelten Laster und Tugenden haben uns in dieses Leben gebracht. Deshalb können wir schlechte Dinge tun, aber auch wunderbare, gute. Der *Paṭiccasamuppāda* erklärt, wie der Prozess arbeitet.

Warum sind wir aber hier?

Unsere eigenen Freuden, Sorgen, aber vor allem unsere Wünsche der Vergangenheit haben uns hierher geführt - und hier bleiben wir. Für wie lange? Bis der letzte egoistische Wunsch ausgemerzt ist - Wünsche wie "ich will", "ich möchte dies oder jenes tun". Alle selbstsüchtigen Wünsche müssen restlos vernichtet sein - wenn auch nur einer übrig bleibt, werden wir noch nicht *Nibbāna* (die Befreiung) erlangen. Für den Weisen ist das Leben hier eine Gelegenheit, sich von den Bürden, die er in der Vergangenheit angehäuft hat, zu befreien: von seinem falschen Tun, seinen falschen Ansichten, seinen falschen Konzepten von Leben und Tod. Sie alle hinter sich lassend macht er sich auf den Mittleren Weg. Bis dahin werden wir hier sein und immer und immer wiederkehren.

Und wohin gehen wir?

Wir gehen zu den Ergebnissen unserer Handlungen, den Wirkungen der von uns gesetzten Ursachen. Wessen Arbeiten unvollendet sind, der wird im Daseinskreislauf (*samsāra*) umherwandern, im Lebensrad kreisen und immer wiederkehren, um in Richtung weiterer Vervollkommnung zu arbeiten. Jene, die dem Mittleren Weg gefolgt sind, dem Edlen Achtfachen Pfad, und ihre Arbeiten erledigt haben, erreichen den Zustand von *Nibbāna*, die vollkommene Beendigung allen Leidens.

Erklärung des Buddha anhand des Lebensrades

Der *Paṭiccasamuppāda* wird bildhaft in einem großen Kreis dargestellt, dem Lebensrad (siehe Abbildung), der aus zwölf Faktoren besteht. Wie beginnen wir? Mit *avijjā* - Unwissenheit, Verblendung, Ignoranz. Wenn wir Weisheit erlangt hätten, wären wir nicht hier. Das Rad zeigt allerdings nicht den letztendlichen Anfang, den Beginn von *samsāra*. Es zeigt das gegenwärtige Leben, das Leben, das wir jetzt leben, und seine Beziehung zur Vergangenheit und Zukunft.

(1) Unwissenheit (*avijjā*) ist der erste Faktor. Unwissenheit von was? Bezüglich der Vier Edlen Wahrheiten, des *Paṭiccasamuppāda*, unserer eigenen Vergangenheit und Gegenwart. Wenn wir wirklich die Vier Edlen Wahrheiten realisieren würden, müssten wir Weisheit und *Nibbāna* erlangen. Der Kreislauf des *Paṭiccasamuppāda* behandelt nur weltliche Zustände, weil wir ja noch weltliche Wesen sind, und keine überweltlichen, in denen *Nibbāna* das Objekt des Bewusstseins ist. Als "gemeine Weltlinge" kreisen wir Runde um Runde im Strudel, ohne den Ausweg zu finden.

Um den Ausstieg zu entdecken, müssen wir die Vier Edlen Wahrheiten kennen. Die Wahrheit vom Leiden hat jeder schon vom Beginn seines Lebens an im Mutterleib erfahren. Die

Wahrheit von der Ursache des Leidens: die Ursache ist Begehren, Verlangen nach Existenz, Gier nach diesem und jenem. Die Wahrheit vom Ende des Leidens, von der Befreiung von Leiden: das ist *Nibbāna*. Die Wahrheit vom Weg, der zum Ende des Leidens führt: das ist der Achtfache Pfad. Wenn man die Vier Edlen Wahrheiten wirklich kennt, nicht nur theoretisch, sondern voll realisiert, kann man aus dem Kreislauf herauskommen.

(2) Nach Unwissenheit kommt in dem Kreislauf als nächstes ***saṅkhāra***. *Saṅkhāra* wird verschieden übersetzt - wörtlich heißt es Tun, Handeln. Gemeint sind **Aktivitäten**, vor allem geistige.¹ Aufgrund von Unwissenheit begehen wir manchmal gute Handlungen, aber meistens schlechte, denn meistens handeln wir aus den Wurzeln Gier und Hass. Aus Verblendung sehen wir nicht, was richtig und falsch ist. So handeln wir aus blindem Nicht-Wissen heraus meist unheilsam, normalerweise aus einem Mögen und Wünschen heraus, das bedeutet auf der Grundlage von Gier. Wir werden von Gier geleitet. Wir mögen ständig dieses und jenes und das andere, die ganze Zeit wollen und begehren wir. Und warum? Wegen unserer Unwissenheit, weil wir das Resultat von Gier nicht verstehen, den Einfluss oder die Kraft von Gier nicht kennen. Wenn wir nicht bekommen, was wir wollen, sind wir enttäuscht, frustriert, werden ärgerlich und wütend.

Insgesamt sind es **zwölf Faktoren** im Kreislauf des *Paṭiccasamuppāda* und **drei Zeiten**: Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft. Als Beginn haben wir Unwissenheit (*avijjā*) erwähnt. Auf gute Resultate hoffend, handeln wir - das ist *saṅkhāra*. Diese beiden Momente gehören der Vergangenheit an, und sie haben uns hierher in diese Welt gebracht. Die Ursache, dass wir hier sind, war gutes Karma (*kamma*) in der Vergangenheit, waren heilsame Handlungen, die wir früher begangen haben, z.B. Geben, Essen-Spenden, Einhaltung ethischer Regeln oder ein paar heilsame Gedanken.

(3) Aufgrund von *saṅkhāra* entsteht der dritte Faktor, ***viññāṇa*, Wiedergeburtsbewusstsein** in dieser Welt. *Viññāṇa* gehört zur gegenwärtigen Zeitperiode, und zwar in den Bereich der Resultate, da es als Ergebnis, als Auswirkung von vergangenem *avijjā-saṅkhāra* entsteht. *Viññāṇa* meint hier nicht alle Arten von Bewusstsein, sondern das Wiedergeburtsbewusstsein nach dem Tod, welches das gegenwärtige Leben mit dem vergangenen koppelt.²

(4) Bewusstsein kann nicht für sich alleine bestehen, es ist immer mit einigen Geistesfaktoren (*cetasika*) verbunden, die mit ihm zusammenwirken. Und da Bewusstsein Geist ist, kann es nicht alleine existieren, es braucht einen Körper als Ergebnis vergangener Handlungen.³ So haben wir **Geist und Körper, *nāma* und *rūpa***, den vierten Faktor des Kreises.

(5) Aufgrund von Geist und Körper finden sich fünftens die **sechs Sinnesgrundlagen (*saḷāyatana*)**. Dabei gibt es fünf äußere Sinnesgrundlagen: Seh-, Hör-, Riech-, Schmeck- und Körper- bzw. Tastgrundlage. Sie werden auch Tore (*dvāra*) genannt, weil es zwei Richtungen gibt. Z.B. nehmen wir durch das "Augen-Tor" ein sichtbares Objekt auf und lassen es auch durch das "Augen-Tor" wieder los, und deshalb hat das Auge zwei Funktionen: Kommen und Gehen. Und es ist eine "Grundlage", weil darauf Bewusstsein funktionieren kann. Die sechste

¹ *Abhidhamma*-Kenner werden die 29 möglichen Arten von aktiven Bewusstseinszuständen kennen, die in einem *puthujjana* möglich sind, die zwölf unheilsamen, acht heilsamen und neun Meditations-Zustände. *Saṅkhāra* bedeutet hier diese 29 Arten von Bewusstsein. (*Abhidhamma*: "höhere Lehre", systematisierte Lehre, dritter Teil bzw. "Korb" (*piṭaka*) des Pāli-Kanons, der ältesten Überlieferungen des Buddha - Anm. d. Übers.)

² Wir benützen das Wort Wiedergeburt und nicht Reinkarnation oder Inkarnation, weil es im Buddhismus keine Seele gibt, die sich inkarnieren könnte.

³ Vereinfachte Darstellung. Im *Paṭṭhāna*, dem siebten Buch des *Abhidhamma* wird genau erklärt, wie aus bestimmten Bewusstseinsarten physikalische Phänomene (*rūpa*) entstehen. (Anm. d. Übers.)

Sinnesgrundlage ist eine innere Grundlage bzw. ein inneres Tor: das "Geist-Tor". Es stellt zugleich unsere Lebenslinie (*bhavaṅga*) dar, die uns von Geburt zu Geburt führt, die Runde um Runde diesem Rad folgt. Als physische Grundlage für das Denken wird das Herz genannt.

(6) Entsprechend dieser sechs Grundlagen kommt es zu **Kontakt (*phassa*)**, dem sechsten Faktor des Kreises, auch als Eindruck oder Auftreffen bezeichnet: Kontakt zwischen einem äußeren Sinnesobjekt und dem zugehörigen Sinnesorgan. Beispielsweise entsteht zwischen einem sichtbaren Objekt und dem Auge bei richtiger Entfernung und genügend Licht Kontakt, das sichtbare Objekt trifft auf die Sinnesgrundlage des Auges. Entsprechend verhält es sich mit einem Geräusch und der Hör-Grundlage des Ohres. Im *Abhidhamma* ist das genau erklärt. Abhängig von den fünf Sinnestoren und dem Geist-Tor haben wir Kontakt. Wenn irgendetwas den physischen Körper berührt, dann entsteht Kontakt durch das Körper-Tor (Berührung).

(7) Aufgrund von Kontakt fühlt man nun, **Gefühl (*vedanā*)** entsteht, der siebte Faktor. Wenn Kontakt z.B. mit einem Berührungsobjekt durch das Körper-Tor stattfindet, fühlt man. Wenn die Berührung sanft ist, mag man ein angenehmes Gefühl empfinden, wenn sie grob ist, ein unangenehmes. Oder Gefühl ist neutral.

Avijjā-saṅkhāra betraf die Vergangenheit. Die fünf Faktoren von Wiedergeburtswusstsein (*viññāṇa*) bis einschließlich Gefühl (*vedanā*) gehören der Gegenwart an. Aufgrund der Vergangenheit werden wir in diesem Leben geboren mit Wiedergeburtswusstsein, Geist und Körper, und den sechs Sinnesgrundlagen, durch die Kontakt und deshalb Gefühl entsteht. Diese fünf sind also das gegenwärtige Resultat aus unseren vergangenen, aus Unwissenheit begangenen Handlungen.

(8) Bei angenehmem Gefühl entsteht Mögen und **Begehren (*taṇhā*)**, der achte Faktor des Kreises. Ohne Gefühl kann keine Gier entstehen. Wenn wir z.B. etwas Angenehmes sehen oder hören, mögen wir es und müssen es unbedingt haben, meinen, nicht ohne es sein zu können. Begehrliches, meist egoistisches Verlangen entsteht. Der *Paṭiccasamuppāda* lehrt generell, dass Gier aus Gefühl entsteht - aber wie verhält es sich bei unangenehmen Gefühlen? Wie können wir Gier nach etwas haben, wenn wir es nicht mögen? Der *Visuddhimagga*⁴ erklärt das an einem Beispiel: Wenn wir krank sind und starke Schmerzen haben, kommt trotzdem Gier auf, weil wir nämlich das Verlangen haben, diesen Schmerz loszuwerden. So folgt auf angenehme und unangenehme Gefühle in jedem Fall Begehren.

Manche arme Menschen möchten reich sein - das ist Begehren. Reiche Menschen möchten noch reicher sein - also Gier bei den Armen, Gier bei den Reichen. Je mehr man bekommt, desto mehr wünscht man, wird gieriger und gieriger. Dieses Begehren im gegenwärtigen Leben gehört nicht mehr zum Resultat-Bereich. Wir kommen jetzt zu einer neuen Sache, zu einer frischen Aktivität, die das tut, begeht, produziert, was die Ursache für unsere Zukunft ist und als Ergebnis unsere Zukunft hervorbringen wird. Mit *taṇhā* beginnt hier der gegenwärtige, verursachende Bereich. Wenn wir versuchen wollen, aus dem Kreislauf des Lebensrades auszusteigen, müssen wir hier ansetzen und frei von Begehren werden.

(9) Wenn erst einmal Begehren entstanden ist, dann folgt als neunter Faktor **Anhaftung (*upādāna*)**. Der Unterschied zwischen *taṇhā* (Begehren, Gier) und *upādāna* (Anhaftung) ist, dass *taṇhā* erst ein gewöhnlicher, schwacher Wunsch ist, während das Begehren in *upādāna* überwältigend wird und so tief verwurzelt ist, dass wir anhaften.

⁴ *Visuddhimagga* - Der Weg zur Reinheit. Die größte und älteste systematische Darstellung des Buddhismus von Buddhaghosa (5. Jh.), ins Deutsche übersetzt von Nyanatiloka

(10) Auf Anhaftung folgend entsteht **Werden (bhava)**, der zehnte Faktor. Wir beginnen damit, neue, frische karmische Energie für zukünftige Leben zu erwerben. *Bhava* hat zwei Aspekte: *kamma-bhava*, Handlung, die Resultate akkumuliert, und *upapatti-bhava*, das Resultat, das zu einer Wiedergeburt tendiert. Mit anderen Worten: Aufgrund unseres Begehrens und unserer Anhaftung agieren wir jetzt, üben gegenwärtige Handlungen aus (*kamma-bhava*), das heißt, wir bereiten die zukünftige Geburt bzw. Wiedergeburt vor (*upapatti-bhava*).

Taṇhā, *upādāna* und *bhava* gehören zur Zeitperiode der Gegenwart, aber nicht als Ergebnisse vergangener Taten, sondern als gegenwärtige Taten, die die Zukunft bedingen und entstehen lassen.

(11) Unser gegenwärtiges Handeln bereitet unsere künftige **(Wieder-)Geburt (jāti)** vor, den elften Faktor. Wenn wir dieses Leben beendet haben, dann wird als zukünftiges Ergebnis die nächste Geburt kommen. Was aber dabei geboren wird oder entsteht, sind nichts anderes als die fünf Faktoren, die im Diagramm als Resultate in der Gegenwart bezeichnet sind: (Wiedergeburt-) Bewusstsein, Geist & Körper, Sinnesgrundlagen, Kontakt und Gefühl. Die Kombination dieser fünf wird Mann oder Frau genannt. Und diese fünf werden geboren, sterben und werden wiedergeboren, unaufhörlich.

(12) Alter und Tod (jarāmaṇa), der zwölfte Faktor, ist das Ende des Lebens. Ganz natürlich folgen darauf Sorge, Jammer, Schmerz, Kummer und Verzweiflung (*soka*, *parideva*, *dukkha*, *domanassa*, *upayāsa*).

Dies ist nur eine kurze, grobe Übersicht. Zum Schluss möchte ich auf die wahre Lehre des Buddha hinweisen: den Ausstieg aus diesem Lebensrad. Wenn wir dem Rat des Buddha nicht folgen, werden wir weiter und weiter kreisen, ohne Ende. Die große Illusion zu entlarven, ihr die Maske zu entreißen, ist die Aufgabe des Menschen - deshalb hat der Buddha uns geraten, uns von unserer Unwissenheit zu befreien, unsere Masken der Verblendung und Illusion abzulegen. Inmitten der weltlichen Dinge im Gleichgewicht zu stehen - das ist der Weg des Buddha. Das Leben zu kontemplieren, aber nie im Strudel des Lebens verstrickt und gefangen zu sein - das ist das Gesetz des Buddha. Das weltliche Leben zu verlassen und in ein höheres, spirituelles zu gehen - das ist der Ratschlag des Buddha. In der Realität aufzugehen, im höchsten Glück von *Nibbāna* - das ist das Ende des buddhistischen Lebensweges.

Nach einer Rede im London Buddhist Vihara (1983), veröffentlicht in "Essential Themes of Buddhist Lectures given by Ashin Thīṭṭila", Myanmar 1992; frei übersetzt und gekürzt von Agganyani.

Der Ehrwürdige Sayadaw U Thīṭṭila, Aggamahāpaṇḍita, wurde 1896 in Zentral-Burma geboren. Schon als Kind zum Abhidhamma und Mönchstum hingezogen, ordinierte er früh und war einer der herausragendsten, begabtesten Studenten in Burma. Er erhielt viele Auszeichnungen, aber auch verantwortungsvolle Positionen und wurde schon bald Lehrer und Abt eines großen Klosters. Doch U Thīṭṭila ging nach Indien und Sri Lanka, wo er Sanskrit und Englisch studierte, um 1938 seiner Vision der buddhistischen "Mission" in Europa zu folgen. Bis zu seinem Lebensende 1997 lebte und lehrte er den Dhamma und Abhidhamma weltweit, aber vorwiegend in westlichen Ländern, insbesondere in England - trotz oft fehlender und unzureichender Unterstützung und vielen Härten.