

Buddhas Lehre II



Die Edle Wahrheit vom Leiden

Die buddhistische Formel Leben = Leiden (dukkha) wirkt auf den Betrachter zunächst einmal grundsätzlich pessimistisch und erscheint vielen Europäern eher etwas befremdend. Wir führen möglicherweise ein glückliches Dasein, und das soll Leiden sein? Man muß sich, um diesem Begriff gerecht zu werden, vergegenwärtigen, daß Leiden einerseits nicht im engeren Sinne des Wortes zu verstehen ist und daß wir es andererseits mit einem Begriff zu tun haben, der Zustände beschreibt, deren Intensität sehr unterschiedlich sein kann. An verschiedenen Stellen des Kanons (siehe z.B. A III, 62, A IV, 63, M 28, D XXII, Mvg I, 6, 19) stoßen wir auf die grundlegende Leidensdefinition des Buddhismus:

Geburt ist Leiden, Altern ist Leiden, Krankheit ist Leiden, Sterben ist Leiden.

Sorge, Jammer, Schmerz, Trübsal und Verzweiflung sind Leiden.

Mit Unlieben vereint sein bedeutet Leiden; von Lieben getrennt sein bedeutet Leiden.

Nicht zu bekommen, was man begehrt, ist Leiden.

Kurz gesagt: Die fünf Anhaftungsgruppen (pañcupâdânakkhandhâ) sind Leiden.

Aus dieser fundamentalen Definition des Leidensbegriffs läßt sich eine gedankliche Dreiteilung erkennen. Geburt, Alter, Krankheit und Tod als körperliche Aspekte des Leidens; Sorgen, Jammer, Schmerzen, Trübsal und

Verzweiflung bilden, soweit man Schmerz hier als seelischen auffaßt, die seelische Komponente; und das Nicht-Erreichen dessen, was man will, entspricht dem geistigen Aspekt des Leidensbegriffs. Geburt, Alterung und Tod sind unausweichliche Eigenheiten des individuellen Daseins. Damit ist nicht gesagt, daß das Altern und Sterben notwendig direktes Leiden bedeutet, immerhin kann man glücklich alt werden und friedlich dahinscheiden. Vielmehr besagt Dukkha hier, daß wir der Endlichkeit unausweichlich ausgesetzt sind.

Der Buddha sprach einmal von „vier Verkehrtheiten“, die Leiden verursachen:

Vergängliches für unvergänglich halten: das, ihr Mönche, ist eine Verkehrtheit in der Wahrnehmung, den Gedanken und den Ansichten.

Leiden für Glück halten . . .

Was ichlos ist, für ein Ich halten . . .

Was widerlich ist, für lieblich halten . . . (A IV, 49)

Wie sehr jemand im Laufe seines Lebens unter Sorgen, Jammer, Kummer, Verzweiflung etc. leidet, ist abhängig von der inneren Einstellung, die der oder die Einzelne den Gegebenheiten des Daseins gegenüber einnimmt. Je intensiver ein Mensch sich bindet oder sich mit seiner äußeren Umwelt identifiziert, um so größer ist der Schmerz der unausweichlichen Trennung. Soweit etwas, das man gewöhnlich als „Glück“ bezeichnet, von äußeren Faktoren abhängt, etwa eine Liebesbeziehung, ist dieses Glück lediglich temporär, denn der Gesetzmäßigkeit, daß alles, was entsteht, vergänglich (anicca) ist, kann kein derartiges Glück entkommen. Daher ist im buddhistischen Denken auch ein aufgrund äußerer Anlässe empfundener Glückszustand Dukkha. Leiden ist gehemmtes Wollen. Passen wir aber den Willen den Gegebenheiten an, so ändert sich das Maß der Hemmnis des Willens und damit das Leiden oder die Unzufriedenheit, Enttäuschung usw. Aus den Kerngedanken der „Edlen Wahrheit vom Leiden“ wird deutlich, daß der Begriff „dukkha“ in enger Beziehung mit „Endlichkeit“ und „Vergänglichkeit“ steht, also wesentlich weiter gefaßt ist als der deutsche Begriff des Leidens. Aus dem Gedanken, daß Endlichkeit und Vergänglichkeit mit Leiden im weitesten Sinne verbunden sind, folgt, daß die „fünf Aneignungsgruppen“, aus denen sich entsprechend der buddhistischen Darstellung eine empirische Person zusammensetzt, insgesamt „Leiden“ sind. Die Einteilung einer empirischen Person ist folgende:

1) Körperlichkeits-Gruppe (rûpa-kkhandha, Skt: rûpa-skandha)

„Körperlichkeit besteht aus den vier Elementen, dem Festen oder Erdelement, dem Flüssigen oder Wasserelement, dem Feurigen oder Feuerelement, dem Flüchtigen oder Luftelement. [...]

Was sich am eigenen Körper hart und fest anfühlt, wie Kopfhaare, Körperhaare, Nägel, Zähne, Haut, Fleisch, Sehnen, Knochen, Mark, Niere, Herz [...] und was sich sonst noch am eigenen Körper hart und fest anfühlt, das nennt man das Feste oder Erdelement am eigenen Körper [...].

Was sich am eigenen Körper flüssig oder wässrig anfühlt, wie Galle, Schleim, Eiter, Blut, Schweiß, Lymphe, Tränen [...] und was sich sonst noch am eigenen Körper flüssig oder wässrig anfühlt, das nennt man das Flüssige oder Wasserelement am eigenen Körper [...].

Was sich am eigenen Körper warm oder heiß anfühlt, wie das, wodurch man sich erhitzt, wodurch man verdaut, wodurch man sich erwärmt, wodurch Speise und Trank sich verwandeln, und was sich sonst noch am eigenen Körper warm oder heiß anfühlt, das nennt man Feuriges oder Feuerelement am eigenen Körper [...].

Was sich am eigenen Körper flüchtig oder luftartig anfühlt, wie aufsteigende oder absteigende Winde, [...] die Einatmung und die Ausatmung, und was sich sonst noch am eigenen Körper flüchtig oder luftartig anfühlt, das nennt man das Flüchtige oder Luftelement am eigenen Körper.“[\[1\]](#)

Die Elemente bilden die Qualitäten der Materie, aus denen der Körper besteht.

2) Die Gruppe der Gefühle und Empfindungen (vedanâ-kkhandha, Skt: vedanâ-skandha) Hierher gehören die Gefühle, die von Lust über Gleichgültigkeit bis hin zu Unlust reichen (siehe S 36, 1).

3) Die Wahrnehmungsgruppe (saññâ-kkhandha, Skt: sanjnâ-skandha) besteht aus der Wahrnehmung von Formen, Tönen, Gerüchen, Geschmack, Berührungen und der Wahrnehmung von Gedanken und Vorstellungen (siehe S 22, 56).

4) Die Gruppe der Geistformationen (sankhâra-khandha, Skt: sanskâra-skandha) Zu dieser Gruppe gehören vordergründig der Wille (cetanâ), die Triebregungen, Sehnsüchte und Absichten, aber auch unbewußte Tätigkeiten (M 28).

5) Das Bewußtsein (von etwas) (viññâa-kkhandha, Skt: vijnâna-skandha) Das Bewußtsein (von etwas) besteht aus der Bewußtheit des Hörens, Sehens, Riechens, Schmeckens sowie aus der Bewußtheit körperlicher und geistiger Eindrücke der Gedanken und Vorstellungen (siehe S 22, 53).

Das gesamte Zusammenspiel dieser fünf Gruppen wird als nâma-rûpa bezeichnet. Wörtlich bedeutet das soviel wie „Name und Körper“. Der Gruppe der Körperlichkeit rûpa-kkhandha werden die übrigen vier als nâma gegenübergestellt. Unter nâma werden also die immateriellen Komponenten einer Person zusammengefaßt.

Für das Bewußtsein von bestimmten Eindrücken viññâa ist entscheidend, daß es durch die Wahrnehmungstätigkeit bedingt entsteht, diese wiederum ist bedingt durch die Tätigkeit entsprechender Sinne, welche wiederum vom Willen gesteuert werden.

Was einer denkt, ihr Bhikkhus, und was er beabsichtigt, und wobei er verharrt, damit entsteht eine Grundlage für den Bestand des Bewußtseins. Wenn eine Grundlage vorhanden ist, so tritt Fortdauer des Bewußtseins ein. Wenn das Bewußtsein fort dauert und zunimmt, so tritt für die Zukunft Wiedergeburt und Neuerstehung ein. Wenn für die Zukunft Wiedergeburt und Neuerstehung vorhanden ist, so entsteht für die Zukunft Geburt, Alter und Tod [...]. Auf solche Art kommt der Ursprung der ganzen Masse des Leidens zustande. [\[ii\]](#)



Kurz

um: Die Komponenten, aus denen sich eine Person zusammensetzt, stehen in einer konditionalen Beziehung zueinander und bedingen sich gegenseitig, davon ist auch das uns gegenwärtige (Selbst-)Bewußtsein nicht ausgeschlossen. Die Gesetzmäßigkeit der bedingten Entstehung gilt also gleichermaßen für alle Faktoren, die eine empirische Person bilden. Nach A III, 134 zeichnen sich all diese Faktoren dadurch aus, daß sie vergänglich (anicca) sind und dem Leiden (dukkha) unterliegen und daß in keinem Faktor oder in keiner der Gruppen, die eine empirische Person bilden, ein beständiges „Ich“ zu finden ist. Somit gilt, buddhistisch gesprochen, für alle Gruppen, daß sie mit dem Attribut „nicht-ich“ (anattâ bzw. anâtman) zu bezeichnen sind. Für die gesamte wahrnehmbare Person ist daher zu sagen: „Das ist nicht mein, ich bin das nicht, dies ist nicht mein Ich“ (M 28). Nichts von dem, was in irgendeiner Weise als Objekt für ein Subjekt wahrnehmbar ist, kann als beständig betrachtet werden. Daher existiert auch in dem, was wir gewöhnlich als Person auffassen, kein tatsächliches „Ich“ oder „Mein“, denn alles, was wir als „Ich“ oder „Mein“ bezeichnen könnten, ist erstens durch irgend etwas bedingt und zweitens veränderlich. So ist beispielsweise unser Bewußtsein während eines Traumes ein völlig anderes als zur Tagzeit.

Der „Nicht-Ich“-Gedanke mag vielleicht ein wenig ungewohnt klingen, aber wenn wir einmal, um ein Beispiel zu nennen, die Person eines kleinen Kindes und eines alten Mannes vergleichen, dann wird leicht erkennbar, daß der alte Mann durch die Jahrzehnte hindurch insgesamt zu einer völlig anderen Person geworden ist als derjenigen, die er als Kind einmal war. Alles, was ihn als Kind einmal bewegt, erfreut, geängstigt und sein Gemüt bewegt und gefesselt hat, ist mittlerweile in weite Ferne gerückt und unwiederbringlich Vergangenheit. So aber wird einst alles, was unser Gemüt bindet, Vergangenheit sein. Andererseits ist sein Geist gereift, und sein Bewußtsein hat einen weiteren Horizont erhalten. Aufgrund zahlreicher Erfahrungen handelt er entschieden gelöster und bedachter, als es in seiner Kindheit der Fall war. Zur Veranschaulichung des „Nicht-Ich“-Gedankens vergleicht der Buddhismus das Leben mit der Flamme einer Kerze. Sie erscheint zwar als Einheit, doch in Wirklichkeit ist die Flamme ein Verbrennungsprozeß, der erlischt, wenn das Wachs verbraucht ist.

Das Dasein ist also aus buddhistischer Sicht zeitlich leidvoll, da der physische Verfall von allem Körperlichen ein Naturgesetz ist, welches alle Bindungen zerbricht; es ist räumlich leidvoll, weil physikalische Nähe und Ferne unserem inneren Empfinden von Nähe und Ferne zu dem, was wir wünschen oder ablehnen, nicht entsprechen. Es ist insgesamt leidvoll, weil es unbeständig ist. Aus dem Grunde ist Dukkha aus buddhistischer Perspektive der grundsätzliche Seinszustand alles Existierenden. Man muß sich dabei grundsätzlich vergegenwärtigen, daß Dukkha nicht ausschließlich Leiden im eigentlichen Sinne bedeutet. Ein relatives Wohlbehagen, ein Zustand lustvollen Daseins ist nicht Leiden im eigentlichen Sinne, aber dennoch Dukkha, weil er selbst bedingt ist, nur vorübergehend vorhanden ist und ohne seine zugrundeliegenden Bedingungen endet und verschwindet.

Gerade so, ihr Bhikkhus, wie wenn da eine Trinkschale wäre, (der Inhalt wäre) schön von Farbe, duftend und wohlschmeckend, aber mit Gift vermenget. Und es käme da ein Mann herbei, von Hitze gequält, von Hitze erschöpft, ermüdet, lechzend und durstig. Und man spräche zu ihm also: „Hier, lieber Mann, ist eine Trinkschale, (der Inhalt ist) schön von Farbe, duftend und wohlschmeckend, aber mit Gift vermenget. Wenn du wünschest, so trinke; wenn du trinkst, wird es dir munden durch seine schöne Farbe, seinen Duft und seinen Wohlgeschmack. Hast du aber getrunken, so wirst du infolge davon den Tod erleiden oder Schmerz, der zum Tode führt.“ Und es tränke der Mann von der Trinkschale ungestüm und

ohne zu überlegen und wiese sie nicht zurück, und er erlitt infolge davon den Tod oder Schmerz, der zum Tode führt. [\[iii\]](#)

Die Ursachen des Leidens

In einer Welt, in der alles, was entsteht, bedingt ist, ist auch das Leiden bedingt. Worin also liegen die Ursachen des Leidens, das verschiedene Grade an Intensität kennt? In modernen Worten ausgedrückt, ist es das Streben nach Lust und Befriedigung, das zum Leiden führt, um nicht zu sagen, der Egoismus. Der Durst (taḥâ) nach Leben, der je nach Umständen eine mehr oder weniger große Befriedigung findet, gilt als hauptsächliche Triebfeder des Leidens. Es ist der Durst nach Lust, Werden und Vernichtung, der, so heißt es beispielsweise in Mvg I, 6, 20, die (Wieder-)Geburt bewirkt. Der Durst aber ist selbst durch zahlreiche andere Faktoren bedingt. Der Zusammenhang dieser Faktoren wird in der buddhistischen Lehre als eine aus zwölf Gliedern bestehende Kette der „bedingten Entstehung“ dargestellt. Man kann darüber streiten, ob dieses Modell direkt auf den Buddha selber zurückzuführen ist, oder ob es von seinen Anhängern als ein Ergebnis seiner Lehre formuliert wurde.

1) Die Unwissenheit (avijjâ) hinsichtlich der drei Eigenschaften des Daseins, vergänglich (anicca), leidvoll (dukkha) und substanzlos (anattâ), erzeugt diese oder jene Handlungsabsichten und Handlungen, die Karmaformationen.

2) Die Karmaformationen (sankhâra) ihrerseits bewirken eine neue Geburt entsprechend ihrer jeweiligen Beschaffenheit. Abhängig von diesen Formationen ist das individuelle Bewußtsein.

3) Das Bewußtsein (viññâna), das man hier am besten als Wiedergeburt- oder Selbstbewußtsein versteht, bedingt wiederum „Name“ (im Sinne des geistigen bzw. seelischen Gefüges) und Körperlichkeit.

4) Name und Körperlichkeit (nâma-rûpa) legen wieder in einem neuen Dasein die Grundlage für die Wahrnehmungen durch die fünf körperlichen Sinne und das Denken.

5) Die sechs Grundlagen (sa-âyatana), die Sinne des Sehens, Hörens, Riechens, Schmeckens, Tastens und Denkens gehen einher mit den Bewußtseinseindrücken, den „Berührungen“.

6) Die Bewußtseinseindrücke (phassa) lassen Empfindungen entstehen.

7) Die Empfindungen (vedanâ) von Lust, Gleichgültigkeit und Unlust bewirken, daß Lustvolles erwünscht und Unlust Erzeugendes abgelehnt wird. Die Empfindungen verursachen daher den Durst bzw. das Begehren oder die Gier.

Bei den Sinnenfreuden besteht das Verlockende darin, daß sichtbare Gestalten für das Auge, Töne für das Ohr, Düfte für die Nase, Säfte für die Zunge, tastbare Dinge für den Leib erwünscht, angenehm, lieblich, lusterregend und erfreulich erscheinen. Dies sind die fünf Sinnenfreuden, und das Wohlbehagen und Vergnügen, das aus diesen fünf Sinnenfreuden erwächst, ist das Verlockende dabei.[\[iv\]](#)

8) Der Durst (tahâ) ist der Hauptfaktor, welcher der Erlösung entgegenwirkt. Der Buddhismus spricht an dieser Stelle vom „dreifachen Begehren“:

sinnliches Begehren (kâma-tahâ),

Daseins-Begehren oder Begehren des Werdens (bhava-tahâ),

Begehren des Nicht-Werdens (vibhava-tahâ), der Wille, Ungewolltes aufzulösen, zu zerstören oder zu vernichten.

Der Durst nach Lust, Dasein und Zerstörung wiederum führt zu Neigungen, was bedeutet, daß ein Anhaften an etwas stattfindet.

9) Das Anhaften (upâdâna) seinerseits hält den Werdeprozeß der karmisch bedeutsamen Handlungen und Handlungsabsichten aufrecht.

10) Das Werden (bhava), womit hier der Karmaprozeß gemeint ist, nötigt zu (Wieder-)Geburten.

11) Die Geburt (jâti) führt aber selbst wieder unweigerlich zu Alter und Tod.

12) Alter und Tod (jarâ-maraa) sind dabei nur Teilaspekte des Kreislaufs der Geburtenkette, die mit Jammer, Trübsal, Kummer usw. behaftet ist. „So kommt diese ganze Masse der Übel zustande“, heißt es etwa in M 38.

Ein umfassendes Werk theoretischer Philosophie ist dieses überaus stark vereinfachte Modell freilich nicht, und das will es auch nicht sein. Entscheidend ist einzig seine Zweckmäßigkeit. Es veranschaulicht, daß das Dasein des

einzelnen bedingt ist und daß der Wille zur Lust und zum Dasein in Verbindung mit der „Unwissenheit“ den Werdeprozeß stets aufrechterhält. In dieser Kette der „bedingten Entstehung“ (paicca-samuppâda) steht die Unwissenheit sogar an erster Stelle, während der Durst erst an neunter Stelle folgt. Dabei ist die Unwissenheit natürlich selbst auch bedingt . . .

Nicht läßt sich [...] ein erster Anfang der Unwissenheit derart erkennen, als ob Unwissenheit vordem nicht dagewesen und erst später entstanden wäre. Wohl aber läßt sich erkennen, daß die Unwissenheit eine bestimmte Bedingung hat. [...] Nicht läßt sich [...] ein erster Anfang des Daseinsdurstes erkennen [...]. [\[v\]](#)

Die einzelnen Glieder dieser Kette sind, da sie sich alle gegenseitig bedingen, quasi austauschbar. Unwissenheit ist hier nicht zu verstehen als ein Nichtwissen im herkömmlichen Sinn, sondern als ein Mangel an Bewußtsein darüber, daß alle Lust und Unlust bereitenden Faktoren des Daseins nur vorübergehender Natur sind und somit auch die angenehmen Gefühle, die mit diesen Faktoren verbunden sind. Die Unwissenheit steht hier also für die Identifikation mit temporären Äußerlichkeiten und die Auffassung, es mit einer beständigen Realität zu tun zu haben, die auf ein „Ich“ einwirkt. Unwissenheit ist sozusagen das Verhaftetsein im Hier und Jetzt. Da der Wille oder das Begehren häufig durch Wille und Begehren anderer durchkreuzt werden,



streiten Könige mit Königen, Adlige mit Adligen, Brahmanen mit Brahmanen, Bürger mit Bürgern, die Mutter mit ihrem Sohn, [...] der Sohn mit seinem Vater, der Bruder mit seinem Bruder [...], der Freund mit seinem Freunde. Auch dies ist eine Anhäufung von Übeln im gegenwärtigen Leben, die durch das Verlangen nach Sinnenfreuden verursacht wird. [\[vi\]](#)

Die Wurzel des Übels läßt sich schlicht in zwei Worten ausdrücken: „Ich will.“ Das klingt sehr abstrakt, aber das buddhistische Denken ist gerade in der Begründung des Leidens überaus lebensnah. „Wir sind Wesen, die Wohlsein begehren und Wehe verabscheuen“, hat Georg Grimm einmal formuliert ³/₄ und was antwortet Mâra, der Geist der Welt, in der wir leben?

Ich bin der Geist, der stets verneint!
Und das mit Recht; denn alles, was entsteht,
Ist wert, daß es zugrunde geht;
Drum besser wär's, daß nichts entstünde.
So ist denn alles, was ihr Sünde,
Zerstörung, kurz das Böse nennt,
Mein eigentliches Element. (Goethe, Faust)

Letztlich kann jeder die Mechanismen von Lust und Unlust in sich selbst als mehr oder weniger intensiv wirkende Kräfte feststellen, aber Lust, Seligkeit usw. einerseits und Endlichkeit andererseits sind unvereinbar. Nur zu häufig läßt sich beobachten, wie Menschen einen unheilvollen Werdeprozeß in Gang setzen, indem sie sich hier oder da Macht, einen Erfolg, Glück usw. versprechen, und zwar nicht selten zu Lasten anderer, die unter diesen oder jenen Handlungsweisen zu leiden haben. Die buddhistische Konditionalkette läßt den Verlauf der Ereignisse entsprechend den Gegebenheiten unseres Daseins mit dem Verweis auf Alter und Tod enden.

Für das indische Denken, welches den Prozeß des Anhaftens und der Verstrickung über Weltenzeitalter hinweg in Form von zahllosen Wiedergeburten im Daseinskreislauf (sasâra) bestehen läßt, ist diese Vorstellung des stetigen Werdens und Vergehens, die Vorstellung der niemals zu befriedigenden Wünsche und Sehnsüchte nicht nur ein beängstigender Gedanke, es ist vielmehr ein Gedanke, der denjenigen, der sich der Vergänglichkeit des Seienden bewußt wird, zum Streben nach einer endgültigen Erlösung führt.

[i] M 28, Schmidt 1961, S. 98ff. Dies sind die überlieferten Worte Sâriputtas.

[\[ii\]](#) S 12, 38, 2, Geiger 1925, S. 93.

[\[iii\]](#) S 12, 66, 23, ebd., S. 152f.

[\[iv\]](#) M 13, Schmidt 1961, S. 53.

[\[v\]](#) A X, 61-62, Nyânatiloka 1969, Bd. V, S. 54f.

[\[vi\]](#) M 13, Schmidt 1961, S. 53.

Die Meinung des Gastautors muss nicht der Redaktionsmeinung entsprechen.

Weitere Arbeiten desselben Autors siehe [hier](#).