



Saññāvedayitanirodha – das Ende von Wahrnehmung und Gefühl

**gemäß der frühbuddhistischen Schriften
das höchstes Ziel der Buddha-Lehre**

Christina Garbe

1. Einleitung

Das Ende von Wahrnehmung und Gefühl (*saññāvedayitanirodha*), auch *nirodha samāpatti* genannt, ist die höchste Erreichung, die wir in der theravāda-buddhistischen Literatur finden. Sie kommt in den *Suttā* nach der Aufzählung der vier feinmateriellen *jhānā* und der der nicht-materiellen Erreichungen als neuntes. Sie ist die Krönung des gesamten buddhistischen Befreiungsweges.

In MN 31 sucht der Buddha drei Bhikkhus auf. Es sind die Ehrwürdigen Anuruddha, Nandiya und Kimbila. Der Buddha fragt, wie sie alle drei umsichtig, eifrig und energetisch weilen und ob sie übermenschliche Zustände erreicht haben. Auf Nachfragen zählt Anuruddha alle vier *jhānā* und alle vier nicht-materiellen Erreichungen auf, gefolgt von dem Ende von Wahrnehmung und Gefühl. Der Buddha bestätigt: „*Es gibt kein anderes angenehmes Verweilen, das höher oder erhabener als dieses ist.*”

Diese Erreichung wird nicht selten erwähnt im Pālikanon. Aufgrund der Aufzählung, nämlich in Folge der acht *Samatha*-Erreichungen, könnte man annehmen, sie sei eine *Samatha*-Erreichung. Allein mit den vorher aufgezählten *Samatha*-Erreichungen kann man diese Stufe jedoch nicht erreichen. Während für die anderen *Samatha*-Erreichungen die Objekte klar sind, geht es aus den Schriften nicht hervor, was das Objekt dieser Erreichung ist.

In neuzeitlicher buddhistischer Literatur wird diese Erreichung nicht erwähnt. Sie wird auch nicht als erstrebenswert dargestellt. In den *Suttā* wird das Erreichen dieser Stufe der Geistesentwicklung als erstrebenswert und als Ziel der Lehre dargestellt. So erklärt der Buddha in MN 30 dem brahmanischen Haushälter Piṅgalakoccha den Weg zu der Erreichung vom Ende von Wahrnehmung und Gefühl und sagt abschließend:

„*Ich sage, Brahmane, daß diese Person wie der Mann ist, der Kernholz benötigte, Kernholz suchte, sich auf die Suche nach Kernholz machte, der zu einem großen Baum kam, der voller Kernholz dastand, und der dessen Kernholz schnitt und mit sich fortnahm, wohl wissend, daß es sich um Kernholz handelte; und daher wird, was immer dieser gute Mann mit dem Kernholz vorhatte, sein Zweck erfüllt werden.*”

„*Also, Brahmane, liegt der Nutzen dieses heiligen Lebens nicht in Zugewinn, Ehre und Ruhm, oder im Erlangen von Ethik, oder im Erlangen von Konzentration, oder in Wissen und Sehen. Sondern es ist diese unerschütterliche Geistesbefreiung, die das Ziel dieses heiligen Lebens ist, sein Kernholz und sein Ende.*” MN 30 Die kürzere Lehrrede vom Gleichnis vom Kernholz – Cūlasāropama-suttam

Sie wird also als unerschütterliche Geistesbefreiung (*cetovimutti*) bezeichnet und ist somit durch nichts aufzuheben. Sie ist auch eine höhere Erreichung als die Früchterreichungen der vier Pfade, also auch als die des Nichtwiederkehrers und des Arahants.

Sie sollte deshalb jedem, der/die sich mit der Buddha-Lehre beschäftigt und das Ziel erreichen möchte, bekannt sein und wertgeschätzt werden. Es sollten auch unterstützende Bedingungen geschaffen werden, damit Menschen dieses Ziel heutzutage noch erreichen können. Es sollte uns klar sein, daß nur, wenn es Menschen gibt, die diese höchste Erreichung erreichen können, die Buddha-Lehre in dieser Welt aufrechterhalten werden kann. Denn wenn niemand mehr das höchste Ziel kennt, kann auch der Weg dorthin nicht gelehrt werden.

Die große Relevanz dieser Erreichung sollte also sowohl Haushältern als Unterstützern, als auch Praktizierenden bewußt sein, besonders hinsichtlich der Etablierung der Buddha-Lehre in einem Land, wo sie in ihrer Tiefgründigkeit unbekannt ist.

In MN 137 Die Darlegung der sechsfachen Grundlage - Saḷāyatanavibhaṅgasuttam sagt der Buddha:

„*Ihr Bhikkhus, vom Elefantenbändiger geführt, geht der bezähmbare Elefant in eine Richtung - Osten, Westen, Norden oder Süden. Vom Pferdebändiger geführt, geht das bezähmbare Pferd in eine Richtung - Osten, Westen, Norden oder Süden. Vom Ochsenbändiger geführt, geht der bezähmbare Ochse in eine Richtung - Osten, Westen, Norden oder Süden.*”

„*Bhikkhus, vom Tathāgata geführt, dem Verwirklichten und vollständig Erwachten, geht der bezähmbare Mensch in acht Richtungen.*”

„*Man hat Form und sieht Formen: Dieses ist die erste Richtung. Innerlich keine Form wahrnehmend, äußerlich Formen sehend: Dieses ist die zweite Richtung. Man ist nur zum Schönen geneigt: Dieses ist die dritte Richtung. Man hat jegliche Wahrnehmung von Materie, die Wahrnehmung vom Auftreffen [von Sinnesobjekten an den Sinnesgrundlagen], und die Wahrnehmung von Vielfalt überwunden, man vergegenwärtigt sich ‚das ist unbegrenzter Raum‘, man tritt in das Gebiet der Raumunendlichkeit ein und verweilt darin: Dieses ist die vierte Richtung. Mit dem völligen Überwinden des Gebiets der Raumunendlichkeit, indem man sich vergegenwärtigt ‚Bewußtsein ist unendlich‘, tritt man in das Gebiet der Bewußtseinsunendlichkeit ein und verweilt darin: Dieses ist die fünfte Richtung. Mit dem völligen Überwinden des Gebiets der Bewußtseinsunendlichkeit, indem man sich vergegenwärtigt ‚da ist nichts‘, tritt man in das Gebiet der Nichtsheit ein und verweilt darin: Das ist die sechste Richtung. Mit dem völligen Überwinden des Gebiets der Nichtsheit tritt man in das Gebiet von Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung ein und verweilt darin: Dieses ist die siebte Richtung. Mit dem völligen Überwinden des Gebiets von Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung tritt man in das Aufhören von Wahrnehmung und Gefühl ein und verweilt darin: Dieses ist die achte Richtung.*”

„*Ihr Bhikkhus, vom Tathāgata geführt, dem Verwirklichten und vollständig Erwachten, geht der bezähmbare Mensch in diese acht Richtungen.*”

Bemerkenswert ist hier, daß der Buddha hier allgemein vom Menschen (*purisa*, eigentlich wörtlich Mann) spricht und nicht nur vom ordinierten Bhikkhu bei der Aufzählung dieser erhabenen Geisteszustände bis zum allerhöchsten. Dieses sind acht Befreiungen (*vimokkha*), die zuerst temporäre Befreiungen enthalten und als achtens die endgültige, nicht rückgängig zu machende.

Für den normalen Menschen, auch denjenigen der sich mit der Buddha-Lehre beschäftigt und nicht die Einsichtsstufen der *Vipassanā*-Meditation durchlaufen hat, wird das Streben nach diesem edlen Zustand nicht nachvollziehbar sein. Der normale Mensch erfreut sich an seinem Bewußtsein und möchte immer wieder neue Erfahrungen machen, für ihn ist die Buddha-Lehre auch interessant als ein Denkkonzept, von dem er für sich einige vom Buddha empfohlene Verhaltens- und Denkweisen übernehmen kann, um es im weltlichen Leben angenehmer zu haben, also weniger *dukkha* zu erfahren. Sein Leben ist auf Verlangen ausgerichtet. Der Wunsch nach dieser höchsten Erreichung bei der Bewußtseinsaktivitäten vollkommen zum Stillstand kommen, die vom Buddha als die Krönung seiner Lehre herausgestellt wurde, kommt erst auf mit zunehmendem Verstehen des Daseins in der *Vipassanā*-Meditation und dem endgültigen Überwinden von Verlangen nach Sinnesobjekten und Existenz, sowie von Abneigung.

2. Wortbedeutung

Das Pāliwort *saññāvedayitanirodha* setzt sich zusammen aus den Wörtern:

- *saññā* mit der Bedeutung Wahrnehmung,
- *vedayita* mit der Bedeutung Gefühl oder Gefühletes,
- *nirodha* mit der Bedeutung Ende.

Wahrnehmung ist ein Geistesfaktor (*cetasika*), der jedes Bewußtsein (*citta*) begleitet und der eine wichtige Funktion im kognitiven Prozeß hat. Aus diesem Grund hat der Buddha diesen Geistesfaktor besonders herausgestellt bei der Aufzählung der fünf Daseinsgruppen (*khandha*), denn die Wahrnehmung ist eine der fünf Daseinsgruppen.

Das Merkmal von Wahrnehmung ist das Wahrnehmen eines Objekts, wenn es kein Objekt gibt, kann auch keine Wahrnehmung stattfinden. Die Wahrnehmung nimmt die Qualitäten eines Objekts wahr, während das Bewußtsein lediglich weiß, daß ein Objekt da ist und dieses als solches erkennt.

Die Funktion der Wahrnehmung besteht darin, daß sie Merkzeichen setzt, die das spätere Wiedererkennen ermöglichen oder im Wiedererkennen eines bereits früher wahrgenommenen Objekts.

Ihre Manifestation besteht darin, daß sie an dem Merkzeichen, so wie sie das Objekt aufgefaßt hat, festhält.

Wahrnehmung erkennt die Sinnesobjekte entsprechend ihrer Farbe, Form und Gestalt und ordnet sie in ihren Erfahrungszusammenhang ein.

Durch ihre Erinnerungsfunktion ist der Geist in der Lage Dinge und Wesen, die er früher wahrgenommen hat, wiederzuerkennen. Dadurch entsteht eine individuelle Wahrnehmung der Welt; es ist lediglich die Mischung von gegenwärtiger Wahrnehmung und Erinnerung früherer Wahrnehmungen. Durch diese Erinnerung früherer Wahrnehmung, vermischt mit unweiser Aufmerksamkeit, entstehen Konzepte und damit Verblendung. Wahrnehmung ist somit erlernt und gewohnheitsbedingt. Um zu einer reinen Wahrnehmung der Objekte zu kommen, ist die Reinigung des Geistes notwendig, wie sie z. B. in der *Samatha*- und *Vipassanā*-Meditation geschieht oder durch rechte Achtsamkeit (*sammā sati*).

Wahrnehmung nimmt die Qualitäten eines Objekts wahr. Diese Wahrnehmung ist jedoch nicht objektiv, sondern beeinflusst durch die subjektiven früheren Wahrnehmungen.

Wahrnehmung unterscheidet nicht zwischen heilsam und unheilsam, das ist die Funktion von Weisheit (*paññā*), Wahrnehmung setzt jedoch Merkzeichen für das, was heilsam und was unheilsam ist.

Die Wahrnehmung verbindet also gegenwärtige Erfahrungen mit früheren Erfahrungen und kann dadurch Objekte einordnen. Technisch läuft es so ab, daß das Bewußtsein, welches an den 5 Sinnesstoren erscheint und ein Objekt aufnimmt, von Geistbewußtsein, welches im Herzen entspringt, gefolgt wird. Daraufhin kombiniert das Bewußtsein die gegenwärtige Erfahrung mit früheren Erfahrungen, die im Gehirn in Form von Materie gespeichert sind. Im konventionellen Sinn ist dieses eine wichtige Funktion, um leben zu können, um Dinge wiederzuerkennen und sie einordnen zu können, um z. B. zu wissen, ob Essen essbar ist, um Gefahren abzuwenden usw. Wahrnehmung hat eine wichtige Funktion für das Lernen.

Man spricht aber auch von ausufernder Wahrnehmung oder ausufernden Gedanken, die auf ausufernden Wahrnehmungen basieren. In diesem Sinn ist die Wahrnehmung störend für die reine Achtsamkeit, die hilfreich ist, um ein Objekt direkt zu verstehen. Die Wahrnehmung kann also Erfahrungen mit früheren emotionalen Reaktionen verbinden, wodurch die eigentliche Wahrnehmung des gegenwärtig erfahrenen Objekts verzerrt wird.

In dem *Āṅguttara Nikāya* 4. 49 beschreibt der Buddha vier Verzerrungen oder Verdrehtheiten, die auf drei Ebenen stattfinden können, auf der Ebene der Wahrnehmung, des Bewußtseins und der Ansicht.

Die Verzerrung der Wahrnehmung (*saññā vipallāsa*) ist die unterste Ebene. Es ist die falsche Wahrnehmung der Objekte durch wiederholte getäuschte Wahrnehmung.

- Die erste Verzerrung besteht darin, Vergängliches für unvergänglich zu halten.
- Die zweite sieht Unbefriedigendes als beglückend.
- Die dritte hält Dinge, welche selbstlos sind, für ein Selbst.
- Die vierte sieht Nicht-Schönes als schön.

Diese vier verzerrten Wahrnehmungen gilt es auf dem Einsichtsweg durch die *Vipassanā*-Meditation zu reinigen.

Vedayita entspricht dem Geistesfaktor Gefühl (*vedanā*). Gefühl ist ein Geistesfaktor (*cetasika*), der das Objekt fühlt. Jedes Bewußtsein ist von Gefühl begleitet. Dieser Geistesfaktor fehlt wie der Geistesfaktor Wahrnehmung bei der Erreichung *saññāvedayitanirodha* – das Ende von Wahrnehmung und Gefühl.

Gefühl ist zu unterscheiden von Empfindung, welche körperlicher Natur ist, wie z. B. Härte, Druck usw.. Sie ist das Objekt des Körperbewußtseins, welches von einem der beiden körperlichen Gefühle (angenehm - *sukha*, unangenehm - *dukkha*) begleitet wird.

Gefühl ist auch zu unterscheiden von Emotion, welches ein komplexes geistiges Geschehen, basierend auf Erinnerungen, darstellt, und kein einzelner Geistesfaktor ist. Gefühl steht an der zweiten Stelle bei der üblichen Aufzählung der fünf Daseinsgruppen in den Lehrvorträgen, es folgt der körperlichen Gruppe. Gefühl wird vom Buddha speziell behandelt, weil es eine besondere Bedeutung hat für die Wesen im Daseinskreislauf. Durch Gefühl entsteht Verlangen. So wird es in der Abfolge des bedingten Entstehens (*paṭiccasamuppāda*) dargestellt. Es ist eine entscheidende Voraussetzung für Verlangen, für die zweite edle Wahrheit, die Ursache für Leiden, denn dieses Verlangen wiederum verursacht Leiden. Wiederholtes Verlangen führt zu Anhaftung. Durch Anhaftung entsteht verstärktes Leiden. Häufig tritt auch Anhaftung an vergangene Gefühle auf, welche zu Tagträumen oder der Suche nach den entsprechenden Objekten führt.

In den Lehrvorträgen unterscheidet der Buddha fünf Arten von Gefühlen:

- körperlich angenehmes Gefühl,
- körperlich unangenehmes Gefühl,
- geistig angenehmes Gefühl,
- geistig unangenehmes Gefühl,
- geistig weder unangenehmes noch angenehmes Gefühl.

Das Pāliwort *nirodha* bedeutet Ende. Es wird im Pālikanon sowohl in Bezug auf das letztendliche Ende, welches als *Nibbāna* bezeichnet wird, benutzt, als auch für das Ende einzelner Faktoren.

Das Wort *saññāvedayitanirodha* bedeutet also, daß bei dieser Erreichung die Geistesfaktoren Wahrnehmung (*saññā*) und Gefühl (*vedanā*) enden (*nirodha*), d. h. nicht mehr vorkommen. Mit diesem Begriff, den wir in den Suttā für diese Erreichung finden, wird nicht ausgedrückt, daß das Bewußtsein (*citta*), welches die Funktion hat, ein Objekt zu erkennen, ganz und gar aufhört.

Das Ende von Wahrnehmung und Gefühl wird auch *nirodha samāpatti* genannt.

3. Voraussetzungen für diese Erreichung

In den Suttā wird diese höchste Erreichung immer als letztes in der Aufzählung von neun Erreichungen genannt. Die acht Erreichungen davor sind also Voraussetzung für dieses höchste Ziel. Es sind die vier *jhāna*, die man mit verschiedenen materiellen Objekten praktizieren kann, wie *Anāpānasati*, *Kasiṇa* oder *Brahmavihārā*. Schon im Laufe dieser vier geistigen Absorptionen durchwandert der Geist eine zunehmende Verfeinerung der Wahrnehmung. Der Geist wird ruhiger und wie der Buddha es beschreibt, ist in der vierten Absorption die Reinheit der Achtsamkeit erreicht. Um diese vier Erreichungen praktizieren zu können, ist bereits eingangs eine gut entwickelte kontinuierliche Achtsamkeit notwendig und der Geist muß frei sein von geistigen Verunreinigungen. Um die in mehrerer Hinsicht angenehmen und für die geistige Entwicklung förderlichen Erreichungen praktizieren zu können, muß sehr viel heilsames *kamma* in dem Bewußtseinsstrom angereichert worden sein, Ethik (*sīla*) und Geben (*dāna*) müssen gut entwickelt worden sein.

Nach diesen vier Absorptionen mit materiellen Objekten beginnt eine andere Phase der geistigen Entwicklung. Der Geist geht über Materie vollkommen hinaus. Dieser Prozeß kann nur stattfinden, wenn er mit Einsicht verbunden ist. Es muß zumindest aus konventioneller Sicht klar sein, daß Materie einschließlich des eigenen Körpers immer wieder zu Nachteilen und zu Leiden führt. Das Streben nach Anhäufen von Materie und das Genießen von Sinnesobjekten bis zu Hedonismus müssen in dem Leben des Praktizierenden schon aufgegeben worden sein, sonst sind diese feinen, den Geist verfeinernden Erreichungen, nicht zu erreichen. Bei der Erreichung vor dem Ende von Wahrnehmung und Gefühl ist die Wahrnehmung schon sehr reduziert, wie der Name dieser Erreichung sagt und damit ist auch jedes assoziative Denken ausgeschaltet. Es ist ein Geisteszustand, den der Buddha immer wieder als erstrebenswert herausgestellt hat, der aber für den normal denkenden Menschen oder den Menschen, der sich rein intellektuell oder akademisch mit *dhamma* beschäftigt, nicht nachvollziehbar ist.

Alle acht Erreichungen müssen für die Erreichung des Endes von Wahrnehmung und Gefühl gut im Bewußtseinsstrom verankert sein und aufzurufen sein. Dazu ist eine längere Praxis notwendig, die Monate oder Jahre des kontinuierlichen Übens im Rückzug benötigt. Erst wenn jede Erreichung circa zwei Stunden ohne Störungen praktiziert werden kann, wenn man, wo immer, wann immer, und wie lange auch immer man wünscht, das Zeichen erzeugen kann, wenn man, wo immer, wann immer, und wie lange auch immer man wünscht, in die einzelnen Absorption eintreten kann, wenn man die Zeit festlegt für das Verweilen in der Absorption und darin dann entsprechend verweilt, wenn man danach ohne Verzögerung aus der Absorption austreten kann, wenn man direkt nach dem Ausstreten die Jhānafaktoren betrachten und differenzieren kann, ist das Ende von Wahrnehmung und Gefühl zu erreichen.

Mit der Aufzählung der acht *Samatha-Erreichungen* in den Suttā wird deutlich, daß die Erreichung des Endes von Wahrnehmung und Gefühl mit der reinen *Vipassanā*-Meditation, auch *Satipatthana-Vipassanā* genannt, nicht zu erreichen ist, auch nicht für ein Wesen welches so, mit der reinen *Vipassanā*-Meditation Arahantschaft erreicht hat.

In den Suttā wird im Zusammenhang der Darstellung des Endes von Wahrnehmung und Gefühl die *Vipassanā*-Meditation in SN 41.6 in einem Gespräch mit dem Haushälter Citta und dem Bhikkhu Kāmabhū erwähnt. Es wird geklärt, daß neben den *Samatha*-Erreichungen, die *Vipassanā*-Meditation notwendig ist. Citta fragt den Bhikkhu am Ende eines Gesprächs über die Erreichung des Endes von Wahrnehmung und Gefühl: „*Ehrwürdiger, welche Dinge müssen für die Erreichung des Endes von Wahrnehmung und Gefühl vielfach vorbereitet werden?*“

Der Ehrwürdige Kāmabhū antwortet: „*Wirklich, Haushälter, du fragst zuletzt, was du zuerst hättest fragen sollen, doch ich werde es dir beantworten: Zur Erreichung des Endes von Wahrnehmung und Gefühl sind zwei Dinge vielfach vorzubereiten: Konzentration (samatha) und Einsicht (vipassanā).*“

In MN 111 Einer nach dem anderen - Anupadasuttam lobt der Buddha den Ehrwürdigen Sāriputta aufgrund seiner Weisheit. Er zählt alle vier *jhānā* und alle vier nicht-materiellen Erreichungen auf und beschreibt genau, wie Sāriputta sie praktiziert. Er praktiziert eine *Samatha*-Erreichung nach

der anderen und nach jeder mit den beteiligten Faktoren *vipassanā*. Es wird folgendermaßen beschrieben:

„Und die Zustände im ersten jhāna - anfängliche Hinwendung des Geistes, ausdauernde Hinwendung des Geistes, Freude, Glück und Einspitzigkeit des Geistes; Kontakt, Gefühl, Wahrnehmung, Absicht, Bewußtsein, Wunsch, Entschluß, Energie, Achtsamkeit, Gleichmut und Aufmerksamkeit - diese Dinge wurden von ihm untersucht, einer nach dem anderen; jene Dinge entstanden, und er erkannte es, sie bestanden, und er erkannte es, sie verschwanden, und er erkannte es. Er verstand so: ‚Diese Dinge erscheinen also wirklich, nachdem sie vorher nicht vorhanden waren; nach ihrem Vorhandensein verschwinden sie.‘ In Bezug auf jene Dinge verweilte er, ohne angezogen zu werden, ohne abgestoßen zu werden, unabhängig, ungebunden, befreit, losgelöst, mit einem unbeschränkten Geist. Er verstand: ‚Es gibt einen Ausweg jenseits davon‘, und es gab diesen beim häufigen Praktizieren jenes Zustands.“

Nach dieser Beschreibung der paarweisen Praxis von *samatha* und *vipassanā* heißt es:

„Und dann, Bhikkhus, mit dem völligen Überwinden des Gebiets von Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung trat Sāriputta in das Ende von Wahrnehmung und Gefühl ein und verweilte darin. Und während er mit Weisheit sah, sind die Einströmungen vollkommen zerfallen.“

In Paṭisambhidāmagga 1. 34 heißt es hinsichtlich der durch die Erreichung des Endes von Wahrnehmung und Gefühl entwickelten und gemeisterten Weisheit:

„Mit zwei Kräften (bala): zwei Kräfte, nämlich die Konzentrationskraft (samathabala) und die Einsichtskraft (vipassanābala).“

Die *Samatha*-Kraft wird auch hier als acht Erreichungen dargestellt.

Die *Vipassanā*-Kraft wird folgendermaßen beschrieben:

„Was ist Einsichtskraft (vipassanābalaṃ)?“

Die Betrachtung der Vergänglichkeit ist Einsichtskraft.

Die Betrachtung des Unbefriedigenden ist Einsichtskraft.

Die Betrachtung der Selbstlosigkeit ist Einsichtskraft.

Die Betrachtung der Ernüchterung ist Einsichtskraft.

Die Betrachtung der Leidenschaftslosigkeit ist Einsichtskraft.

Die Betrachtung des Endes ist Einsichtskraft.

Die Betrachtung des Loslassens ist Einsichtskraft.“

Diese Betrachtungen müssen mit den vorausgehenden *jhānā* als Objekte praktiziert werden. Sie können hinsichtlich der 5 Daseinsgruppen betrachtet werden.

Es heißt dann weiter im Paṭisambhidāmagga:

„Einsichtskraft: in welchem Sinn ist es Einsichtskraft?“

Bei der Betrachtung von Vergänglichkeit schwankt sie [die Einsichtskraft] nicht durch Wahrnehmung von Beständigkeit. Das ist Einsichtskraft.

Bei der Betrachtung von Unbefriedigendem schwankt sie nicht durch Wahrnehmung von Glück. Das ist Einsichtskraft.

Bei der Betrachtung von Selbstlosigkeit schwankt sie nicht durch Wahrnehmung eines Selbst. Das ist Einsichtskraft.

Bei der Betrachtung der Ernüchterung schwankt sie nicht durch Vergnügen. Das ist Einsichtskraft.

Bei der Betrachtung der Leidenschaftslosigkeit schwankt sie nicht durch Lust. Das ist Einsichtskraft.

Bei der Betrachtung des Endes schwankt sie nicht durch Entstehen. Das ist Einsichtskraft.

Bei der Betrachtung des Loslassens schwankt sie nicht durch Nehmen. Das ist Einsichtskraft.

Sie schwankt nicht, bewegt sich nicht und zittert nicht durch Unwissenheit, durch mit Unwissenheit verbundene Verunreinigungen oder Daseinsgruppen. Das ist Einsichtskraft. Dieses ist Einsicht als Kraft.“

Wenn jemand nur die 4 *jhānā* und die 4 nicht-materiellen Gebiete erreichen kann, aber nicht *vipassanā* praktiziert, ist die höchste Erreichung für diese Person die Erreichung des Gebiets der Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung. Wenn jemand nur *Vipassanā*-Meditation bis zur Pfad- und Fruchterreichung erreichen kann, ohne *jhāna* und ohne nicht-materielle Gebiete erreichen zu können, ist für diese Person die höchste Erreichung die entsprechende Fruchterreichung, die er erreicht hat.

4. Ausführen der Übung

Wie im vorigen Kapitel bereits beschrieben wurde, müssen alle acht *Samatha*-Erreichungen praktiziert werden können. Sie müssen durch langfristige Übung gut im Bewußtseinsstrom verankert sein. Für das Erreichen der nicht-materiellen Gebiete eignet sich die *Kasiṇa-Meditation* besonders gut.

Der Buddha beschreibt aber in SN 54.8, daß man auch mit der Achtsamkeit auf den Ein- und Ausatem die nicht-materiellen Gebiete und das Ende von Wahrnehmung und Gefühl erreichen kann. Denn es heißt dort:

„Wünscht sich, Bhikkhus, ein Bhikkhu: ‚Möge ich doch die Wahrnehmung von Materie überwinden, mit dem Verschwinden der Wahrnehmung vom Auftreffen [von Sinnesobjekten an den Sinnesgrundlagen] und ohne Aufmerksamkeit zu der Wahrnehmung von Vielfalt, das Gebiet des unbegrenzten Raums als ‚Raum ist unbegrenzt‘ erreichen und darin verweilen‘, dann sollte er seine Aufmerksamkeit gut auf diese Konzentration der Achtsamkeit auf den Ein- und Ausatem richten.“

Entsprechend heißt es dort zu den weiteren nicht-materiellen Gebieten.

Zu dem Ende von Wahrnehmung und Gefühl heißt es:

„Wünscht sich, Bhikkhus, ein Bhikkhu: ‚Möge ich doch das Gebiet der Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung überwinden und das Ende von Wahrnehmung und Gefühl erreichen und darin verweilen‘, dann sollte er seine Aufmerksamkeit gut auf diese Konzentration der Achtsamkeit auf den Ein- und Ausatem richten.“

Sehr gut geeignet für vorbereitende Übungen sind die Elemente in konzeptueller Weise als Objekte der *Kasiṇa*-Meditation. Die körpereigene Materie wird bei entsprechender Praxis dadurch gut ausbalanciert, was immer eine sehr gute Basis ist für längeres Verweilen in allen Erreichungen und auch für die *Vipassanā*-Meditation.

Wenn man gut und fließend alle acht Erreichungen und *vipassanā* praktizieren kann und die Nichtwiederkehr oder Arahantschaft erreicht hat, muß man vor dem Eintreten in das Gebiet der Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung einen klaren Entschluß (*adhiṭṭāna*) fassen:

‚Möge nach dem Gebiet der Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung das Ende von Wahrnehmung und Gefühl für ... Minuten, Stunden oder Tage auftreten.‘

Das Festlegen der Zeit als *Adhiṭṭāna*-Praxis muß auch gut geübt worden sein, damit der Entschluß klar und fest getroffen wird.

In SN 41. 6 Dutiyakāmbhū Sutta fragt der Haushälter Citta den Bhikkhu Kāmbhū:

„Und wie kann man, Ehrwürdiger, die Erreichung des Endes von Wahrnehmung und Gefühl erreichen?“

*„Das ist nicht so, Haushälter, als ob ein Bhikkhu, der das Ende von Wahrnehmung und Gefühl erreicht, denken würde: ‚Ich werde das Ende von Wahrnehmung und Gefühl erreichen‘ oder ‚Ich erreiche das Ende von Wahrnehmung und Gefühl‘ oder ‚Ich habe das Ende von Wahrnehmung und Gefühl erreicht‘, sondern er hat sein Bewußtsein (*citta*) vorher soweit entwickelt, daß es zu diesem Zustand hinführt.“*

Der Kommentar sagt dazu, daß der Praktizierende vor dem Eintritt in die Erreichung die Zeit festgelegt hat, wie lange die Verweilung andauern soll.¹ Das wird ausgedrückt mit der Äußerung: *„... er hat sein Bewußtsein (*citta*) vorher soweit entwickelt, daß es zu diesem Zustand hinführt.“* Damit ist also die zuvor geschilderte gut entwickelte *Adhiṭṭāna*-Praxis gemeint.

Dieselbe Frage stellt der Haushälter Visākha der Bhikkhunī Dhammadinnā in MN 44. Sie antwortet in derselben Art. In MN 44 finden wir ein Gespräch zwischen der Bhikkhunī Dhammadinnā und

1 Vgl. Samyutta Nikaya, translated by Bhikkhu Bodhi, Cittasamyutta, p. 1443, note 300.

dem Haushälter Visākha über verschiedene Dhammathemen und auch über das Ende von Wahrnehmung und Gefühl. Visākha war ein reicher Kaufmann aus Rājagaha. Beim ersten Treffen mit dem Buddha erreichte er den Stromeintritt und später die Nichtwiederkehr. Dhammadinnā war seine Ehefrau. Sie hatte den Wunsch in den Bhikkhunī-Orden einzutreten. Nach ihrer Weltentsagung erreichte sie Arahantschaft. Sie war vom Buddha als herausragende Dhammalehrerin herausgestellt worden. (AN 1. 24) Auch Visākha soll gelehrt haben und fünfhundert Anhänger gehabt haben.²

Es ist bemerkenswert, welche edle Kommunikation hier von den Ex-Eheleuten wiedergegeben wird. Sie läßt vermuten, daß beide diese höchste Erreichung praktizieren konnten.

Ebenso sollte man mit dem Austreten dieser Übung verfahren. In SN 41. 6 fragt der Haushälter Citta auch danach:

„Aber wie, Ehrwürdiger, steigt man aus der Erreichung des Endes von Wahrnehmung und Gefühl aus?“

„Das ist nicht so, Haushälter, als ob ein Bhikkhu, der die Erreichung des Endes von Wahrnehmung und Gefühl aufhebt, denkt: ‚Ich werde sie aufheben‘ oder ‚Ich hebe sie auf‘ oder ‚Ich habe sie aufgehoben‘, sondern er hat sein Bewußtsein vorher soweit entwickelt, daß es zu diesem Zustand hinführt.“

Auch hier wurde das Ende vorher vom Bewußtsein festgelegt und das Bewußtsein ist so entwickelt, daß es dann diesen Zustand beendet. Es ist die *Pārami adhiṭṭāna*, die hier gut entwickelt wurde.

Man sollte auch festlegen, daß die Erreichung in einem Notfall beendet werden soll und daß während der Erreichung der Tod nicht eintreten soll.

Man kann in diese Erreichung für wenige Minuten bis zu sieben Tagen eintreten. Die Länge, die der Geist in der Lage ist, in dieser Erreichung zu verweilen, hängt davon ab, wie gut das Bewußtsein entwickelt worden ist, wie man lebt und wie die vorausgehenden *jhānā* und die *Vipassanā*-Meditation im Bewußtseinsstrom stabilisiert sind.

Man muß üben, immer länger in diesem Zustand zu verweilen, indem man die Zeit, die man vorher festlegen muß, steigert. Am Anfang sind nur Minuten möglich.

Wenn man diese Übung regelmäßig praktiziert, die *jhāna* und die *Vipassanā*-Meditation gut im Bewußtseinsstrom verankert sind, kann man ohne vorher andere Erreichungen praktiziert zu haben, direkt nach dem Gebot der Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung in diese Erreichung eintreten. Nach dem Wunsch und der *adhiṭṭāna* geht das Bewußtsein in die Erreichung des Gebiets der Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung und dann in das Ende von Wahrnehmung und Gefühl. Die Tiefe und die subjektive Erfahrung dieser Erreichung hängen wie bei allen *Jhāna*-Erreichungen davon ab, wie das Bewußtsein trainiert wurde. Es kann sein, ist der Geist nicht so gut trainiert, oder wenn Unruhe sowohl körperlich als auch geistig im Leben ist, nur kurze Momente in der Verwirklichung möglich sind. Man kann dann immer wieder eintreten, um die Fähigkeit für längeres Verweilen zu üben.

Für längeres Verweilen in dieser Erreichung ist ein abgeschiedenes Leben, auch ohne äußere Ablenkung und Unruhe unbedingt Voraussetzung. Auch Schweigen ist eine wichtige Voraussetzung für diese Übung.

In AN 9. 40 heißt es:

„Ebenso auch, Bhikkhus: wenn ein Bhikkhu mitten im Gedränge von Bhikkhus und Bhikkhunis lebt, mitten im Gedränge von Anhängern und Anhängerinnen, von Fürsten, königlichen Beamten, Irrlehrern und Schülern der Irrlehrer, dann, Bhikkhus, kommt diesem Bhikkhu der Gedanke: ‚Ich lebe hier mitten im Gedränge von Bhikkhus und Bhikkhunis, mitten im Gedränge von Anhängern und Anhängerinnen, von Fürsten, königlichen Beamten, Irrlehrern und Schülern der Irrlehrer. Wirklich, ich sollte lieber allein leben, getrennt von der Menge.‘ Und er sucht sich nun eine abgeschiedene Verweilstätte, im Wald, am Fuß eines Baumes, auf einem Berg, in einer Grotte, einer Bergeshöhle,

2 Vgl. G.P. Malalasekera: Dictionary of Pali Proper Names, Vol. 2, New Delhi, 1983, p. 897 f

auf einem Leichenfeld, in einer bewaldeten Ebene, einer Lichtung oder einem Strohhaufen. Im Wald, am Fuß eines Baumes oder in einer leeren Hütte setzt er sich nun mit gekreuzten Beinen hin, den Körper gerade aufgerichtet und die Achtsamkeit um den Mund herum gerichtet.”

Dann wird erklärt, daß der Bhikkhu die fünf Hindernisse überwunden hat und in der Abfolge in alle acht *Samatha*-Erreichungen eintritt, bis er danach das Ende von Wahrnehmung und Gefühl praktiziert.

In AN 10. 72 Störungen der Vertiefung – *Kaṇṭakasuttaṃ* heißt es:

„Für die Erreichung des Endes von Wahrnehmung und Gefühl sind Wahrnehmung und Gefühl eine Störung. Lust ist eine Störung, Abneigung ist eine Störung, Verblendung ist eine Störung.“

Wenn Wahrnehmung und Gefühl eine Störung sind, muß das Leben so ausgerichtet sein, daß ausufernde Wahrnehmungen und ausuferndes Denken ganz und gar vermieden werden, auch das Zusammensein mit Menschen, die dazu neigen, muß vermieden werden. Ebenso muß Gefühlen gegenüber gut entwickelter Gleichmut entwickelt worden sein. Es muß auch durch die *Vipassanā*-Meditation wiederholt klar erkannt worden sein, daß jedes Fortsetzen der Gestaltungen zu immer wieder neuem Leiden führt und nur das Ende aller Gestaltungen zur Befreiung vom Leiden führt.

Man praktiziert also paarweise *Samatha*- und *Vipassanā*-Meditation vom ersten *jhāna* bis zur Erreichung des Gebiets der Nichtsheit. Nach der *Vipassanā*-Meditation mit den beteiligten Faktoren des Gebiets der Nichtsheit, legt man die Zeit fest, wie lange man in dem Ende von Wahrnehmung und Gefühl verweilen möchte. Man sollte mit 5 Minuten beginnen, dann 10 Minuten, 20 Minuten, 30 Minuten, eine Stunde usw.

Der Geist tritt dann für wenige Bewußtseinsmomente in die Erreichung des Gebiets der Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung ein und direkt von dort in das Ende von Wahrnehmung und Gefühl. Wenn die Entschlossenheit stark genug ist, wird die Erreichung für die festgelegte Zeit bis auf geringe Abweichungen erscheinen.

Am Anfang ist es notwendig, nach jedem Heraustreten und vor dem erneuten Eintreten immer wieder kurz durch alle *jhānā* mit *samatha* und *vipassanā* zu gehen. Ist das Bewußtsein weit genug entwickelt, ist der direkte Wiedereinstieg über das Gebiet der Nichtsheit möglich. Dieses muß man erreichen können, ohne die vorherigen Erreichungen praktizieren zu müssen. Der Direkteinstieg muß durch Übung möglich sein.

5. Nibbāna

Das Objekt für die Erreichung des Endes von Wahrnehmung und Gefühl wird im Pālikanon nicht ausdrücklich genannt. Man erfährt es durch die korrekte Praxis. Das Ende von Wahrnehmung und Gefühl ist das Ende aller Gestaltungen, *Nibbāna*. Der Geist nimmt durch die Verfeinerung des Bewußtseins durch die vorausgehenden *Samatha*-Erreichungen und durch den Einsichtsprozeß durch die paarweise praktizierte *Vipassanā*-Meditation keine Objekte mehr und endet selbst. Er läßt alle bedingt entstandenen Objekte los, weil er ihre Vergänglichkeit, ihr Unbefriedigendes und ihre Selbstlosigkeit direkt gesehen hat. Auch durch die vorausgehenden nicht-materiellen Gebiete wurde der Geist bereits durch die Verfeinerung von Objekt und Bewußtsein mit Geistesfaktoren auf diese subtile Erreichung vorbereitet.

6. Bewußtsein, Geistesfaktoren und Körper während des Endes von Wahrnehmung und Gefühl

Bewußtsein setzt sich zusammen aus einzelnen Bewußtseinsmomenten, die fortwährend entstehen und vergehen und im Herzen aufsteigen.

Bei der Erreichung des Endes von Wahrnehmung und Gefühl enden nicht nur diese beiden Geistesfaktoren, sondern auch das lebenslänglich ununterbrochene Entstehen und Vergehen von Bewußtseinsmomenten. Dieser Prozeß bleibt stehen. Hierin liegt die absolute subtile Ruhe, die diesen Zustand von allem Erfahrbaren unterscheidet.

Auch in Fruchterfahrungen aller vier Pfade und in allen acht Erreichungen der *Samatha*-Meditation entstehen ununterbrochen Bewußtseinsmomente und vergehen nach sehr kurzer Lebensdauer. Auch im Schlaf entstehen fortwährend Bewußtseinsmomente. Diese treten nicht in einem kognitiven Prozeß auf, wie bei allen aktiven Bewußtseinszuständen, einschließlich Frucht- und Jhānaerreicherungen, sondern sind einzelne, aber ständig entstehende und vergehende Bewußtseinsmomente.

Das Ende von entstehenden Bewußtseinsmomenten charakterisiert die Erreichung vom Ende von Wahrnehmung und Gefühl. Das ist ebenfalls eine Besonderheit und zeigt die absolute Ruhe dieser Erreichung.

Die Erreichung des Endes von Wahrnehmung und Gefühl folgt direkt auf die Erreichung des Gebiets der Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung. Diese Erreichung tritt für zwei Bewußtseinsmomente auf und dann hören die aufeinanderfolgenden Bewußtseinsmomente auf.

Nach dem Austreten aus dem Ende von Wahrnehmung und Gefühl tritt ein Bewußtseinsprozess der entsprechenden Frucht mit einem Fruchtmoment auf. Es ist die Frucht der Nichtwiederkehr oder der Arahantschaft, je nachdem, welches die höchste Erreichung im Bewußtseinsstrom des entsprechenden Individuums ist. Danach tritt das Lebenskontinuum auf. Dann folgt ein Bewußtseinsprozess mit dem Rückblick auf die Erreichung.

In *Visuddhi Magga*³ heißt es zu dem Bewußtsein vom Ende von Wahrnehmung und Gefühl:
Yā anupubbanirodhavasena cittacetāsikānaṃ dhammānaṃ appavatti.

„Was durch das Ende der Aufeinanderfolge der Dinge wie Bewußtsein und Geistesfaktoren nicht fortgesetzt wird.“

Wenn man die acht *Samatha*-Erreichungen tatsächlich erreicht hat, hat man eine sehr gute Konzentration durch die ein vollkommen anderer Geisteszustand erreicht wird, als der des alltäglichen Denkens. Ist man außerdem durch eine korrekte *Vipassanā*-Meditation geschult in dem Erkennen und Differenzieren von Körperlichem und Geistigem, ist es keine Schwierigkeit, auch die Erreichung des Endes von Wahrnehmung und Gefühl rückblickend nach dem Austreten in oben dargestellter Weise zu analysieren.

In SN 41.6 fragt der Haushälter Citta den Bhikkhu Kāmabhū, welcher Unterschied zwischen einem Toten, der die Zeit erfüllt hat, und einem Bhikkhu, der das Ende von Wahrnehmung und Gefühl praktiziert, besteht. Der Bhikkhu antwortet:

„Wer, Haushälter, tot ist, wer die Zeit erfüllt hat, dessen körperliche Gestaltungen sind beendet und zur Ruhe gekommen, dessen sprachliche Gestaltungen sind beendet und zur Ruhe gekommen, dessen Gestaltungen des Bewußtseins sind aufgelöst und zur Ruhe gekommen, die Lebenskraft ist vollkommen zerfallen, die Wärme ist beruhigt, die [Sinnes-]Fähigkeiten sind abgebrochen. Der Bhikkhu aber, Haushälter, der das Ende von Wahrnehmung und Gefühl erreicht hat, dessen körperliche Gestaltung, sprachliche Gestaltung und Gestaltung des Bewußtseins sind zwar beendet und zur Ruhe gekommen, aber die Lebenskraft ist nicht zerfallen, die Wärme ist nicht beruhigt, die Fähigkeiten sind gereinigt. Das ist der Unterschied, Haushälter, zwischen einem

3 *Visuddhi Magga*, PTS, London, 1975, S. 702

Toten, der die Zeit erfüllt hat, und einem Bhikkhu, der das Ende von Wahrnehmung und Gefühl erreicht hat.”

Aus dieser Aussage geht hervor, daß kammaproduzierte Materie weiter produziert wird, denn nur sie enthält die Lebensfähigkeit, was in dem Zitat ausgedrückt wird als: ‚die Lebenskraft ist nicht zerfallen‘. Auch die [Sinnes-]Fähigkeiten sind nicht abgebrochen, sondern gereinigt, auch hier wird also Materie, welche kammaproduziert ist, produziert. Ebenso ist die Wärme nicht beruhigt, daß heißt die Körperwärme wird aufrechterhalten. Körperwärme ist eines der 42 Körperteile, die der Buddha z. B. in MN 140 nennt. Sie wird von temperaturproduzierter, nahrungsproduzierter, bewußtseinsproduzierter und kamma-produzierter Materie gebildet.

Bewußtseinsproduzierte Materie wird nicht produziert während der Erreichung des Endes von Wahrnehmung und Gefühl, da das Entstehen und Vergehen von Bewußtseinsmomenten zum Stillstand gekommen ist.

Nahrungsproduzierte Materie wird solange produziert, wie Nahrung verbrannt wird.

Kammaproduzierte Materie wird solange produziert, wie die Lebensspanne, die durch Kamma im vorhergehenden Leben produziert wurde anhält, d. h. solange der Tod nicht eingetreten ist.

Durch die Lebensfähigkeit der kammaproduzierten Materie wird der Körper während der Erreichung des Endes von Wahrnehmung und Gefühl am Leben gehalten. Wenn der Tod eintritt, wird diese Materie nicht mehr produziert und der Körper beginnt zu verrotten. Hier liegt der Unterschied zwischen einer Leiche und dem Körper während der Erreichung des Endes von Wahrnehmung und Gefühl.

Zusammengefaßt bedeutet das, daß alle Materiearten, außer der bewußtseinsproduzierten weiter produziert werden. Rückblickend, nach Austritt aus der Erreichung, kann man durch Analyse der Körperlichkeit diese unterschiedlichen Materiearten, die während der Erreichung des Endes von Wahrnehmung und Gefühl auftraten, erkennen.

Das Beenden der körperlichen Gestaltung bedeutet nur, daß der Ein- und Ausatem anhält. Dieses geschieht bereits ab dem vierten *jhāna*, da dann die geistigen Aktivitäten nachlassen. In MN 44 heißt es:

„Das Einatmen und das Ausatmen, Freund Visākha, ist die Gestaltung des Körpers. ... das Einatmen und das Ausatmen ist körperlich, diese Dinge sind eng mit dem Körper verbunden; deshalb ist das Einatmen und das Ausatmen die Gestaltung des Körpers.”

7. Wirkungen

In MN 59 Die vielen Arten von Gefühl - Bahavedanīyasuttaṃ bezeichnet der Buddha die Erreichung des Endes von Wahrnehmung und Gefühl als Glück. Er erklärt, daß es Lebewesen gibt, die Glück in den Sinnesobjekten sehen. Er sagt, daß das Glück schon im ersten *jhāna*, welches abgechieden ist von Sinnesvergnügen, höher und erhabener ist als Sinnesvergnügen. Er zählt dann alle *jhānā* und nicht-materiellen Gebiete auf und bezeichnet sie jedesmal als Glück, welches höher ist als das durch die vorausgehende Erreichung.

Dieses Glück ist unabhängig vom glücklichen Gefühl (*somanassa* oder *sukha vedanā*), denn in der Erreichung des Endes von Wahrnehmung und Gefühl ist gar kein Gefühl mehr vorhanden. Es ist ein Glück welches ohne Gefühl ist und durch Einsicht über vergängliche Gefühle hinausgeht.

In MN 25 Der Köder – Nivāpasuttaṃ wendet sich der Buddha an die Bhikkhus im Jeta Hain, dem Park des Anāthapiṇḍika, in Sāvattihī. Der Buddha erklärt hier mit einem Gleichnis von einem Fallensteller, der Köder für ein Hirschrudel auslegt, daß die *Samatha*-Erreichungen für Māra, den Bösen nicht zugänglich sind. Köder ist ein Ausdruck für die fünf Stränge sinnlichen Vergnügens. Fallensteller ist ein Ausdruck für Māra, den Bösen. Das Gefolge des Fallenstellers ist ein Ausdruck für Māras Gefolge. Hirschrudel ist ein Ausdruck für Mönche und Brahmanen.

Über die Erreichung des Endes von Wahrnehmung und Gefühl sagt der Buddha:

„Dann aber, Bhikkhus, nach dem völligen Überwinden des Gebiets von Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung tritt der Bhikkhu in das Aufhören von Wahrnehmung und Gefühl ein und verweilt darin. Und die Einströmungen sind zerfallen durch sein Sehen mit Weisheit. Man sagt, Bhikkhus, dieser Bhikkhu habe Māra blind gemacht, habe die Gelegenheit für Māra zerschlagen, ist für den Bösen, für das Auge Māras unsichtbar geworden und er sei über die Anhaftung an die Welt hinausgegangen.“

Dieses sagte der Erhabene. Diesen Bhikkhus gefielen die Worte des Erhabenen und sie waren erfreut.“

Das Interesse an weltlichen Dingen läßt durch das Verweilen in dieser edlen erhabenen Verweilung vollkommen nach. So fragt der Haushälter Citta in SN 41.6 wohin das Bewußtsein eines Bhikkhu, der aus der Erreichung des Endes von Wahrnehmung und Gefühl austritt, geneigt ist. Der Bhikkhu Kāmabhū antwortet, daß Bewußtsein sei zur Abgeschiedenheit (*viveka*) geneigt. Mit Abgeschiedenheit ist hier nicht nur körperliche Abgeschiedenheit gemeint, sondern auch geistige Abgeschiedenheit. Die höchste Abgeschiedenheit ist *Nibbāna*.

In MN 26 Die Edle Suche - (Ariyapariyesanā Sutta) - Pāsarāsisuttaṃ

heißt es über jemanden, der die Erreichung des Endes von Wahrnehmung und Gefühl praktiziert: *„... er sei über die Anhaftung an die Welt hinausgegangen. Er geht abgelöst, er steht abgelöst, er sitzt abgelöst, er liegt abgelöst. Was ist die Ursache? Er ist außerhalb der Reichweite des Bösen.“*

In MN 50 Der Tadel an Māra - Māratajjanīyasuttaṃ erklärt der Ehrwürdige Mahā Moggallāna Māra, dem Bösen, daß er in einem früheren Leben zur Zeit des Buddha Kakusandha selbst einmal Māra war. Der Buddha Kakusandha hatte zwei Hauptschüler, namens Vidhura und Sañjīva. Der Ehrwürdige Sañjīva konnte, nachdem er sich in den Wald oder an den Fuß eines Baumes oder in eine leere Hütte zurückgezogen hatte, ohne Schwierigkeit in das Ende von Wahrnehmung und Gefühl eintreten.

Es wird in dem Sutta von ihm berichtet:

„Einmal geschah es, Böser, daß der Ehrwürdige Sañjīva sich am Fuß eines bestimmten Baumes niedergesetzt hatte und in das Ende von Wahrnehmung und Gefühl eingetreten war. Einige Kuhhirten, Schäfer und Ackerleute, die vorbeikamen, sahen den Ehrwürdigen Sañjīva am Fuß des Baumes sitzen, in das Ende von Wahrnehmung und Gefühl eingetreten, und sie dachten: ‚Es ist wunderbar, meine Herren, es ist erstaunlich. Da sitzt dieser Bhikkhu tot da. Wir wollen ihn verbrennen.‘ Dann sammelten die Kuhhirten, Schäfer und Ackerleute Gras, Holz und Kuhmist, und nachdem sie es um den Körper des Ehrwürdigen Sañjīva herum aufgeschichtet hatten, setzten sie es in Brand und gingen ihres Wegs.“

Als nun die Nacht vorüber war, Böser, trat der Ehrwürdige Sañjīva aus dem Erreichungszustand aus. Er schüttelte seine Robe aus, und weil es Morgen war, zog er sich an, nahm seine Schale und äußere Robe und ging zum Almosengang in das Dorf hinein. Die Kuhhirten, Schäfer und Ackerleute, die vorbeigekommen waren, sahen den ehrwürdigen Sañjīva beim Almosengang umhergehen und sie dachten: ‚Es ist wunderbar, meine Herren, es ist erstaunlich. Dieser Bhikkhu, der tot dasaß, ist zum Leben zurückgekehrt!‘ Auf jene Weise kam der ehrwürdige Sañjīva zu der Bezeichnung Sañjīva.“

Wir sehen hier, daß in diesem edlen Zustand der Praktizierende nicht nur vom Bösen nicht angegriffen werden kann, sondern daß sogar der Körper gegenüber Feuer unverletzlich bleibt.

Nach der Erreichung des Endes von Wahrnehmung und Gefühl sind Körper und Geist vollkommen entspannt und leicht. Der Geist ist ruhig, klar, zufrieden, bedürfnislos, gleichmütig. Der Körper ist kaum spürbar. Dieser Zustand ist eine tiefe Erholung für Körper und Geist, die mit nichts in der Welt zu vergleichen ist. Weniger Schlaf ist notwendig, wenn man diese Erreichung regelmäßig praktiziert.

Sowohl in der Erreichung als auch danach, entsprechend der Verweildauer in der Erreichung, ist eine vollkommene Abwesenheit von *dukkha* das Ergebnis.

Während des Verweilens in dieser erhabenen Erreichung kann das Ergebnis unheilvoller Handlungen der Vergangenheit nicht zur Wirkung kommen.

SN 28.9. Die Aufhebung von Wahrnehmung und Gefühl - Nirodhasamāpattisuttaṃ

„So habe ich gehört. Zu einer Zeit hielt sich der Ehrwürdige Sāriputta in Sāvattḥī, im Jeta-Hain, im Kloster des Anāthapindika auf.

Der Ehrwürdige Sāriputta hatte sich am Morgen angekleidet, und mit Gewand und Schale versehen betrat er Sāvattḥī um auf Almosengang zu gehen. Nachdem er dort auf Almosengang gegangen war, begab er sich nach Rückkehr vom Almosengang, nach Beendigung des Mahles in den dunklen Wald, um den Tag über dort zu verweilen. Nachdem er in den dunklen Wald hineingegangen war, setzte er sich am Fuß eines Baumes nieder, um den Tag dort zu verbringen.

Am Abend, nachdem er sich aus der Zurückgezogenheit erhoben hatte, begab sich der Ehrwürdige Sāriputta zurück zum Jeta-Hain, zum Kloster Anāthapindikas.

Der Ehrwürdige Ānanda sah den Ehrwürdigen Sāriputta schon von Weitem kommen und sagte dann zu ihm:

„Klar sind deine Fähigkeiten, Freund Sāriputta, rein und strahlend ist die Farbe deines Gesichts! In welcher Verweilung weilte heute der Ehrwürdige Sāriputta?“

„Nach völligem Überschreiten des Gebietes der Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung verweilte ich, Freund, im Ende von Wahrnehmung und Gefühl. ...“

„Es sind ja im Ehrwürdigen Sāriputta seit langem die latenten Tendenzen des Ich-Machens, Mein-Machens und des Dünkels gut ausgerottet! ...“

Die Erreichung vom Ende von Wahrnehmung und Gefühl ist ein Vorgeschmack auf die letztendliche Ruhe. In dieser Erreichung tritt kein Zeit-, kein Raumgefühl, keine Wahrnehmung für irgendetwas auf. Es ist absolute Stille. Selbst ein gleichmütiges Gefühl, welches immer noch ein Objekt auf erhabene Weise erfährt, fällt vollkommen weg.

8. Von wem ist das Ende von Wahrnehmung und Gefühl zu erreichen?

Wenn man, wie oben beschrieben wurde, versucht das Ende von Wahrnehmung und Gefühl zu erreichen, mit gut etablierter *Samatha*-Praxis und umfassender *Vipassanā*-Praxis, wird man selbst herausfinden, daß es nach dem Gebiet der Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung nicht weitergeht, solange man nicht den dritten Pfad, den Pfad der Nichtwiederkehr, erreicht hat. Nur Nichtwiederkehrer und Arahants können dieses erhabene Ziel erreichen. Solange noch Verlangen nach Sinnesobjekten möglich ist im Bewußtseinsstrom, wie es beim Stromeingetretenen und Einmalwiederkehrer noch der Fall ist, ist dieses Ziel nicht zu erreichen. Es dürfen auch keine Abneigung und damit verbundene Geistesfaktoren mehr im Bewußtseinsstrom auftreten können, wenn man dieses Ziel erreichen möchte.

Durch die folgende Aussage des Buddha in AN 5.166 Udāyi widerspricht Sāriputta - Nirodhasuttam wird deutlich, daß das Ende von Wahrnehmung und Gefühl nur von Nichtwiederkehrern und Arahants erreicht werden kann:

„Und zu den Bhikkhus gewandt, sprach er (der Buddha): ‚Hier ist es möglich, Bhikkhus, daß ein Bhikkhu, der mit Ethik, Konzentration und Weisheit ausgestattet ist, in das Ende von Wahrnehmung und Gefühl eintreten kann und daraus wieder austreten kann. Wenn nun dieser nicht schon bei Lebzeiten letztendliches Wissen [Arahantschaft] erreicht, so mag er, jenseits der von grobstofflicher Nahrung lebenden Devas in einer geistgezeugten Welt wiedererscheinend, auch dort in das Ende von Wahrnehmung und Gefühl eintreten und daraus wieder austreten. Das ist möglich.‘“

In MN 113 Sappurisasuttam sagt der Buddha, daß die Erreichung des Endes von Wahrnehmung und Gefühl nur von einem *Sappurisa*, das heißt von einem guten Mann (Menschen) erreicht werden kann und nicht von einem *Asappurisa*, einem schlechten Menschen. Letzterer kann die acht *Samatha*-Erreichungen zwar erreichen, jedoch nicht die Erreichung des Endes von Wahrnehmung und Gefühl.

Der schlechte Mensch wird folgendermaßen beschrieben: *„Ich habe den Erreichungszustand des Gebiets von Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung erreicht; aber diese anderen Bhikkhus haben den Erreichungszustand des Gebiets von Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung nicht erreicht.‘ Somit lobt er sich selbst und setzt andere herab, aufgrund seines Erreichungszustands des Gebiets von Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung. Auch dies ist der Zustand eines schlechten Menschen.“*

Der gute Mensch wird so beschrieben, daß er keinen Zustand als sein Eigentum sieht, er lobt sich nicht selbst und setzt andere nicht herab.

Hier wird also deutlich, daß mit ausgeprägtem Dünkel oder Stolz (*māna*) dieser Zustand nicht erreicht werden kann. Dünkel (*māna*) wird erst mit dem Pfad der Arahantschaft vollkommen überwunden und als Geistesfaktor aus dem Bewußtseinsstrom eliminiert.

Im Kommentar zu SN 41. 6 Dutiyakāmahūsuttam⁴ wird gesagt, daß der Haushälter Citta das Ende von Wahrnehmung und Gefühl erreichen konnte und deshalb den Bhikkhu Kāmabhū darüber befragt, um herauszufinden, ob dieser diesen Zustand auch aus eigener Erfahrung kennt und erreichen kann.

4 Vgl. Saṃyutta Nikāya, Translation Bhikkhu Bodhi, Somerville, USA, 2000, p. 1442, note 297.

9. Die Praxis des Buddha Gotama vor dem Eintritt in das Parinibbāna

Sowohl in SN 6. 15 Das Große Nirvana - Parinibbānasuttaṃ als auch in DN 16 Die große Lehrrede von der vollkommenen Erlösung - Mahāparinibbānasuttaṃ finden wir die Beschreibung der Praxis, die der Buddha vor seinem Eintritt in das endgültige *Nibbāna* praktiziert hat.

Er hat aufeinanderfolgend vom ersten *jhāna* bis zur Erreichung des Gebiets von Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung praktiziert und ist dann in die Erreichung des Endes von Wahrnehmung und Gefühl eingetreten. Nach dem Austreten aus dieser höchsten Erreichung ist er wieder in das Gebiet der Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung eingetreten und hat in umgekehrter Reihenfolge bis zum ersten *jhāna* praktiziert. Dann hat er wieder vom ersten bis zum vierten *jhāna* praktiziert und ist von dort in das endgültige *Nibbāna* eingetreten.

Als der Erhabene in der Erreichung des Endes von Wahrnehmung und Gefühl weilte, sagte der ehrwürdige Ānanda zu dem ehrwürdigen Anuruddha Folgendes: „*Vollkommen erloschen, verehrungswürdiger Anuruddha, ist der Erhabene.*“ - „*Nicht, Freund Ānanda, ist der Erhabene vollkommen erloschen, er trat in das Ende von Wahrnehmung und Gefühl ein.*“

Bevor der Erhabene in das Parinibbāna eintrat sagte er zu den Bhikkhus:

„*Laßt mich euch sagen, Bhikkhus: Die Gestaltungen sind vergängliche Dinge, bemüht euch mit Sorgfalt (appamādena sampādeṭhā).*“