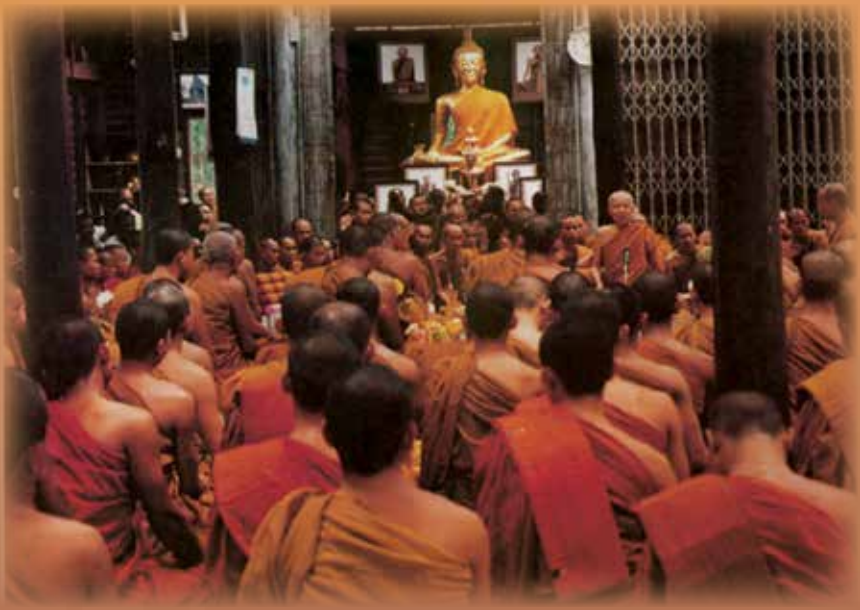
Die Art von Praxis, die uns in die Freiheit (nibbāna) führt



Vorträge des ehrwürdigen Lehrmeisters Mahā Bua Ñāṇasampanno

Walddhamma aus Wat Pa Baan Taad

Die Art von Praxis,
die uns in die Freiheit (nibbāna) führt

Dieses Buch ist ein Dhammageschenk
und darf nur kostenlos verteilt werden!

Copyright © 2016 bei
www.luangta.eu

Dieses Buch ist ein kostenloses Geschenk des Dhamma und darf nicht zum Verkauf angeboten werden, denn wie der ehrwürdige Lehrmeister Mahā Bua sagt: „Dhamma hat einen Wert, der sich über alle Reichtümer dieser Welt erhebt, und sollte nicht wie eine Ware auf dem Marktplatz verkauft werden."
Die Reproduktion dieses Buches in seiner Gesamtheit oder in Auszügen, für den Verkauf oder materiellen Gewinn ist untersagt. Die Erlaubnis zum Neudruck in seiner Gesamtheit oder auch einzelne Kapitel zur freien Verteilung als ein Dhammageschenk wird hiermit jedoch erteilt, und ein Einholen einer weiteren Erlaubnis ist nicht erforderlich. Die Erlaubnis für die elektronische Reproduktion in seiner Gesamtheit ist gegeben, nur beim Einstellen ins Internet sollte man um Erlaubnis bitten.

Anfragen können gerichtet werden an:
email: bookluangta@gmail.com

Buchtitel: Die Art von Praxis, die uns in die Freiheit (nibbāna) führt
Bilder: wenn nicht anders erwähnt © von Luangta Mahā Bua
Erste Auflage: Juni 2016

Die Art von Praxis, die uns in die Freiheit (nibbāna) führt

mehrere Dhammavorträge
des ehrwürdigen Lehrmeisters Mahā Bua Ñāṇasampanno,
die den Weg der Praxis ausleuchten, um nibbāna
verwirklichen zu können

übersetzt vom Thai ins Deutsche
von Bhikkhu Martin Piyadhammo

Walddhamma aus Wat Pa Baan Taad

Inhaltsverzeichnis

9 *Einleitung*

13 *Tränen vergießen im Angesicht der Wahrheit*

31 *Haltet euch gut an sati fest!*

47 *Kammaṭṭhāna sind ebenfalls kilesas*

66 *Nur wir selbst können uns um unser citta kümmern*

85 *Dhamma, das aus dem Herzen kommt*

133 *Die Praxis unter dem ehrwürdigen Lehrmeister Mann*

155 *Der Schwergewichtsweltmeister im dukkha*

169 *Das citta eines Arahants ist leer*

177 *Schönheit entsteht im Inneren*

182 *Anhang*

182 *Liste der Vorträge*

184 *Thai Glossar*

186 *Pali Glossar*

189 *Die asketischen (dhutaṅga) Übungen*

199 *Die reinen Daseinsebenen (suddhāvāsa) des Anāgāmī*

200 *Die zehn Fesseln*

201 *Die vier Edlen Wesen*

202 *Die vier Kategorien von Menschen*

203 *Ränge und Titel innerhalb der thailändischen Mönchs Hierarchie*

Einleitung

Als ich mit der Übersetzung des Buches „In Erinnerung an den ehrwüdigen Lehrmeister Mahā Bua Ñāṇasampanno“ fast fertig war und die verschiedenen Kapitel des Buches nochmals Korrektur las, fiel mir auf, dass die meisten dieser Vorträge zusammen mit einigen anderen, die ich in den letzten Jahren übersetzt habe, eigentlich besser unter dem Titel „Die Art der Praxis, die uns zur Freiheit (*nibbāna*) führt“ zusammengefasst wären.

Die Vorträge, die hier im Buch versammelt sind, beleuchten die Art der Praxis vom Anfang bis zum Ende von allem *dukkha*. Nicht aus vollständig allen Perspektiven, aber umfassend genug, um denen, die für ihre Praxis Unterstützung suchen, Hilfestellungen zu geben. Viele der Vorträge umfassen den Weg vom Beginn der Praxis bis zum Ende, der vollkommenen Freiheit von *dukkha*. In jedem dieser Vorträge setzt Luangta Mahā Bua seinen Schwerpunkt auf ein anderes Gebiet, geht ins Detail und beleuchtet den Weg aus einer jeweils etwas anderen Perspektive.

Und nicht nur dass der ehrwürdige Lehrmeister Mahā Bua in diesen Vorträgen den Weg und die Überwindung von Hindernissen auf dem Weg beschreibt, nein, er lässt uns auch an seinem eigenen Erleuchtungserlebnis teilhaben und erläutert, warum und wie es kommt, dass Arahants, obwohl sie alle dieselbe Reinheit und Freiheit verwirklicht haben, so verschiedene Charaktere besitzen.

Die vielleicht einzige Schwierigkeit auf dem Weg, die er hier in den Vorträgen nicht genau beschreibt, ist die Überwindung der Verblendung (*moha*). Der Übersetzer kennt leider nur einen einzigen Vortrag, in dem Luangta Mahā Bua ins Detail geht und erläutert, wie man dieses Hindernis überwindet. Seit geraumer Zeit schon suche ich nach diesem Vortrag um ihn zu übersetzen, habe ihn aber leider noch nicht gefunden. Dieser Vortrag würde dieses Buch vollständig machen.

Trotzdem hoffe ich, dass der Leser in der Fülle von Dhamma und der Fülle von Hinweisen, wie man den Weg zu gehen hat und wie man die Hindernisse überwinden kann, seinen eigenen Weg finden und seine Hindernisse auf dem Weg mit Hilfe dieses Buches überwinden kann, denn dann wäre die Mühe, dieses Buch übersetzt zu haben, nicht umsonst gewesen.

In all diesen Vorträgen sind die Begriffe „Herz“, „Geist“ und „Verstand“ austauschbar und werden synonym benutzt (so ist es auf Thai üblich). Sie beziehen sich auf ein und dasselbe, nämlich auf das *citta*, sie sind quasi Aspekte dieses *citta*. Der Buddhismus hat in Thailand eine über 1500 Jahre alte Tradition, so sind, wie in Deutsch lateinische Wörter, in die thailändische Sprache sehr viele Pāli Wörter eingeflossen. *Citta* ist ein Pāli Wort. Normalerweise ist es von Vorteil, diese Pāli Wörter ebenfalls zu übersetzen, aber nicht jedes dieser Pāli Wörter hat nur eine einzige Bedeutung. In vielen Fällen beinhaltet ein Pāli Begriff viele verschiedene Bedeutungen, die der selben Wurzel entstammen, und wenn man ihn ins Deutsche übersetzt, stehen einem unterschiedliche Übersetzungen zur Verfügung. Aus diesem Grunde fühlte ich mich dazu veranlasst, die Pāli Wörter stehen zu lassen, da es meiner Meinung besser ist, etwas nicht zu verstehen als etwas falsch zu verstehen. Jedoch habe ich versucht den Gebrauch von Pāli Begriffen auf ein Minimum zu beschränken. Der Leser möge mir verzeihen, wenn er deshalb des Öfteren im Pāli Glossar, das sich am Ende des Buches befindet, nachsehen muss. Zudem sind dort einige Standard Thai Wörter, die schwierig ins Deutsche zu übersetzen sind, aufgeführt.

Sind mir bei meiner Übersetzung Fehler unterlaufen, so bitte ich den lieben Leser um Verzeihung, dass ich ihm im Weg stand, die Lehre des ehrwürdigen Lehrmeisters Mahā Bua vollkommen richtig zu verstehen.

Than Martin Piyadhammo,

Wat Pa Baan Taad, den 13. März 2016

Wat Doi Dhammachedi, der Ort, an dem Luangta Mahā Bua
am 15. Mai 1950 um 23 Uhr *nibbāna* erreicht hat.

Tränen vergießen im Angesicht der Wahrheit

Frage:

Luangta, kannst du mir bitte den Weg zeigen, auf dem ich die Grundlage des Todes erreichen kann?

Antwort:

Die Basis des Todes existiert genau hier im *citta*. Da musst du hinschauen. Tod und Geburt sind beide im *citta* gegenwärtig. Das *citta* selbst wird niemals geboren und stirbt niemals. Die in das *citta* eindringenden, verunreinigenden Dinge sind es, die uns zu Geburt und Tod führen. Verstehst du das?

Sieh dir das *citta* an. Wenn du das Gift im *citta* nicht erkennen kannst, dann ist es dir auch nicht möglich, die vergiftende Natur dieser Dinge zu erkennen. Das *citta* ist im Moment die wirkliche Gefahr. Verstehst du das? Denke also nicht nur daran, wie wertvoll dieses *citta* ist, denn es steckt auch voller Gefahren. Greifst du das *citta*, in dem die Gefahr lauert, an, wirst du sehen, dass beide, das *citta* und die Gefahr, darin wohnen. Erst wenn dir das klar ist, wirst du diese Gefahr im *citta* auch zerstören können. Verstehst du, worauf ich hinaus will? Solange du dieses *citta* anhimmelst, wirst du nur untergehen. Also sag nicht, dass ich dich nicht gewarnt hätte. Kommt die Zeit, dann musst du alles beiseite fegen, bis nichts mehr übrig bleibt. Beschütze nichts, denn das, was du beschützt, ist die allerhöchste Gefahr.

Spreche ich darüber, bringt mir das die Zeit meines letzten Finales in Erinnerung, als ich auf dem Berg im Kloster von Doi Dhammachedi war. Es war früh am Morgen, gerade vor der Mahlzeit. Zu dieser Zeit war mein *citta* unglaublich wundersam, ein Wunder, derart verrückt, dass ich es nicht beschreiben könnte.

Seht ihr, ich war unglaublich beeindruckt von mir. Du meine Güte! Warum strahlt mein *citta* wirklich derart unglaublich? Ich seufzte. Ob ich Gehmeditation machte oder stand, es strahlte. Wie ist es möglich, dass dieses *citta* derart fabelhaft ist? Genau diese Ausstrahlung, die ich für so wunderbar hielt, war in Wirklichkeit die höchste Gefahr. Siehst du, worauf ich hinaus will?

Seht, ich fürchtete, dass diese Art von Dhamma verloren gehen würde. Wie kann ich es anders ausdrücken, als dass ich schon daran anhaftete, ihm schon verfallen war! Es gab für mich wirklich nichts anderes mehr als diesen letzten Brennpunkt: das Zentrum des ewigen Zyklus von Geburt und Tod, oder anders genannt – *avijjā*. Genau hier, *avijjā* pur! *Avijjā* ist nichts anderes als die Ursache des Kreislaufes der Wiedergeburten.

Da es nichts anderes mehr gab, himmelte ich also diese strahlende Erscheinung an. Blitzschnell kam Dhamma hoch und warnte mich, dass diese Illumination einen Punkt besäße. Vergleichbar mit dem Licht einer Gaslaterne. Das Licht breitet sich vom Glühstrumpf, der ganz hell leuchtet, aus und erleuchtet die ganze Umgebung. Genau das war der Rädelsführer.

Das war also das Wunder, das mich zu dem inneren Ausspruch veranlasste: Oho, warum ist mein *citta* denn so unglaublich leuchtend? Als ob es über der Welt, über *saṁsāra* stünde. Seht euch das an! Solch eine unglaubliche Macht offenbart *avijjā* ganz zum Ende hin. Wie konnte ich das wissen? Ich erkannte jedenfalls nicht, dass ich den Täuschungen von *avijjā* schon erlegen war. Urplötzlich, als ob das Dhamma Angst hätte, mich daran zu verlieren, kam es in Form von Worten hoch. Gibt es einen Punkt, wie der Leuchtstrumpf einer Laterne, strahlt dieser die Helligkeit aus. Hier sind Punkt und Leuchtstrumpf ein und dasselbe und auswechselbar. Also: *Gibt es irgendwo einen Punkt oder ein Zentrum des Wissenden, dann ist das der Ursprung der Existenz.* Wie könnte ich das je vergessen? Seht ihr, es sagte mir, dass dies der Ursprung der Existenz sei. Obwohl das so klar war, konnte ich es nicht begreifen. Ich war verblüfft. Ein Punkt,

ein Zentrum …? Nichts anderes als dieser Punkt der Ausstrahlung war gemeint.

An diesem Problem hing ich fest, als ich auf dem Bergrücken vom Kloster Doi Dhammachedi war. Ich vermisste den ehrwürdigen Lehrmeister Mann, der jedoch schon verschieden war. Wäre er noch am Leben gewesen, hätte ich ihn nur von meinem Dilemma berichten müssen – *gibt es irgendwo einen Punkt oder ein Zentrum dieses Wissenden, dann ist dies der Kernpunkt der Existenz.* Schlagartig hätte er mir zu verstehen gegeben, dass es genau dieser Punkt ist, der sich dann auch sofort aufgelöst hätte. Sobald man es weiß, erkennt man die Gefahr und bringt sie gleich zum Verschwinden. Aber nein, stattdessen behütete ich sie auch noch.

Genau aber dieser Punkt ist die allerhöchste Gefahr! Dieser Brennpunkt, in der die allerhöchste Gefahr zusammenläuft, ist genau der Punkt mit der erstaunlichsten brillantesten Ausstrahlung und ist zur selben Zeit das Zentrum des Lebensrades und aller Welten der konventionellen Realität.

Ich werde das nie vergessen. Es war Anfang Februar. Der Leichnam des ehrwürdigen Lehrmeisters Mann war gerade erst verbrannt worden, und ich zog mich in die Berge zurück. Genau an diesem Problem blieb ich hängen. Ich war vollkommen perplex. Aus der Dhammamaxime, die in meinem Herzen entstand, konnte ich überhaupt keinen Nutzen ziehen.

Anstatt dass sie mir in dieser Zeit einen enormen Nutzen gebracht hätte, gereichte sie mir nur zur immensen Verwirrung. Eh, wo verflixt ist denn dieser Kernpunkt? Genau da! Das war genau das Problem, an dem ich im Februar, nach der Verbrennung des Ehrwürdigen Acharn Mann, festklebte, als ich mich oben auf den Berg zurückzog.

Ich konnte mir nicht vorstellen, nicht mal erträumen, dass genau dieser Punkt der Helligkeit die allerhöchste Gefahr war. Ich glaubte noch, dass dies die allerhöchste Güte sei. Seht ihr, wie sehr euch die *kilesas* täuschen können, indem sie euch vormachen, dass die allerhöchste Gefahr die allerhöchste Tugend sei! Seht ihr?

Wie könnte ich je vergessen, wie sehr dieses Dilemma auf mir lastete? Ich verließ dann Wat Doi Dhammachedi sofort und ging nach Sri Chiang Mai im Landkreis von Ban Phö.

Damals gehörte Sri Chiang Mai noch zu keinem Landkreis, es gab nur den Landkreis von Thabor.

Ich ging also in den Landkreis von Ban Phö und lebte dort ganz tief im Wald in der Höhle von Pha Dak, bevor ich nach vollen drei Monaten ins Kloster Doi Dhammachedi zurückkehrte. Und immer noch, seit jener Zeit, lastete dasselbe Dilemma auf mir. Im dritten Monat ging ich und im sechsten Monat kam ich zurück. Das macht genau drei Monate! Als ich zurückkam, ging ich hoch auf meinen alten Platz mit demselben alten Problem, mit dem ich diesen Berg vor drei Monaten verlassen hatte!

Aber das Dilemma, das mich belastete, konnte ich auf dem Gehmeditationspfad von Osten nach Westen hin lösen. Genau hier auf derselben Bergeshöhe vom Kloster Doi Dhammachedi wie vorher konnte ich das Problem dann endlich lösen.

Es endete dann auch in Nullkommanichts. Es war keine Frage von Ort und Zeit, denn diese dürfen dabei keine Rolle spielen. Das Einzige, was zählte, war diese Natur. Es lief alles in diesem Einen zusammen, da es nichts mehr zum Untersuchen gab. Was auch immer da gewesen war, war alles schon losgelassen. Was übrig war, war alleine nur diese Natur! Das ganze Universum existierte nicht mehr, vollkommen freigelassen und leer! Übrig blieb nur noch dieser eine Brennpunkt. Begreifst du das? Deswegen sage ich, dass in diesem einen Brennpunkt die allerhöchste Gefahr liegt.

Alles lief nun in diesen einen Punkt zusammen. Da wirklich nichts mehr da war, fing der Geist an diesen einen Brennpunkt zu untersuchen. „Wie ist es möglich, dass dieses eine *citta* derart viele Aspekte besitzt und sich über das ganze Universum ausbreitet?“ Da ich schon alles beseitigt hatte, blieb ich nun an diesem Punkt haften. Man könnte es so beschreiben: Was auch immer es gab, erkannte ich, und wo auch immer ich etwas erkannte, änderte es sich dort auch

sofort. Man könnte es so beschreiben: In einem Moment ist es gut, im nächsten Moment schlecht. Und wieder kam es hoch: „Wie ist es möglich, dass dieses eine *citta* derart viele Aspekte besitzt?“ Das machte mich unzufrieden.

Man kann aber diesen Punkt erfassen, wenn man diesem subtilen Wissen, das sich von diesem in jenes verändert, folgt. Letztendlich kann man dem Herr werden, wenn man die Stufe erreicht, wo die Subtilität gleich stark ist. Das ist die Stufe von *mahā sati* und *mahā paññā*. Genau das ist es, was es freisetzt. Man fängt an sich auf diesen einen Punkt des *citta* zu konzentrieren und ihn festzuhalten, denn in diesem Moment ist dieses *citta* der Rädelsführer.

Warum hat dieses *citta* derart viele verschiedene Aspekte? In einem Moment ist es gut, im nächsten Moment verderbt. Sieh an, die Veränderungen kommen aus dem Inneren. Seht an, genau hier kann man es ergreifen. Einen Moment ist es zufrieden, den nächsten ist es unzufrieden. Normalerweise, wenn noch mehr oder weniger konventionelle Realität vorhanden ist, sind derartige Bedingungen Bestandteil des *citta*. Da es nichts mehr zu untersuchen gibt, konzentriert man sich zwangsläufig darauf. Einen Moment ist es zufrieden, im nächsten Moment unzufrieden, dann wieder einen Moment heiter und im nächsten Moment betrübt. Man muss aber verstehen, dass diese Erfahrungen von zufrieden und unzufrieden, von heiter und betrübt sein derart fein waren, dass man sie gerade mal noch wahrnehmen konnte. Das nur, da das *sati* schon zu *mahā sati* geworden war und sich dessen zudem die ganze Zeit gewahr war.

Wie ist es möglich, dass dieses *citta* verschiedene Aspekte hat? Da alles andere schon fallengelassen worden war, musste nun hier der Hauptschuldige gefunden – die endgültige Entscheidung gefällt werden. Wirklich endgültig zu entscheiden, was das eigentlich ist, das das erzeugt. Da *mahā sati* und *mahā paññā* derart subtil geworden waren, konnten sie alles sofort durchdringen. Wenn die überragende Stufe von *mahā sati* und *mahā paññā* erreicht ist, breiten sich die beiden überall hin aus und durchdringen alles. Es wird nicht mehr unterbrochen wie auf der Stufe des automatischen *sati paññā*, wie

wenn wir Fleisch hacken. Automatisches *sati paññā* dreht sich zwar ohne Unterlass, aber es wird ständig unterbrochen. *Mahā sati* und *mahā paññā*, drehen sich zwar auch ständig, aber sie durchdringen alles gleichzeitig.

Mahā sati und *mahā paññā* ergriffen also diesen Punkt, um eine endgültige Entscheidung über dieses *citta* zu gewinnen. Es gab nichts anderes mehr zu untersuchen, da schon alles ausgeräumt war. Es blieb nur noch dieses winzige Etwas, das zusammen mit diesem Wissen auftritt, übrig. Genau darüber musste die endgültige Entscheidung gefällt werden, denn in einem Moment zufrieden, im nächsten unzufrieden zu sein, entsteht genau da! In einem Moment heiter, dann wieder betrübt, entsteht genau da. Warum hat dieses *citta* nur derart viele verschiedene Eigenschaften?

Genau in diesem Moment entstand Dhamma. Seht her, genau so. Das nennt man: Dhamma entspringt. Entstehen *kilesas*, nennt man das: Fesseln entstehen. Man nennt es „Dhamma entsteht", wenn es entspringt und Dinge offenlegt. Entstehen *kilesas*, dann schleichen sie sich mit ein. Urplötzlich entsprang es, als wären es Worte, die jemand sprach: "Betrübtheit ist ok", so drückte es sich aus, „Heiterkeit ist ok, Zufriedenheit ist ok und Unzufriedenheit ist ok. Sieh, all diese Dinge sind *anattā!*" Seht, in dem Moment, wo es wahrhaftig abgeschnitten wurde, geschah das mit Hilfe von *anattā*. Es kann mit Hilfe irgendeiner der *ti-lakkhaṇa* (die drei Grundprinzipien- *anicca, anattā* und *dukkha*) — welcher auch immer — entstehen. Im allerletzten Moment-Punkt vor der Befreiung wird eine dieser *ti-lakkhaṇa* entstehen. Auf Grund meines Charakters war es bei mir das Tor von *anattā*. Die Bedeutung war klar: *Lass alles vollständig gehen.*

Dieses Dhamma ist anattā, denn Betrübtheit, Klarheit, Zufriedenheit und Unzufriedenheit kam in einem, nämlich in dem, was ich als „Dhamma ist anattā" bezeichne, zusammen. In dem Moment, wo es als *anattā* erkannt wurde, kam das *citta* zum Stillstand. Da es *anattā* erreicht hatte, gab es nichts mehr zum Hingehen. Seht, heute lege ich alles aus meinem Herzen vollständig offen. Würde ich sagen, dass das *citta* mit irgendetwas beschäftigt war, dann wäre das falsch.

Es war in diesem Stadium des Dhamma vollkommen unbeweglich. Es gab keine Arbeit, was auch immer. Es zeigte absolut kein Interesse daran zu untersuchen, was *attā* oder was *anattā* ist, es zeigte auch kein Interesse daran herauszufinden was Zufriedenheit und Unzufriedenheit, Klarheit oder Betrübtheit bedeutet. Es blieb im Zentrum mit *mahā sati* und *mahā paññā* einfach still stehen. Nicht so wie wir, wenn wir mit offenen Mündern wie töricht still stehen!

Würden wir das in weltlichem Jargon ausdrücken, dann würde man es als sich-selbst-verlierend bezeichnen, aber es war nicht Unachtsamkeit. Es war nichts anderes als wie einfach niedergelegt. Es verharrte und war weder unachtsam noch machte es irgendetwas. Und wie ein Schlag kam dieses, das meinte „*attā* ist ok, *anattā* ist ok“ hoch. Urplötzlich stürzte es herunter und fegte all dieses „wo ist denn dieser Kernpunkt des Wissenden, denn dieser ist der Samen der Geburt“ mit einem Schlag weg. Was auch immer an Klarheit oder Dumpfheit vorhanden war, ging in *anattā* auf, und mit einem einzigen Schlag wurde alles vollkommen vernichtet! Seht, wenn man es auslöscht, dann wird alles ausgerottet. Schlagartig entstand es, als ob Himmel und Erde dort drüben einstürzen würden. Spitzt eure Ohren: Es erschütterte das ganze Universum! Sobald dieses *avijjā* aus dem *citta* gestürzt wurde, erzitterte das ganze Universum. Denn dieses *avijjā* hält das ganze Universum in Schach. Versteht ihr?

In dem Moment, wo es zusammenstürzte, war es so, als ob das ganze Universum vollkommen zusammenstürzte: so als ob Himmel und Erde einstürzten.

In dem Moment, wo es urplötzlich entstand, war niemand da, der die Entscheidung fällen konnte. Die Essenz dieser zugrunde liegenden Natur von *nibbāna* entstand von ganz alleine und fällte das Urteil. Das Universum stürzte dann ganz von selbst zusammen, und es gab nichts, was *sati* aufrief, um darauf zu reagieren. Es war eine neutrale Qualität, die mit einem Schlag hochkam, als ob man sagen wollte, dass urplötzlich das ganze Universum vollständig entthront wurde. Es war derart intensiv. Du meine Güte: ein wahres Wunder. Seht ihr, meine Brüder und Schwestern, wie die *khandhas* arbeiten?

Schaut es euch an! Dieses überirdische Wunder aber nehme ich her, um nun die Welt zu lehren.

Unfassbar, seht ihr, wie mir die Tränen laufen? Selbst nun, in diesem Moment, fließen sie. Seht ihr? Das ist das Werk der *khandhas*[1]. Jene Natur kennt so etwas nicht, versteht ihr? Nun fließen die Tränen – oh weh! Ich erzähle das, um euch alle wissen zu lassen, dass dies wahrhaftig ein Wunder ist. Was genau ist denn das Dhamma des Erhabenen Buddha? Das möchte ich mal wirklich die hier dahin Vegetierenden fragen. Du meine Güte, das war wirklich ein Wunder – unglaublich, die Tränen fließen mir hier tatsächlich in Strömen. Oh weh! Es kam wirklich so hoch: *Hat der Erhabene Buddha die Erleuchtung so verwirklicht? Ist es wirklich so? Ist das wahre Dhamma wirklich so?* Es entstand schlagartig, und ich hätte mir dies niemals vorstellen oder träumen lassen. Du meine Güte! Ein Wunder, das unbeschreiblich ist. Seht her, selbst jetzt ist es noch so frisch und gegenwärtig. Wieso sollte das nicht möglich sein?

Nach diesem Wunder fing mein ganzer Körper zu zittern an. Was passierte, kann ich euch nicht erklären. Es passierte alles im selben Augenblick: Himmel und Erde stürzten ein, und plötzlich verschwand das ganze Universum vollständig. Danach wiederholte ich immer wieder: Wow! War denn die Erleuchtung des Erhabenen Buddha wirklich so? Es war unnötig den Erhabenen Buddha zu fragen, denn ich fand ihn da ja schon. Was soll das also? Ist das Wahre Dhamma wirklich so? Ist der Wahre Saṅgha wirklich so? Alle drei haben sich schon in Einem vereinigt. Ihr könnt es als das hervorragende bezaubernde Dhamma, oder auch als Dhammaessenz bezeichnen. Wow! Wie kann es sein, dass der Erhabene Buddha, das Dhamma und der Saṅgha ein und dasselbe sind? Früher hätte ich es mir nie träumen lassen, dass sie ein und dasselbe sein könnten!

Seitdem ich alt genug war zu verstehen, war ich fest davon überzeugt, dass der Buddha der Buddha, das Dhamma das Dhamma und

---

1 Die fünf Gruppen, aus denen eine Person besteht, sind: Körper, Gefühl, Gedächtnisfunktionen, Denken und Bewusstsein.

der Saṅgha der Saṅgha sind. Und dann kam es zu dieser Zeit ganz klar hoch: „Wie ist es möglich, dass in dieser Natur von *nibbāna* alles ein und dasselbe ist? Aber es ist wirklich ein und dasselbe! Oho, ist das Dhammawunder wirklich so?“ Nun, als dieses brillante Licht alles ausfüllte, verstand ich Dinge, von denen ich nie etwas gewusst hatte, vollkommen. Was sollte ich tun? Sollte ich etwa das verwenden, um diese verdrehte Welt, die derart verblendet ist, zu lehren?

Oho! Wirklich, dieses Dhamma ist derart seltsam und wundersam! Wenn ich nun diese Natur betrachte, umfasst sie wirklich das ganze Universum, und diese Brillanz durchdringt alles! Es gibt nichts, was verborgen bleibt: Sünde, Verdienste, Hölle und Himmel befinden sich direkt vor seinen Augen. Gibt es sie oder nicht? Über diese Frage kann man nur noch lachen. Man sollte das den *kilesas* um die Ohren hauen, denn wie sehr haben sie uns damit in die Irre geführt: Sünde, Verdienste, Hölle, Himmel existieren nicht! Wie viele Äonen von Jahren haben sie das vollkommen überdeckt? Wir können es einfach nicht sehen, das ist alles! Versteht ihr? Wie viele Äonen und Zeitalter hat dieses Ding alle Wesen mit ihrer Leichtgläubigkeit in Flammen gesetzt? Mit dieser blinden Dunkelheit, mit der die *kilesas* uns täuschen, um uns nicht sehen und wissen zu lassen!

Was kann schon heißer sein als die Feuer der Hölle? In der konventionellen Realität gibt es fünf Verbrechen, die einen ins tiefste Höllenfeuer stürzen: Vatermord, Muttermord, einen Arahant zu töten, den Erhabenen Buddha zu verletzen, ohne ihn zu töten und als fünftes eine Spaltung des Saṅgha anzustiften. Alle diese fünf Verbrechen führen einen ins tiefste Höllenfeuer. Verstehst du? Es ist hier klar erkennbar. Was soll ich dazu sagen? Warum fragen, wo Himmel und Hölle sind? Welcher Buddha auch immer, keiner hat gelogen, denn alle haben dasselbe klar erkannt und vollkommen dasselbe erzählt.

Nur wir sind extrem dumm. Ui, es ist wirklich wundersam. Was auch immer, es ist alles vollständig in diesem Herzen enthalten. Es ist alles kristallklar. Was soll man denn noch suchen, wenn alles vollständig hier im Herzen enthalten ist? Man hat schon alles

durchdrungen. Was gibt es da noch zu fragen, wenn man schon alles erkannt hat? Nun war es an der Zeit zu untersuchen, denn nach all dem war es dran, die Welt zu untersuchen. Oh weh! Wie schrecklich war die Geschichte meines Daseins in dieser Welt: Geboren zu werden, zu sterben, in der Hölle zu lodern, in die Brahmawelten aufzusteigen, nur um wieder in die Hölle zu fahren, als ob ich eine Treppe konstant auf und ab stiege! Aber dieses *citta* stirbt niemals! Verstehst du das? Dieses *citta* stirbt nicht, sondern nur das *kamma*, das darin begraben liegt. Gutes *kamma* lässt uns nach oben steigen, und sobald dies aufgebraucht ist, ziehen uns unsere Missetaten nach unten. Hoch in die Brahmawelten und dann runter in die Hölle, so wie man eine Treppe hoch und runter steigt. Versteht ihr das? Genau so! Wacht endlich auf, wenn ihr könnt!

Heute habe ich, für euch alle zu vernehmen, alles vollkommen aufgedeckt, sogar bis zu dem Punkt, wo mir, vor euren Augen, die Tränen übers Gesicht flossen. Ist dies nun verrückt oder gut? Denkt selbst darüber nach. Stellt eure Lauscher gut auf! Das Dhamma, das ich der Welt lehre, ist von dieser Art. Deswegen halte ich meinen Kopf dafür her, wenn ich sage: Mein *citta* ist weder wagemutig noch furchtsam, denn es steht vollkommen über solchen Dingen!

Nun, da ich damit zufrieden war, betrachtete ich die Welt, schaute mich selbst an, indem ich meine eigenen Existenzen untersuchte. Unfassbar! Würde ich die Leichname von mir alleine auf ganz Thailand verteilen, gäbe es keinen freien Fleck mehr. Nur ich alleine! Ist die Zeit meiner Existenzen nun lange oder nicht? Als ich mich darauf konzentrieren konnte, erweiterte ich meine Untersuchung auf überall hin. Oh weh! Es war unmöglich meine vergangenen Existenzen zu zählen. Versucht nicht, sie zu zählen. Lasst es, sie sind unzählbar! Schaut her, jede Leiche, jede Instanz als welche das *citta* geboren wird, jedes *citta* einer Person oder eines Tieres gleichen sich darin vollkommen. Keinem geht es hinsichtlich seiner Anzahl und Intensität besser. Schaut euch die Welt an, es ist unerträglich, sie zu betrachten. Blicke ich auf meine eigenen Existenzen zurück, ist das allein schon widerwärtig genug!

Oho! Obwohl ich schon so oft geboren worden bin, wollte ich trotzdem immer weiter geboren werden. Hätte das Dhamma nicht einen Schlussstrich gezogen, dann hätte ich immer so weitergemacht. Ich ging dann dazu über, die Welt zu untersuchen, und je länger ich sie betrachtete, desto unerträglicher wurde sie. Es war überall das Gleiche! Das ganze Universum teilte mit mir dasselbe Schicksal. Es gab niemanden, dem es besser erging. Du mein Schreck, wie sollte ich die Welt denn unterweisen? Ganz von alleine verlor ich den Mut. Welchen Zweck hätte es, das zu lehren. Wer könnte schon diese Art von Dhamma sehen und verstehen? Warum sollte ich mit dem Lehren meine Zeit vergeuden? Es wäre besser, mein Leben zu Ende zu leben, und dann einfach zu sterben. Seht, es ging bergab. Genauso wie der Erhabene Buddha verlor ich den Mut. Ich hatte keinen Ansporn, als ob ich ausgehöhlt worden wäre: „Zu leben und zu lehren macht überhaupt keinen Sinn, abzutreten ist besser." Ich bringe das nur zum Vergleich. Oh weh, oh weh! Dann verging es wieder. Dies entstand und verschwand, entstand und verschwand, und schließlich löste es sich ganz von selbst auf.

Als ich mir die Welt so ansah, war ich entmutigt. Ich sah die Menschen, die derart im Dunkeln sind, dass man ihr Leben nur noch als wertlos bezeichnen konnte. Alle diese Menschen, die derart in der Finsternis leben, dass sie keinen Wert haben, nennt der Erhabene Buddha *padaparama*. Versteht ihr? Als ich mich davon hocharbeitete, wurde die Qualität immer besser. Von der Stufe der *padaparama* aufwärts zur Gruppe der *neyya* und dann *vipacitaññu*. Für die Gruppe der *neyya* ist es möglich, Schritt für Schritt aufzusteigen. Ist man auf der Stufe der *neyya*, dann kann man sich gehen lassen oder anstrengen, hoch oder absteigen. *Neyya* kann man im Dhamma unterweisen. Sind sie achtlos, steigen sie ab, doch wenn sie ernsthaft sind in ihrem Bemühen, dann können sie sich hocharbeiten. *Neyya* können beides, entweder hoch oder absteigen. Die dritte Gruppe, *vipacitaññu*, steigt nur hoch. Ihr Wortschatz enthält nur aufsteigen, absteigen existiert da nicht mehr. Aber sie kommen langsamer voran als die Gruppe der *ugghaṭitaññū*. *Ugghaṭitaññū* warten nur darauf durchzubrechen. Vergleiche ich sie mit Rindern, dann warten diese

am Stallgatter nur darauf, dass das Gatter geöffnet wird, um herauszustürmen. Das ist die Gruppe der *ugghaṭitaññū*, die mit einer schnellen Auffassungsgabe und schnellem Vorwärtskommen.

Als ich so untersuchte, stieß ich auf diese vier Gruppen, von denen ich gerade sprach, in die man alle Lebewesen aufteilen kann. Auch diese ausgezeichnete Gruppe der *ugghaṭitaññū* gibt es in diesem Überdruss hervorrufenden Gemenge. Sie gehört mit dazu. Diese Aufteilung fand ganz von alleine statt. *Ugghaṭitaññū* warten nur darauf durchzubrechen. *Vipacitaññu* sind langsamer, aber auch sie werden aus *saṁsāra* herausfinden. Die Gruppe der *neyya* befindet sich im ständigen Streit zwischen Matratze plus Kopfkissen und dem Gehmeditationspfad. Verstehst du das? Sie sind im ständigen Widerstreit zwischen Faulheit und Fleiß. Die Gruppe der *padaparama* bewohnt nur einen menschlichen Körper, sie kamen ohne einen Pfennig an. Das ist die Gruppe von lebendigen Leichen, die keinen Lebenszweck haben und nur da hinunterstürzen, wo sie herkamen. Sie haben keinerlei Verdienste und nicht die geringste Möglichkeit aufzusteigen, sondern sie können nur abstürzen. Schreibt euch das gut hinter die Ohren! Das, was ich euch alle lehre, ziehe ich direkt aus meinem Herzen, oder glaubt ihr, ich lüge euch an?

Der Erhabene Buddha bezeichnete das als die Abfalleimerkategorie. Es gibt vier Typen von Abfall in diesem Abfalleimer. Versteht ihr das? Der herausragendste Typ *ugghaṭitaññū* befindet sich in diesem Abfalleimer, ebenso der Typ *vipacitaññu*, der von geringerer Qualität ist, denn gibt es noch den Typ *neyya*. Der Rest des Abfalleimers ist angefüllt mit dem Typ *padaparama*. Diese Welt ist die Welt der konventionellen Realität, nichts anderes als die Welt des Abfalls. In diesem Abfallhaufen ist alles Gute wie Schlechte vollkommen durcheinander gemischt. Könnt ihr das verstehen? Der Abfalleimer ist aufgeteilt in vier Arten. Als ich ihn so untersuchte, fing der Abfall an sich zu trennen, und siehe, wieder einmal kam dieses Gefühl hoch: Als ob ich verzweifelt wäre, nur sterben wollte und niemanden in der Welt lehren wollte. Mit anderen Worten: Ich war einfach demotiviert.

Aber plötzlich entstand etwas, das mir Mut machte. Es entstand genau hier im *citta*: *„Wenn das Dhamma derart ausgezeichnet und vollkommen ist, dass es niemanden gäbe, der es verstehen könnte, bin ich dann jemand, der aus dem Himmel gefallen ist? Was für ein himmlisches Wesen bin ich, dass ich das verstehen kann? Was ist der Grund dafür? Aufgrund des Wortes „Grund“ konnte ich dann auch den Weg klar erkennen. Warum war es mir möglich zu verstehen? Es gab einen Weg zu gehen, und zwar genau den Weg, den der Erhabene Buddha uns gelehrt hatte: Almosen geben, die Tugendregeln einhalten und meditieren. Das genau ist der Weg, den ich gegangen bin.“* Versteht ihr das? Genau das brachte mich hierher, und einen anderen Weg gibt es nicht. Was war also der Grund, dass ich das wissen konnte? Nun verfolgte ich meinen Weg, den ich gegangen bin, zurück, denn genau dieser Weg hatte mich zur Erleuchtung gebracht. Tja, jetzt konnte ich es akzeptieren. Selbst wenn es nicht viele Menschen waren, die verstehen würden, war es möglich, und ich konnte es nicht mehr leugnen. Auch wenn es nicht viele Menschen gab, und wenn nicht viele es erreichen konnten. Jedenfalls machte mir das Mut, die zu unterweisen und zu lehren, die es wert waren. Danach begannen sich Mönche und Novizen in den Wäldern und Bergen, wo ich mich aufhielt, um mich zu versammeln.

Danach begann das, was ich lehrte, bekannt zu werden. Mit der Zeit verbreitete es sich immer mehr, bis es sich zum heutigen Tag – seht, wie es für euch ist – über die ganze Welt ausbreitete. In ganz Thailand und auch im Ausland kann man dem Dhamma von Luangta Mahā Bua[2] lauschen. Nicht wahr? Zum einen kommt es taufrisch aus meinem Mund: Das Dhamma der höchsten Stufe, das die Mönche lehrt. Danach von Tonbändern, von dort über Radio und dann sogar über das Internet. Im Moment breitet es sich überall in ganz Thailand aus. Luangta kann das Dhamma, das er lehrt, einhundert prozentig garantieren! Es weicht nicht im Geringsten von den Prinzipien der Wahrheit, die er erfahren und

2 Wenn Lehrmeister Mahā Bua von sich spricht, bezeichnet er sich als Großväterchen Mahā Bua.

gesehen hat, ab! Kapiert? Als der Erhabene Buddha die Welt lehrte, lehrte er exakt dasselbe. Da kann man nur *sādhu* (ausgezeichnet!) sagen. Selbst wenn ich im Vergleich zum Erhabenen Buddha nur eine kleine Maus bin, befindet sich die Bestätigung dessen, was ich lehre, hier in meinem Herzen. Nicht das Geringste, was ich weiß oder erkenne, widerspricht dem Erhabenen Buddha! Ich akzeptiere vollständig alles von ihm. Deshalb kann ich auch von ganzem Herzen das Dhamma des Erhabenen Buddha, entsprechend den Prinzipien der Wahrheit, die ich vollkommen akzeptiert habe, lehren. Habt ihr das begriffen? Schaut her, nachdem ich *avijjā* zerstört habe, fing ich an die Menschen zu lehren, und danach verbreitete sich dieses Dhamma bis zum heutigen Tag, wo ich ganz Thailand unterweise.

Deswegen trete ich, ausgedrückt mit weltlichen Worten, auf wie ein furchtloser Held. Aber in der Natur des Dhamma existieren die Worte von furchtlos, ängstlich, möglich, unmöglich, verlieren oder gewinnen nicht. Ich lehre aus vollkommener Güte und Wohlwollen. Um es bildhaft auszudrücken: Wenn sich Hunde ineinander verbeißen, ergreife ich sie und trenne sie. Ich habe dann keinen Anteil am Verlieren oder Gewinnen, nicht wahr? Im Gegenteil, nur die Hunde sind daran interessiert. Da sie sich gebissen haben, tut es nur den Hunden, die verletzt wurden, weh! Ich packe sie nur und bringe sie auseinander, so dass sie sich nicht mehr zanken. Das ist das Anliegen von Dhamma. Ich trenne nur diejenigen, die sich um Recht oder Unrecht bekämpfen, sprich diejenigen Gruppen, die sich in die Haare kriegen.

Genau deshalb spreche ich im Moment die Situation hier in unserem Land an. Da es keinen Grund gibt mich zurückzuhalten, verbreite ich Dhamma, um dem rechthaberischen Gezänk entgegen zu wirken. Zur Zeit kümmere ich mich wirklich viel um Weltliches. Im Moment gibt es niemanden außer Luangta Bua, der sich mehr engagiert. Denn ich versuche die Hunde, die sich im Augenblick zerfetzen, zu trennen. Damit meine ich die Mönchs- und Laien-Hunde, die sich im Moment ineinander verbeißen. Sie reißen und streiten sich gerade lärmend darum, wer besser ist, und ich bringe

ihnen Dhamma, um sie zu unterweisen. Das bezeichne ich als „die Hunde trennen“, damit sie sich nicht mehr weiter fetzen, sondern friedlich werden und sich zurückhalten. Es gibt Dhamma, also sollten wir uns an die Wahrheit, an das, was richtig ist, halten, und alles, was falsch ist, loslassen. Dann werden nicht nur unser Land und unsere Religion, sondern auch Mönche und Laien im ganzen Land wieder friedlich und kühl. Im Moment ist es unfriedlich und heiß, weil sich diese Hunde, gute wie schlechte, ankläffen und sich bekämpfen. Die buddhistische Bühne, mit anderen Worten die Herzen der Menschen, ist momentan ein großes Schlachtfeld. Sie droht auseinanderzubrechen, nur weil sich die Hunde auf dieser buddhistischen Bühne, die nichts anderes als das Herz der Buddhisten Thailands ist, zerfetzen.

Deswegen bitte ich euch von Herzen, aufzuhören und euch zu trennen, denn dieses Streiten ist weder dem Verlierer noch dem Sieger von Nutzen, denn beide Seiten leiden unter den Wunden. Keiner von beiden ist besser. Also trennt euch, akzeptiert Ursache und Wirkung und lasst euch nicht gehen! Dann wird unser Thai Buddhismus wieder zu seinem alten Status zurückkehren – und ein kühler friedlicher Schutzschirm sein. Dann wird kein Schaden zugefügt und nichts wird ruiniert werden. Diejenigen, die damit prahlen, dass sie sich um des Sieges willen streiten, gehören alle schon der Gruppe der zerschlagenen Verlierer an. Es gibt keinen, der besser ist. Sich zu streiten und zu bekämpfen ist schlecht. Beide, Gewinner und Verlierer, werden verwundet. Genauso wie zwei Boxer sich Hiebe versetzen. Derjenige, der prahlt, bildet sich nur ein, dass er besser ist. Streit ist keine gute Sache, sie endet immer für beide mit brennenden Schmerzen! Leute, die über Wissen oder über Ansichten streiten, die streiten, um herauszuragen oder bekannt zu sein, und dabei rücksichtslos Vernunft außer Acht zu lassen, die bezeichne ich als Hunde, die sich fetzen. Und sie werden wirklich unseren ganzen Thai Staat zu Fall bringen und in ein Schlachtfeld von sich ineinander verbeißenden Hunden verwandeln.

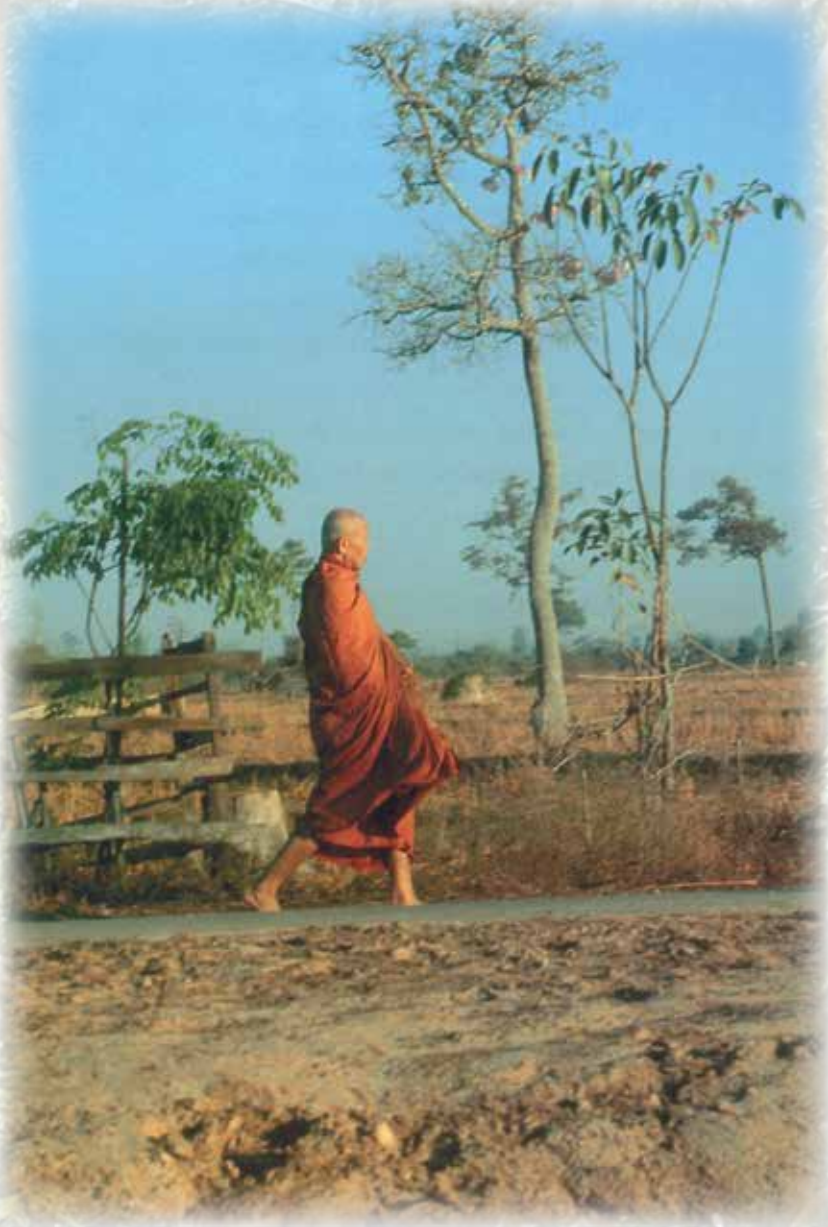
Ich möchte, dass alle meine Landsleute, auf welcher Seite auch immer, sich das zu Herzen nehmen und darüber nachdenken. Ich bringe euch dieses Dhamma, das aus meinen strömenden Tränen herrührt, mit Aufrichtigkeit ganz frisch gebacken, damit ihr, meine thailändischen Brüder und Schwestern, es hören können. Gelingt mir es euch zu trennen, wird auch nichts Schlimmes passieren. Der Verlierer würde um des Guten willen aufgeben und der Sieger, um im Jargon der Welt zu sprechen, würde um des Guten willen siegen, und beide würden in gutem Einvernehmen stehen. Bei denjenigen, die ohne nachzugeben miteinander im Streit liegen, wird es weder Sieger noch Verlierer geben. Es wird auf beiden Seiten nur Blut fließen. Ist das zum Ansehen? Denkt darüber nach! Ich selbst möchte so etwas nicht sehen. Unser Thailand ist ein buddhistisches Land. Ich möchte nicht davon hören, dass die Buddhisten, unter denen so viele Mönche sind und die so viele Klöster haben, sich wie die Hunde derart fetzen, dass das Blut sich über ganz Thailand ergießt. Deshalb bitte ich euch den Streit zu beenden. Wer recht und wer unrecht hat, wer eine gute Person oder eine schlechte ist, werden die Hölle, der Himmel, die Brahmawelten und *nibbāna* entscheiden. Ihr, die ihr Fehler macht, glaubt nicht, dass ihr über der Hölle steht. Und gebt nicht mit eurer besonderen Gutheit an, die vom Dhamma des Erhabenen Buddhas abweicht. Denn Dhamma ist das Reich der himmlischen Gefilde und *nibbāna*, das nur von guten Menschen angefüllt wird. Abzusteigen in die Arena eines Hundekampfes zieht nur Blutvergießen und unseren vollkommenen Ruin nach sich. Versteht ihr das etwa nicht? Schreibt euch das hinter die Ohren!

Dieser Vortrag ging heute bis zum Ende des Weges, zum allerhöchsten Dhamma. Ich habe nun schon seit 53 Jahren praktiziert und habe es heute euch allen zum Anfassen dargelegt. Versteht ihr das? Das ist die Art von Dhamma, die einzigartig, grenzenlos, frei fließend und mühelos ist. Dhamma fließt den Umständen entsprechend, heftig oder leicht, viel oder wenig, aber heute floss es mit aller Kraft heraus. Heute floss das Dhamma mit gewaltiger Kraft, so dass dem Luangta Bua, für die Zuhörer sichtbar, die Tränen herunter liefen. Das rührte von dem Wunder des erlebten Dhamma her. Und

das ist das Dhamma, das ich meinen Landsleuten lehre. Ich lehre kein Spielzeug Dhamma, sondern nur wahrhaftiges. Denn, wie ich euch schon sagte, setzte ich in meiner Dhamma Praxis mein Leben aufs Spiel. Meine Beharrlichkeit, Beharrlichkeit für das allerhöchste Dhamma, ist unvorstellbar. Niemand wird das glauben können, da eben niemand so praktiziert hat wie ich.

Da ich derartig praktizierte, erfuhr ich auch derartige Resultate. Das kam alles aufgrund der Macht meiner starken Anstrengungen und Bemühungen für die Grundlage des Dhamma und der Tugend. Je entschlossener ich war umso besser die Ergebnisse. Sollte ich dabei draufgehen, dann nur im Guten und nicht im Schlechten. Derart praktizierte ich! Nehmt euch das zu Herzen! So, das genügt für heute, auch bin ich erschöpft genug.

Ende



Haltet euch gut an sati fest!

Heute ist die *Kathina*-Zeremonie. Wir haben sie gerade eben beendet. Ich erlaube denjenigen von euch Mönchen, die sich in die Abgeschiedenheit zurückziehen möchten, sei es in den Wäldern, Bergen oder am Waldrand, um Ruhe durch ihre beharrliche Praxis zu finden, zu gehen. Aber nur dann, wenn dieser Mönch wahrlich entschlossen ist zu praktizieren, und nicht auf die Art eines schludrigen *kammaṭṭhāna*[1], denn Letzteres ist nutzlos. Auf die richtige Art von *kammaṭṭhāna* zu wandern, heißt sich an die innerlichen *kammaṭṭhāna*, das sind die 32 Teile des Körpers, zu halten. Das ist die Art der *kammaṭṭhāna* Wanderschaft. Beginnend mit *kesa*, *loma*, *nakhā*, *dantā*, *taco*[2] bis zu allen 32 Teilen des Körpers, das nennt man innerliches *kammaṭṭhāna*. Die äußerliche *kammaṭṭhāna* Wanderschaft bedeutet, dass man in Wäldern oder Bergen lebt, um dort die innerlichen *kammaṭṭhāna* bequem und ruhig untersuchen zu können, denn es gibt nichts, was uns dort stören könnte.

Die Dhamma Praxis für *magga*, *phala* und *nibbāna*[3] hängt von den Praktizierenden ab. Es hängt nicht vom Wetter, von Tag oder Nacht ab, es hängt nur von unserer Praxis ab. Hängen wir uns rein und praktizieren wir korrekt, dann, wo auch immer wir sind, folgen wir dem Erhabenen Buddha mit jedem Schritt nach. Haben wir kein *sati*[4], um unsere Ausdauer zu kontrollieren, dann weichen wir weit ab, und das bezeichnet man mit „wir haben uns dem Erhabenen Buddha entfremdet“. Derjenige, dessen *sati* auf seine Beharrlichkeit

---

1 *Kammatthāna*: Fundament der Praxis, Meditationsobjekt

2 Das sind die fünf Objekte der Untersuchung, die der Mönchsvater dem frisch ordinierten Mönch auf den Weg gibt: Kopfhaar, Körperhaar, Nägel, Zähne und Haut.

3 Der Pfadmoment, die Frucht davon und das *nibbāna*. Dies ist ein stehender Ausdruck für den Weg und die Verwirklichung von *nibbāna*.

4 *Sati*: Gewahrsamkeit

fixiert ist, ist jemand, der dem Erhabenen Buddha in jeder Weise folgt. Nehmt euch das zu Herzen!

Sati ist etwas, das wirklich wichtig ist. *Sati sabbattha patthiya*: Man muss unter allen Umständen *sati* haben wollen. Es gibt keine Ausnahme, dass *sati* nicht fest an uns gebunden ist. Das heißt, unsere Beharrlichkeit hängt von *sati* ab. Wenn wir äußerliche Dinge verrichten, sollten wir dabei gewahr sein. Haben wir *sati* ständig bei uns, dann werden uns egal bei welcher Arbeit kaum Fehler unterlaufen. Wann auch immer *sati* fehlt, unterlaufen uns innerlich wie äußerlich Fehler und wir können das Richtige, Gute und Heilsame nicht finden. Ihr solltet wirklich aufpassen, denn *sati* ist ausgesprochen wichtig. *Sati* ist die Garantie für uns, dass wir *magga*, *phala* und *nibbāna* verwirklichen können.

Sati... Ich habe meine Praxis angefangen, indem ich mich durchkämpfte. Ich versuchte *sati* zu etablieren, und dann verschwand es wieder. Das tat ich unaufhörlich, bis *sati* kontinuierlicher wurde. Nach und nach ging es dann ins automatische *sati paññā* über. Danach wurde es zu *mahā sati* und *mahā paññā*. Dies ist ohne Zweifel der Weg, den wir gehen müssen, um *magga, phala* und *nibbāna* erreichen zu können. All ihr Praktizierenden solltet *sati* ganz eng an eure Ausdauer heften. Tut nicht einfach Dinge, sei es innerlich oder äußerlich, dem Anschein nach, denn wenn euer *sati* nicht gut ist, wird eure äußerliche Arbeit unzuverlässig und fehlerhaft und ist nicht wirklich sorgfältig und genau. Habt ihr, während ihr eure äußerliche Arbeit verrichtet, *sati*, dann wird diese auch gut gelingen und nicht schief laufen. Wenn sich bei unserer inneren Arbeit *sati* und das *citta* gegenseitig festhalten und aneinander kleben, können wir nicht falsch gehen. Auf diese Weise etablieren wir Schritt für Schritt die Basis für ein kühles und friedvolles Herz. *Sati* spielt eine wichtige Rolle. Ohne Zweifel sind wir dazu in der Lage, *sati* zu etablieren. Ich bitte euch deshalb wirklich: Lasst uns *sati* haben!

Diejenigen, die *sati* haben, gründen eine Basis für ein kühles und friedvolles Herz. Sobald die Basis eines kühlen und friedvollen Herzens aufgebaut ist, wird es *samatha* Dhamma oder die Stille

des Herzens genannt. Von dort wird es zum felsenfesten *samādhi* des Herzens. Danach geht es weiter in Richtung von Weisheit. *Samādhi* und *paññā* beschreiten nun den Weg von Weisheit, indem sie die Gruppe des Körpers, den inneren und äußeren Friedhof, überdenken und untersuchen. Der äußere Friedhof ist der, auf dem Menschen sterben und wo die Leichen über den ganzen Platz verstreut liegen – verbrannt oder begraben. So wie wir es früher sehen konnten, doch heutzutage gibt es ein Krematorium. Geht und seht es euch dort an! Es gibt keine Friedhöfe mehr wie früher, als man die Leichen auf einem Scheiterhaufen außerhalb des Dorfes jenseits von Häusern verbrannte. Heutzutage werden diejenigen, die gestorben sind, in ein Krematorium, in ein Kloster oder woanders hin gekarrt und verbrannt. Heute befindet sich dieser Friedhof innerhalb eines Krematoriums, er liegt nicht mehr wie früher außerhalb. Heute ist das Krematorium der Friedhof, wo die Leichen verbrannt werden. Das ist der Friedhof, den ihr besuchen und betrachten sollt.

Geburt und Tod kommen im selben Paket. Wie sehr man sich auch wünscht nicht zu sterben, der Tod haftet schon an uns fest. Selbst wenn man nicht will, man wird trotzdem sterben. Wurde man geboren, dann muss man sterben, da dies eine Einheit ist. Aber sich selbst zu untersuchen, so dass das Herz eine Möglichkeit hat, sich von den verschiedenen Haufen von *dukkha* zu befreien, stellt den Weg des Dhamma dar. Habt *sati paññā* um euer Herz ununterbrochen zu untersuchen. Das wird zu beständiger Beharrlichkeit führen. Habt ihr kein *sati*, ist da auch keine Beharrlichkeit, denn sie wird unterbrochen. Sobald es an *sati* fehlt, fehlt es auch an Ausdauer. Wir sollten nicht glauben, dass wenn jemand nur auf und ab geht oder wie ein Baum in *samādhi* sitzt, jemand ist, der beharrlich ist. Habt ihr kein *sati*, dann könnt ihr ohne den geringsten Nutzen solange sitzen, bis ihr sterbt, oder solange Gehmeditation machen bis eure Beine brechen, und nichts wird sich verbessern. *Sati* zu besitzen, das ist wichtig!

Ist *sati* fest an unsere Beharrlichkeit geknüpft, dann seid ihr wo auch immer ihr euch aufhaltet, beständig beharrlich. Diese Art von

sati kann entwickelt werden. Es beginnt mit *samatha* Dhamma, der Stille des Herzens. Wir dürfen *sati* nur nicht loslassen. Ich habe das schon untersucht, da ich es selbst praktiziert habe. Aus diesem Grund kann ich euch lehren und euch mit Genauigkeit anleiten, und ihr könnt nicht falsch gehen. Entwickelt *sati* gründlich. Wenn ihr *sati* entwickelt, heißt das nicht, dass ihr dies inkorrekt oder schlampig tun dürft. Auf diese Weise ist es wertlos. Um *sati* zu entwickeln, müsst ihr wirklich unnachgiebig sein. In dem Moment, wo wir *sati* aufstellen, wird das Dhamma unser Herz beschützen und es Schritt für Schritt zu einem kühlen und friedfertigen Herzen machen. Wenn wir *sati* verlieren, drängen sofort die *kilesas* und *taṇhā* ins Herz und mischen sich ein, sie zerstören es, werden zu einer Ablenkung und zu einem Ärgernis und legen den Grundstein dafür, dass unsere Beharrlichkeit ihre Basis und ihre Prinzipien verliert. In dem Moment, wo *sati* fehlt, hat unsere Beharrlichkeit den Boden verloren.

Ohne *sati* ist Gehmeditation gerade einmal die Körperbewegung von Gehen, und Sitzmeditation ist gerade einmal die Körperhaltung von Sitzen ohne irgendwelchen Nutzen. Deshalb nennt man eine Person, die, während sie sitzt, steht, geht oder sich niederlegt, *sati* hat, jemanden, der sich beständig bemüht. Unsere Anstrengungen hängen von *sati* und von nichts anderem ab!

Haltet euch gut fest an *sati*! Solange *sati* nicht vom Herzen abwandert, heißt das beständig in jeder Körperhaltung beharrlich zu sein, egal ob wir stehen, gehen, sitzen oder liegen – mit Ausnahme während unseres Schlafes. Haben wir ununterbrochen *sati*, dann schaffen wir uns eine Basis in unserem Herzen, um nach und nach ein friedvolles, kühles Herz zu verwirklichen. Von da an wird unser *citta* fest und solide werden und ins *samādhi* eintreten. *Samādhi* ist dann fest und solide, und *samatha* ist der kühlende Frieden des Herzens. Von da an wird es zum felsenfesten *samādhi* unseres Herzens. Dann können wir dieses felsenfeste Herz für Untersuchung und Weisheit benutzen.

Wir können die *kilesas* nicht durch *samādhi* und ein stilles Herz entfernen. Sie werden durch *paññā*[5] entthront. *Samādhi* ist das Dhamma, das uns zufrieden macht, unser *citta* ist kühl, ruhig und giert nicht nach den verschiedenen Sinnesobjekten. So schaut ein zufriedenes *citta* aus. Nun ist das *citta* auch dazu bereit und leicht dazu zu bewegen, mit Hilfe von *paññā* den äußerlichen und inneren Körper ohne Widerstände bloßzulegen. Das *citta* macht die Arbeit, solange *sati* da ist, um es zu lenken. Das ist es, was der Erhabene Buddha gelehrt hat: Sobald das *citta* ruhig ist, sollten wir *paññā* dazu benutzen den Körper zu untersuchen. Der Erhabene Buddha wies die neu ordinierten Mönche an, *kesa*, *loma*, *nakhā*, *dantā*, *taco*[6] zu untersuchen. Zu Beginn lehrte er nur dieses. Danach werden wir alle 32 Teile unseres Körpers untersuchen, bis wir alles völlig ergründet haben. Es ist die Art von *kammaṭṭhāna*, mit *kesa*, *loma*, *nakhā*, *dantā*, *taco* anzufangen.

Danach gehen wir zu den 32 Teilen des Körpers über, wir untersuchen zum Beispiel Haare, Körperhaare, Nägel, Zähne, Fleisch, Sehnen, Knochen, Knochenmark und das Herz. Dann bewegen wir uns nach innen und untersuchen Leber, Niere, Darm und Magen. Wir beobachten alles – in uns, in anderen, in Tieren und Menschen – es wird uns nicht möglich sein, irgendwo Reinheit zu entdecken. Wir und die Tiere sind vollkommen unrein. Was auch immer in den Körper geht oder mit ihm in Berührung kommt, wird verseucht. Wenn wir ein frisch gewaschenes Kleidungsstück anziehen und es in Kontakt mit dem Körper kommt, wird es in wenigen Tagen schmutzig sein und unangenehm riechen. Dann müssen wir es sauber machen und auswaschen, da dieser Körper dreckig ist. Was auch immer in unseren Körper geht oder mit ihm in Berührung kommt, wird dementsprechend dreckig. Das ist eins unserer *kammaṭṭhāna* Objekte, die jeder von uns zu untersuchen hat.

Was dreckig ist, ist unser Körper! Dinge, die mit unserem Körper in Berührung kommen, sei es das Zimmer, Bett, Kissen, Moskitonetz,

---

5 *Paññā*: Weisheit, sie wird geboren aus der Erfahrung der Untersuchung.

6 Kopfhaar, Körperhaar, Nägel, Zähne und Haut

Kleidung oder andere Stoffstücke, sobald sie in Kontakt mit dem menschlichen Körper kommen, verwandeln sie sich in etwas Verschmutztes. Wir müssen es danach, weil unser Körper dreckig ist, unaufhörlich säubern, schrubben, waschen, baden und reinigen. Nehmt das als Objekt eurer Untersuchung. Welche Dinge auch immer es gibt, sie sind normalerweise sauber und nicht dreckig. Aber kaum kommen sie in Berührung mit dem menschlichen Körper, müssen wir wischen, waschen, schrubben und reinigen, um sie wieder sauber zu bekommen. So ist es und es kann auch nicht anders sein!

Es ist der Körper, der dreckig ist, doch wirkliche Unreinheit liegt innen, sie dringt durch die Haut nach außen. Dadurch wird die Haut schmutzig. Was auch immer mit der Haut in Berührung kommt, wird schmutzig. Sobald Kleider oder andere Bekleidungsstücke in Kontakt mit unserer Haut kommen, werden sie ebenfalls schmutzig. Das ist unsere Untersuchung, und ihr solltet genau das immer und immer wieder hin und her untersuchen. Ihr sollt den Körper so lange untersuchen, bis ihr geschickt, wendig und kühn werdet, dann wird es sich von selbst in Genauigkeit verwandeln. Denn zu Beginn wird dieser Körper die Basis unserer Untersuchung sein. Untersucht, indem ihr bei Kopfhaar, Körperhaar, Nägeln, Zähnen, Haut, Fleisch, Sehnen und Knochen anfangt. Dann geht weiter und betrachtet Leber, Nieren und Gedärme, bis ihr alles in Zusammenhang mit allen Aspekten dieses Körpers klar realisieren könnt. Erst dann wird man ihn loslassen. Sobald man diesen Körper vollständig losgelassen hat, wird entweder Gutherzigkeit oder Leere erscheinen. Das bezeichnet man dann als *nāma dhammās*[7].

Denkt nicht, dass wir diesen Körper für ewig untersuchen werden. Wir untersuchen ihn so lange, bis wir zufrieden sind. Sobald wir zufrieden sind, ist auch die Untersuchung des Körpers beendet. Danach geht sie zu den *nāma dhammās* über, wie *vedanā*, *saññā*, *sankhāra*, *viññāṇa*, und wir werden unsere Ideen oder Vorstellungen untersuchen. Sie entstehen im Herzen. Egal, ob gute oder schlechte Gedanken, sie werden alle im Herzen geboren. Habt ihr *sati*, dann

7 *Dhammās* hier bedeutet Objekte. *Nāma dhammās* sind die geistigen Objekte.

arbeitet mit dem Entstehen und Vergehen von *sankhāra*, unseren Gedanken und Vorstellungen. Sie entstehen und vergehen eine nach der anderen. *Sati*, das dort ist, kann das festhalten. Es ist ein sehr enger Punkt, an den man sich begibt, um nach Geburt und Tod von *sankhāra*, Gedanken und Vorstellungen, zu suchen. Aber davor müsst ihr erst die Körperuntersuchung zu Ende bringen. Sobald die Probleme mit dem Körper beendet sind, wird man ihn nicht mehr untersuchen, da man zufrieden gestellt ist. Sobald die Körperuntersuchung zufriedenstellend ist, ist man auch nicht mehr daran interessiert. Dann geht über zur Untersuchung der *nāma dhammās*. Versucht das zu verstehen.

Wir untersuchen bis zur Genüge den Körper. Sobald wir genug haben, sind wir auch nicht mehr bereit weiter zu untersuchen. Dann nennt man uns jemanden, der bis zur Genüge den Körper von jeder Seite unter jedem Aspekt untersucht hat und nun auf der Stufe des Anāgāmī angelangt ist. Selbst wenn es ihm niemand erzählt, weiß er das von sich aus. Durch seine vollständige Körperuntersuchung war er in der Lage *kāma rāga* (sexuelle Lust) abzutrennen. Da die Untersuchung gründlich durchgezogen wurde, fiel auch *kāma rāga* ab. Dies deshalb, da *kāma rāga* innerhalb unseres Körpers existiert und dieser das Gefäß für *kāma rāga* ist. Aus diesem Grund lehrte uns der Erhabene Buddha, den Körper so lange und so umfassend zu untersuchen, bis es genügt, und dementsprechend sind auch die Angelegenheiten von *kāma rāga* zur Genüge untersucht. Danach wenden wir uns der Untersuchung vom Entstehen und Vergehen zu.

Obwohl wir die Körperuntersuchung bis zur Genüge gemacht haben, müssen wir dennoch unsere Vorstellungen über den Körper reinigen. So nehmen wir die Vorstellungen, die wir von unserem Körper haben, und untersuchen diese wieder und wieder. Wir tun dies so lange, bis nichts mehr bezüglich der Vorstellungen über unseren Körper zu untersuchen ist. Das nannte der Erhabene Buddha Körperuntersuchung. Haben wir das zur Genüge getan, sind wir nicht mehr daran interessiert, aber trotzdem müssen wir noch den Körper als unser Werkzeug benutzen, um das Herz zu trainieren, damit es

geschickt im Umgang mit den *nāma dhammās* wird. Denn danach wenden wir uns den *nāma dhammās* zu. Zusammengebrautes entsteht, aber es besitzt nicht die Merkmale von *anicca*, *dukkha*, *anattā* oder *asubha*. Da sie, sobald sie hochgekocht wurden, unverzüglich wieder vergehen – eine Untersuchung davon hält nicht mit. Das bedeutet, dass die Untersuchung des Körpers wirklich beendet ist. Aber wir brauchen dennoch den Körper als ein Werkzeug, um das *citta* im Umgang mit den *nāma dhammās* zu trainieren. Hinterher müssen wir nur noch das Entstehen und Vergehen innerhalb des *citta* beobachten. *Sankhāra* kochen hoch, gute wie schlechte, und vergehen wieder. Wir untersuchen das innen drin, indem wir es vor und zurück verfolgen. Das wird in Stufen passieren. Auf diese Weise sollten wir untersuchen.

Am Anfang können wir den Körper noch nicht loslassen, denn wir brauchen ihn als Schleifstein für unsere Weisheit, oder nennt es das Instrument, um das Objekt unserer Untersuchung packen und festhalten zu können. Es ist wichtig, dass wir uns am Körper – *kesa*, *loma*, *nakhā*, *dantā* und *taco* – festhalten. Wir müssen uns beständig daran als unser Sinnesobjekt festhalten. Haben wir das ausreichend gemacht, gehen wir nach innen und lassen langsam von der physischen Form dieses Körpers los. Sobald irgendeine Vorstellung darüber entsteht, wird diese unverzüglich vergehen. Eine Untersuchung – ob es nun *subha* oder *asubha* ist – kann nicht standhalten, genauso wenig wie eine Untersuchung von *anicca*, *dukkha* oder *anattā*. Kaum entstanden vergeht es unverzüglich. Das heißt, das *citta* meisterte diese Stufe und erreichte *nāma dhammās* – das Mischgebräu des *citta*. Sobald das *citta* sie ausheckt, seien sie gut oder schlecht, verschwinden sie wieder. Das Gebräu entsteht im Herzen und vergeht im Herzen. *Avijjā* pattaya *sankhāra*. *Avijjā* bedingt das Entstehen von Formationen, das bedeutet: Gedanken werden zusammengebraut. Dieses Gebräu an Gedanken ist *samudaya* (Ursache von *dukkha*).

Trainieren wir dies die ganze Zeit, dann werden wir in die Richtung von *avijjā* rennen und es erreichen, denn *sankhāra* entspringen *avijjā*: Entstehen und Vergehen ausgehend von *avijjā*. Man praktiziert und

trainiert das, bis man darin geübt ist, und danach nähert man sich *avijjā* an. *Avijjā* ist das Nest der *sankhāra*. Da *avijjā samudaya* ist, sind die *sankhāra*, die von *avijjā* herausgestoßen werden, ebenfalls *samudaya*. Wenn die Untersuchung hartnäckig durchgeführt wird, erreicht man *avijjā* selbst. Sobald man *avijjā* erreicht hat, und man ist geübt genug, wird es von alleine verschwinden. *Sankhāra* entsteht und vergeht zur selben Zeit. Es entsteht im Herzen und fällt ins Herz zurück, da *avijjā* im Herzen sitzt. Wenn man dort gut vorbereitet angelangt, wird *avijjā* auch im Herzen verschwinden. Sobald *avijjā* einfach so verschwunden ist, werden alle *sankhāra*, die *samudaya* sind, ebenfalls vollständig verschwinden. Und was dann übrig bleibt, ist lediglich ein Ausdruck der reinen fünf *khandhas*!

Sobald das *citta* es erreicht hat, sind *rūpa*, *vedanā*, *saññā*, *sankhāra* und *viññāṇa* die unvermischten *khandhas*. Die fünf *khandhas* sind nun unvermischte *khandhas* und keine Angelegenheit der *kilesas* mehr. Es gleicht vollkommen dem, als ob *avijjā pattaya sankhāra* noch im Herzen wurzelt. Sobald wir *avijjā* erreicht und zerstört haben, werden die fünf *khandhas* zu gewöhnlichen *khandhas* oder unvermischten *khandas* wie die *khandhas* eines Arahants. Er hat immer noch Gedanken, Ideen und Vorstellungen. Er besitzt noch immer einen Körper und erfährt *dukkha* im Rahmen des physikalischen Körpers. Er wird darin immer noch angenehme, unangenehme und neutrale Gefühle erfahren. Er besitzt noch *saññā*, um sich zu erinnern und die Bedeutung zu erfassen, und er hat *sankhāra* für Gedanken und Vorstellungen. Aber alle diese sind dann nicht mehr *kilesas*, sondern reine *khandhas*! Sobald das *citta* die Stufe der Reinheit erreicht, werden die fünf *khandhas* zu unvermischten *khandhas* und in keiner Weise zu *kilesas* oder *taṇhā*. Sie existieren so, als ob *avijjā* noch da wäre. So lange *avijjā* noch existiert, ist, egal welches der *khandhas* auch immer sich ausdrückt, absolut alles *samudaya*. Sobald *avijjā* ausgelöscht ist, verwandeln sich alle *khandhas* in unvermischte *khandha*. Es gibt keine *kilesas* und *taṇhā* mehr und alles, was übrig bleibt, ist Reinheit. Vergesst das bitte nicht!

Die Untersuchung des Körpers ist wirklich derart wichtig. Sobald eure Körperuntersuchung an Geschicklichkeit verliert oder ihr er-

schöpft seid, ruht euch in der Stille von *samādhi* aus. Sobald sich das *citta* mit Hilfe von *samādhi* wieder aufgeladen hat, dann fahrt fort mit eurer Untersuchung des Körpers: *asubha*, *dukkha, anicca*, *anattā* – schaut euch das immer wieder an. Das ist die Art von Untersuchung eines wahren Praktizierenden. Ist man geübt, wird es von ganz alleine ins Herz gehen. Die Untersuchung wendet sich nach innen, und man wird erfahrener. Zum Schluss ist die Angelegenheit von *nāma rūpa,* der Vorstellung über den Körper, beendet, und die Untersuchung von *asubha* wird unmöglich. Das *citta* hat es überwunden. Sobald dies überwunden wurde, gibt es nur noch Entstehen und Vergehen. Das sind *anicca*, *anattā*, *dukkha* der *nāma dhammās* und nicht die des Körpers. Sobald ein Phänomen entsteht, klappt es zusammen und vergeht im selben Moment. Das wird sich ständig fortsetzen. Nun gehen wir ins Innere des *citta*. Sobald Gedanken oder Vorstellungen auftauchen, entstehen diese aus dem *citta* und fallen wieder ins *citta* zurück. Mit *sati paññā* trainieren wir es auf diese Weise ununterbrochen. Später wird sich aus dem Entstehen und Vergehen von *sankhāra* zeigen, dass *saññā*, das ebenfalls im Herzen existiert, sich dorthin zurückzieht. Zum Schluss wird *avijjā*, das im Herzen wohnt, vollkommen ausgelöscht werden, und die Arbeit wird beendet sein. Dann werden diese *khandhas* zu unvermischten *khandhas*, und das *citta* ist rein. Das ist die Art der Untersuchung, wenn man diese Stufe erreicht hat.

Am Anfang ist unsere Untersuchung des Körpers und das *parikamma* wichtig. Welches *parikamma* auch immer ihr auswählt, das wird eure Aufgabe für den Anfang. Meditiert so, dass euer *citta*, indem ihr bei eurem *parikamma* bleibt, ruhig wird. Danach wendet euch dem Körper zu. Kontempliert euren Körper: *kesa*, *loma*, *nakhā*, *dantā*, *taco*, äußerlich und innerlich. Übt die Kontemplation so lange, bis ihr darin geübt seid, derart, dass das *citta* den Körper loslässt, und ihr euch nach innen wendet. Ihr solltet euch das merken!

Die Kontemplation des Körpers ist nun vorüber, es wird ihn nur noch innerhalb der geistigen Objekte, die mit dem *citta* verstrickt sind, geben. Die *nāma dhammās*, die mit dem *citta* verstrickt sind,

entstehen und vergehen im *citta*. Beobachtet dies ausnahmslos so lange, bis ihr *avijjā* erreicht. Dieses *avijjā* zwingt ständig dieses Gebräu von *sankhāra* heraus. Diese *sankhāra* sind *samudaya*. Sobald wir Entstehen und Vergehen mit *sati* untersuchen, genauer gesagt das Entstehen und Vergehen der *sankhāra* mit *sati* derart untersuchen, bis wir geschickt genug sind, geht es nach innen. Zum Schluss sehen wir nur diese Blitze herauskommen und wieder im *citta* verschwinden.

Das Praktizieren des Entstehens und Vergehens dieser *sankhāra* dient dem Zweck, den Machthaber zu erreichen, das *citta*. *Avijjā* sitzt im *citta*. Sobald unsere Untersuchung dieses hart trainiert, zerreißt *avijjā*, das im Herz residiert, und löst sich auf. Danach gibt es nur noch dieses reine *citta*. Sobald das *citta* rein ist, werden, welche Gedanken oder Vorstellungen auch immer entstehen, diese uns nicht mehr schaden, da sie nicht mehr wie früher *kilesas* sind und somit auch nicht mehr *samudaya*, und so verändern sich die *khandhas* in etwas Reines. Seht, so ist ein Arahant eine reine Person, die nach wie vor *khandhas* hat.

Der Arahant besitzt noch einen Körper, und es entstehen in seinem Körper immer noch *vedanā*, ob angenehm, unangenehm oder neutral. Er besitzt ebenfalls noch *saññā*, um sich zu erinnern oder die Bedeutung der Dinge zu erkennen, *sankhāra*, um zu denken und um Vorstellungen zu erzeugen, und *viññāṇa*, um sich der Sinne und ihrer Bedeutung bewusst zu sein, aber er haftet nicht daran an. Sie entstehen und sofort vergehen sie wieder. Ohne dass er dazu eine Absicht braucht, er lässt sie los. Was auch immer entsteht vergeht, und es vergeht im selben Moment, in dem es entsteht, da es niemanden gibt, der sich daran festhält. So ist das, wenn man die Stufe der Reinheit erreicht hat. Man benutzt diese *khandhas*, bis man ins *nibbāna* eingeht. Diese *khandhas* werden aus Mitgefühl für weltliche Arbeit benutzt. Sie werden nicht mehr wie vorher benutzt, um *kilesas* zu korrigieren, da das Herz lupenrein ist. Und man muss sie auch nicht mehr benutzen, da das Herz vollkommen rein ist.

Man benutzt sie dann nur für äußere Dinge. Strengt euch wirklich in eurer Praxis an!

Was ich euch gerade gesagt habe, war eine gekürzte Fassung. Ich bin nicht in die Details gegangen, so wie ich praktiziert habe. Meine Praxis war, als ob ich alles zu einem Hackfleisch-Salat zerstoßen hätte. Gehämmert und wieder gehämmert, bis es zu kleinen Stücken auf dem Hackklotz zerstoßen war. Sobald es wie zerstoßen auf einem Hackblock lag, habe ich es mit *asubha*, *dukkha*, *anicca* und *anattā* untersucht. So als ob ich die *kilesas* zu einem Hackfleisch-Salat zerstoßen hätte. Das habe ich so lange getan, bis sie wirklich zu Stücken zermalmt waren. War das genug, breitete ich die Stücke aus. Waren einzelne Stücke noch nicht genug zerhauen, dann drehte ich sie immer wieder so lange um, bis ich die Stufe erreichte, wo das Herumdrehen aufhörte und ich das Herz erreichte. Sobald ich das Herz erreichte, erlangte das Herz ganz plötzlich die Reinheit, und damit waren auch wirklich alle Probleme zu Ende. Haltet das gut in Erinnerung! Ich habe euch alle gerade die Zusammenfassung davon hören lassen. Vor allem der ernsthafte *kammaṭṭhāna* Praktizierende sollte sich das zu Herzen nehmen!

Sati ist bedeutsam, so lasst es niemals fehlen. Lasst ihr ab von *sati*, könnt ihr kein Fundament bauen und ihr werdet keine Basis errichten. Wer auch immer gutes *sati* hat, der beherrscht die Dinge sicher und kann eine Basis für ein kühles und friedliches Herz schaffen. Wo auch immer ihr seid, seid nicht geistesabwesend, sei es beim Gehen, Sitzen, Stehen oder Niederlegen mit der einzigen Ausnahme des Schlafens! Wo auch immer ihr seid, *sati* muss fest anhaften. Wer das tut ist jemand, der sich zu Beginn ein Fundament der Stille erschaffen kann. Danach wird sein *citta* ein unerschütterliches *samādhi* erreichen, und dann ist er in der Lage, den Weg von *paññā* zu gehen. Nicht von *sati* abzulassen ist wichtig, ihr dürft es nicht loslassen! *Sati* muss unaufhörlich eine wesentliche Basis sein, bis ihr die Stufe von *mahā sati* und *mahā paññā* erreicht. Habt ihr diese Stufe erreicht, dann werden die *kilesas,* wo auch immer sie sind, vollkommen zusammenstürzen. Ab der Stufe des automatischen

sati paññā brechen die *kilesas* ohne Unterlass zusammen bis hin zur Stufe von *mahā sati* und *mahā paññā*. Da stürzen die *kilesas* hervor wie ein Blitzschlag und sind ebenso schnell wieder verschwunden. Das ist die Schnelligkeit von dieser Art von *sati paññā*. Folglich werden die *kilesas* vernichtet, bis nichts mehr im Herzen übrig ist. Das *citta* eines Arahants hat sich auf diese Weise entwickelt. Ein jeder von euch sollte sich das ins Herz schreiben!

Wir sollten das Dhamma ernsthaft und nicht unbekümmert praktizieren. Was auch immer ihr tut, tut es ernsthaft. Macht es nicht nur, wenn ihr Lust und Laune habt, oder ziellos, denn das ist nutzlos. Was auch immer ihr angreift, haltet es so lange fest, bis ihr Ursache und Wirkung seht. Ergreift ihr etwas, so sucht Ursache und Wirkung. Haltet es so lange fest, bis Ursache und Wirkung sich zu erkennen geben. Sollte etwas losgelassen werden, dann lasst es mit letzterer Untersuchung los. Ist es genug, und habt ihr es verstanden, dann lasst es los. Ist es noch nicht verstanden, dann haltet es fest, heftet euch an und untersucht es ohne Unterbrechung, bis es genug ist. Dann wird es von alleine losgelassen werden. Was auch immer ihr macht, macht das nicht halbherzig, denn das ist weder gut noch korrekt. Was ihr auch tut, tut es ernsthaft!

Mein Charakter ist derart ernsthaft, ich habe das meinen Freunden von Anfang an und immer wieder erzählt. Ich war jemand Ernsthaftes, schon als Laie war ich so. Es ist ein Charakterzug, mit dem ich geboren wurde. Hatte ich mich entschlossen etwas zu tun, dann tat ich es auch wirklich. Falls nicht, dann habe ich es erst gar nicht angefangen. Entschloss ich mich etwas zu Ende zu bringen, dann war es für mich, als ob ich an dem Tag nicht schlafen könnte. Würde ich es nicht zu Ende bringen, könnte ich nicht schlafen, als ob es mir nicht möglich wäre zu schlafen, da ich mir mein Versprechen so sehr zu Herzen genommen hatte. Derart ernsthaft ist mein Herz. Dasselbe galt für meine Beharrlichkeit. Ich war todernst. Ich bin bei allem sehr ernsthaft.

Wir können unser *citta* aufgrund von *sati* entwickeln. Ein jeder von euch sollte sich das gut merken, dass *sati* derart wichtig ist. Mein

citta entwickelte sich und danach verschlechterte es sich. Ich habe euch, meinen Freunden, schon davon erzählt. Als ich von Khorat kam, war mein *citta* wirklich entwickelt, und mein *samādhi* war stabil. Als ich dann hier nach Baan Taad kam und begann meinen großen Schirm (*klod*) zu reparieren... passierte es. Ich war noch nicht ganz fertig, es war mir nur noch manchmal möglich, ins *samādhi* einzutauchen und manchmal eben nicht. Oh je! Das war gar nicht gut. So ging ich eilig weg, aber sobald ich fort war, verschlechterte sich mein *citta*. Meine Anstrengungen waren nutzlos, denn es verharrte für ein Jahr und fünf Monate in diesem Zustand. Was war der Grund, warum sich das *citta* verbesserte und dann verschlechterte? Der Grund dafür war mangelndes *sati*. Ich konzentrierte das *citta* nur, ohne *sati* zu haben. Man muss ein *parikamma* Objekt haben, so dass sich *sati* fest daran anhaften kann. Das war es! Ich beschloss, dass ich es ab da so machen würde. Ich etablierte mein *parikamma* und hielt *sati* fest daran geklammert. Ich war nicht willens *sati* davon abweichen zu lassen. Schließlich war es mir möglich, *sati* endlich zu etablieren. Es wurde friedlich und ich konnte mich daran festhalten und ließ *sati* nicht los. Nun war es mir möglich eine Basis zu errichten.

Aus dieser Erfahrung heraus ist es mir möglich darüber zu sprechen, so dass es meine Freunde hören können. Ihr wisst, dass *sati* wichtig ist. Verlieren wir *sati*, wird unsere Beharrlichkeit unterbrochen und es ist nicht möglich für sie, solide zu werden. Hält *sati* fest und haftet es beständig an, dann wird Frieden in uns fest verankert sein. Von da an treten wir in ein felsenfestes *samādhi* ein und dann gehen wir den Weg von *paññā*. *Sati* und *paññā* werden dann allmählich zusammen entwickelt. *Paññā* wird zwar ein bisschen später entstehen, wird dann aber mit *sati* einträchtig Hand in Hand arbeiten. Ihr dürft *sati* nur nicht loslassen. Es muss sich ständig herumdrehen. Deshalb ist *sati* von äußerster Wichtigkeit. Erinnert euch die Untersuchung betreffend an das, was ich euch heute beigebracht habe. Ich bin diesen Weg schon vor euch gegangen und kann euch deswegen mit absoluter Genauigkeit und ohne Zweifel lehren. Ich bin den Weg wirklich schon gegangen.

Ihr könnt das selbst ausprobieren. Ich habe es wegen der Entwicklung und Verschlechterung meines *citta* mit all meiner Kraft und all meinen Fähigkeiten selbst geprüft. Das war für mich ein ungeheures Problem, das ich untersuchen musste, deswegen musste ich zu *buddho* zurückkehren und *buddho* neu aufstellen. Als ich *buddho* aufstellte, war *sati* an mein *parikamma* angeheftet, und ich würde es nicht loslassen. Von dem Moment an, wenn ich meine Augen öffnete, bis dass ich mich zum Schlafen niederlegte, erlaubte ich *sati* nicht vom *buddho* abzuweichen. So zog ich das durch und ich benötigte gerade mal ganze drei Tage, bis mein *citta* ruhiger wurde. Sobald es stiller wurde, war *sati* immer fest angeheftet. Das *citta* wurde dann ebenfalls allmählich stabiler und fester. Das war nur mit Hilfe von *sati* möglich. Ich entwickelte mich, bis ich die Stufe von *paññā* erreichte. Ihr dürft einfach nicht von *sati* ablassen. Ein jeder von euch soll sich das zu Herzen nehmen!

Heute will ich nur so viel dazu sagen. Würde ich mehr sprechen, dann würde mich das erschöpfen. Denn heute war ich den ganzen Tag beschäftigt und konnte mich nicht ausruhen. Es war ein langer und ermüdender Tag. Deshalb wünsche ich euch Praktizierenden gutes Gelingen.

Evaṁ

Kammaṭṭhāna sind ebenfalls kilesas

Morgen werden die Mönche von Wat Pa Nanachat hier im inneren Sālā essen. Es werden viele sein. Alle anderen Mönche hier im Kloster werden draußen im großen Sālā essen. Die westlichen Mönche von Wat Pa Nanachat werden hier essen. Ich bitte euch also, euch um sie zu kümmern. Morgen werden viele Menschen kommen.

Die westlichen Mönche kommen vielleicht schon heute Abend. In Wat Pa Nanachat leben viele Mönche. Sie sind alle Schüler von Acharn Chah. Ich habe Wat Pa Nanachat zwei- oder dreimal besucht, da Mönche aus der Provinz Ubon mich zu sich eingeladen haben und mich gebeten haben Wat Pa Nanachat zu besuchen. Ich kann mich nicht erinnern, ob ich noch woanders hinging. Das Einzige, woran ich mich erinnere, ist, dass Wat Pa Nanachat ein sehr gut geeigneter Platz für die Praxis ist – es gibt dort einen schönen und für die Meditation idealen Wald.

Von heute Abend an werden viele Menschen kommen. Morgen ist der 27. Dann wird es wirklich voll. Am 27. und 28. werden viele Menschen hier sein.

Ich lasse sie entscheiden, wann sie den Leichnam zur Verbrennungsstätte transportieren wollen. Sobald sie sich darüber einig sind, werden sie es uns wissen lassen. Acharn Paññā hat sein *citta* in jeder Hinsicht gut trainiert. Als er von dannen ging, ging er einfach, mühelos und schnell. Als es an der Zeit war, war er friedvoll und ging einfach von dannen. So etwas geschieht, wenn das *citta* gut trainiert ist. Das ist wichtig.

Ist das *citta* untrainiert, ach! Dann stöhnt es, windet sich, wirft sich herum und fällt vom Bett. Sie fallen aus dem Bett, da sie kein *sati* haben. Das passiert, wenn ihr kein *sati* habt, um euer Herz zu beaufsichtigen und zu kontrollieren. Besitzt man in allen Situationen gutes *sati*, dann überwacht *sati* das Herz, und man lebt ganz unkompliziert und genauso stirbt man.

Das *citta*..., lasst mich einen Vergleich ziehen: Hat es kein *sati*, das es leitet, verhält es sich wie ein Verrückter, der sitzt oder irgendetwas tut, während er sich auf einer beampelten Kreuzung befindet. Was auch immer er macht, er fühlt sich wohl – alles ist ihm egal. Aber die Autos fahren natürlich über die Kreuzung und einige werden einen Unfall bauen, da sie versuchen werden, ihm auszuweichen. Ich habe das bei einem Dhammabesuch, zu dem ich in einem Auto fuhr, selbst an einer Kreuzung erlebt und es mit eigenen Augen gesehen. Ach, so ist das also!

Haben wir kein *sati*, dann sieht das genauso aus: Die Autos fahren über die Kreuzung und diese eine verrückte Person steht in der Mitte der Kreuzung und tut dieses und jenes. Kübel liegen verstreut herum und seine Kleidung ist zerrissen. Er legt das eine hierhin und das andere dorthin – vollkommen unbekümmert. Er achtet auf überhaupt nichts.

Genauso war es auf dieser Kreuzung, die ich damals überquerte: Da stand eine Person und achtete nicht darauf, dass da Autos kamen – oho – es war ein großes Durcheinander. Wir kamen gerade zur rechten Zeit an, um es mitzuerleben, und dann fiel bei mir der Groschen.

Ja, wenn man kein *sati* besitzt, dann ist man nur am Verlieren, und was auch immer einem passiert, hat keinerlei Bedeutung. Es ist *sati*, das leitet, aber diese Art von *sati* ist konventionell. *Sati paññā*, angefangen von der gewöhnlichen Ebene bis hin zur Ebene von großem *sati paññā*. Alle gehören sie zur konventionellen Realität und sind nichts anderes als ein Werkzeug, um das *citta* zu reinigen. Sie gehören nicht der ‚reinen Natur' an. Sie sind Werkzeuge, um das Herz zu überwachen, zu beschützen und es zu ermutigen.

Darum sage ich immer, dass ihr *sati* braucht. Was auch immer ihr tut, benutzt *sati paññā* zur Überwachung. Ich konnte dies klar erkennen. Also von der Stufe des automatischen *sati paññā* an wird es beständig von alleine arbeiten, um die *kilesas* zu vernichten.

Das Herz ist das Zuhause der *kilesas*, die automatisch die Herzen aller Kreaturen bearbeiten. Dort denken sie und erfinden alle möglichen Geschichten. Es sind die *kilesas*, die uns dazu anstiften. Sie leiten uns auf jede mögliche Art. Die *kilesas* zwingen das Herz zu agieren. Ständig über dies oder jenes nachzudenken. Sie verhalten sich in jeder Kreatur gleich. Das meine ich damit, wenn ich sage, dass die *kilesas* automatisch die Herzen aller Kreaturen bearbeiten. Ich habe niemals darüber nachgedacht. Aber als ich dann auf jener Kreuzung ankam, verstand ich es sofort.

Es fing damit an, dass ich mich bemühte zu praktizieren, das *citta* und *sati* zu trainieren. *Sati* ist wirklich wichtig. Also praktizierte und praktizierte ich. Allmählich wurde mein *sati* besser. Dadurch, dass ich mich um mein *citta* kümmerte, wurde es stetig besser, und somit ging das Herz nach und nach schädlichen Emotionen aus dem Weg und war so vor ihnen sicher, da sich Schritt für Schritt die *kilesas* verabschiedeten.

Schaut, sobald man die Bühne erklimmt, kann man das klar erkennen. Beständig wusch und reinigte ich mein *citta*, so lange, bis ich das Riesen Gewitter erreichte. Dies war der entscheidende Punkt zwischen Leben und Tod. Jeder von euch spitzt nun die Lauscher, davon habt ihr nämlich noch nie gehört!

Es war der Krieg mit *kāma kilesa* und sinnlicher Begierde. Es ist dieses *kilesa*, das ständig die Schlachten führt. Der Kaiser *avijjā* bleibt im Palast. Dieses *kāma kilesa* und sexuelle Begierde sind die Kampffront, und die sind wirklich ungeheuerlich. Dann, wenn die Armee von Dhamma in die Schlacht zieht, wird einem die Ursache von Kriegen in der Welt wirklich sehr klar. Dieses *kilesa* ist das erste, das das Schwert zieht. Sexuelle Gier ist das hervorstechendste *kilesa* in unserem Herz und knetet unser Herz. Es kämpft beständig an der Front. Der Kaiser *avijjā* verweilt im Palast. Aber dieses eine führt alle Schlachten.

Es fing an mit meinem Bemühen dabeizubleiben, mich voll hineinzuwerfen, bis ich geübt wurde. Was auch immer ich betrachtete,

seien es Menschen oder Tiere, es war immer dasselbe. Ich praktizierte *asubha*[1], bis ich zum Meister darin wurde, und *sati paññā* wirbelte herum, um *kāma kilesa* vollkommen zu vernichten. *Paññā* hat die Macht, auf das *kāma kilesa* einzuschlagen, so dass es sich reduziert. Nun hört gut zu!

Das fand auf der Bühne des Herzens inmitten einer Schlacht zwischen Dhamma und *kilesas* statt, ein jeder versuchte Herr über das Herz – die Schönheitskönigin – zu werden. Hat das Dhamma Kraft, dann kommt es heraus um anzugreifen. Es kann nun ununterbrochen auf *kāma kilesa* einhämmern, weil es immer geschickter wird bis...

Dies ist auch in den Schriften des Erhabenen Buddha zu finden. Deshalb kann man sich auch darauf beziehen, weil darin derselbe Weg beschrieben wird. Dadurch weiß man, wie man vorzugehen hat. Es gibt nur ein wahres Dhamma, und es ist nicht möglich, diesem zu widersprechen. Dieser Mönch, von dem in den Schriften die Rede ist, machte Gehmeditation im Wald. Er war sehr geschickt auf dem gerade besprochenen Gebiet und kurz davor, darin Meisterschaft zu erlangen. Was und wen er auch betrachtete, er sah nur Skelette. Er war geschickt, alles in Skelette zu verwandeln. Wenn er etwas ansah, dann waren es Skelette. Welches Talent auch immer in einem steckt, das wird als Erstes erscheinen. Er machte also Gehmeditation und sah eine Frau vorbeikommen. Sie hatte gerade einen Streit mit ihrem Mann gehabt, war von zu Hause weggerannt und lief an ihm vorbei. Er war also mit seiner Gehmeditation beschäftigt und bemerkte, wie sie vorbei kam. Er war vollkommen in Dhamma vertieft und seine Untersuchung war vollständig Dhamma. Nicht lange danach, sah er den Mann, der sie suchte. Dieser fragte den Mönch, ob er eine Frau vorbeikommen gesehen hat?

Der Mönch antwortete geradeheraus: „Nein, leider nicht. Ich habe nur ein Skelett vorbeikommen sehen.“ Oho! Das steht wirklich so in den Schriften!

---

1 Betrachtung der Unschönheit und des Abstoßenden des Körpers

Er war ein Meister seines Faches. Was auch immer er betrachtete, verwandelte sich in ein Skelett. Nun, so war es! Die Frau kam vorbei, der Mann folgte ihr, der Mönch wurde gefragt, ob er eine Frau habe vorbeikommen sehen, und darauf antwortete er: „Nein habe ich nicht, ich sah nur ein Skelett in diese Richtung gehen." So steht es in den Schriften!

Er war darin sehr talentiert, und das ist vergleichbar mit dem, worüber ich gerade sprach. Was auch immer man sieht, verwandelt sich in das Eine. Das ist *paññā* auf der Meisterebene. Wenn *paññā* sich mit aller Kraft auf *asubha* stürzt, während alles, was die Welt in Schach hält, sich hier im *citta* befindet, geht es hinaus und malt Bilder auf Dhammaart, um die *kilesas* kaputt zu kriegen. Zuvor malten die *kilesas* die Bilder, um das Dhamma abzutöten – was auch immer sie sahen war schön. Mögen und Nichtmögen ist schädlich. Durch die Macht der *kilesas* sind sie alle schädlich: Alle unsere Vorlieben, Abneigungen, all unser Hass und Ärger sind nichts anderes als die Angelegenheiten der *kilesas* – deren Urfunktion. Wenn das Dhamma nun zuschlägt, werden sie alle ohne Unterlass zu Dhamma, bis *paññā* darin zum Meister wird. Was auch immer man betrachtet, es wird in ein und dasselbe verwandelt. Das ist die Natur von *sati paññā* auf dieser Ebene.

Diese Stufe von *sati paññā* wird noch nicht als automatisch bezeichnet. Noch nicht. Es ist der Kampf auf der Bühne des Herzens und die Stufe von Verwirrung, chaotisch sich wild hin und herdrehend. Absolut alles *asubha* in der Welt vereinigt sich hier. Nun kommt das Dhamma und malt die Bilder. Zuvor waren es *subha*, attraktive, schöne und angenehme Dinge. Alle unsere Vorlieben und Abneigungen. Jede von ihnen unrein. Denn das ist die Arbeit der *kilesas*. Nun, wenn das Dhamma an die Arbeit geht und dies alles reinigt, verwandelt es alles, was auch immer, in *asubha*. Was auch immer wir in der Welt betrachten wird *asubha*.

Das passiert, wenn das Dhamma viel Kraft hat. Dann sammelt sich all diese Masse von *asubha* im Inneren an und erreicht das Herz. Es vereinigt sich alles hier im *citta*. Es ist nur noch das Dhamma

von *asubha*, das rausgeht und malt, um den Eigner zu korrigieren. Zuvor war es die Angelegenheit der *kilesas*, den Eigner anzuketten. All diese Bilder dienten nur dazu, den Eigner anzuketten.

In dem Moment, in dem das Dhamma viel Kraft hat, geht es raus und erzeugt Bilder, um sowohl die *kilesas* zu korrigieren als auch um sie zu vernichten. Wohin es sich auch richtet, alles, seien es Tiere, Menschen oder etwas anderes, alles wird zu *asubha*. Nun versammelt sich alles hier drinnen im Herz. *Paññā* ist schon sehr geschickt und zieht alles von alleine rein. Alles *asubha* betreffend wird hier korrigiert, beobachtet, organisiert und betrachtet.

Mit einem Schlag dann erreicht es das Herz und das äußerliche *asubha*, das jeden Teil der ganzen Welt angefüllt hat, bricht auseinander und ist vollständig vernichtet. Nur dieses eine *kilesa* war *asubha*. Nun existiert *asubha* nicht mehr. Nur dieses eine war entweder *subha* oder *asubha*. Egal ob *subha* als anziehend oder *asubha* als abstoßend, all das war nur das Werk von diesem einen *kilesa*! Sobald wir dieses eine *kilesa* packen und abtrennen, dann kommt alles zu einem Ende und das Einzige, was übrig bleibt, ist das innere *asubha*. Alles von dem äußerlichen *asubha* ist nun verschwunden. Auf diese Weise geschieht es!

Wie hätte ich mir je träumen können, dass es so passieren würde? Aber wenn es der Wahrheit entsprechend geschieht, selbst wenn es euch niemand sagt, wird es genauso passieren. Selbst wenn es euch niemand sagt, werdet ihr es glauben, wenn es sich in eurem eigenen Herzen offenbart!

Sobald das äußerliche *asubha* verschwunden ist, wird all das restliche *asubha* Teil des Herzens. Es wird alles nach innen gesogen. Es ist nun alles im Inneren. Ja, alles gehörte nur dieser Gruppe an. Es war nichts anders.

Wird es abgeschnitten, dies passiert blitzartig, dann müsst ihr euch das innere *asubha* vornehmen. Nun müsst ihr es intern trainieren. Sobald das äußerliche *asubha* vollkommen ausgelöscht ist, bleibt nur noch das innere *asubha* übrig. Baut es hier im *citta* auf, und es wird

sofort zerfallen. Man baut es hier auf, und es wird wieder zerfallen. Ihr müsst das so lange praktizieren, bis dies sehr subtil wird. Bringt es nach innen, es wird wirklich schnell, bringt es beständig rein, bis es so schnell wie das Licht eines Glühwürmchen wird!

Baut hier innen das Bild auf. Sobald es errichtet ist, zerfällt es auch sofort wieder. Ihr könnt nicht mal untersuchen, ob es *subha* oder *asubha* ist, so schnell verschwindet es wieder. Es gibt nur noch Entstehen und Vergehen. So wie das Aufblitzen von Licht. Es entsteht und sofort vergeht es wieder. Man trainiert das im Inneren, da das äußerliche *asubha* schon komplett ausgelöscht wurde. Sobald das äußere *asubha* mit einem Knall einfach abgetrennt wird und verschwindet, zerbricht an diesem Punkt auch *rāga taṇhā*[1]. Hier im Herzen drückt und unterdrückt *rāga taṇhā* alle Lebewesen, um sie für Äonen um Äonen in dem Rad von Geburt und Tod gefangen zu halten. Das ist das Werk von diesem einen alleine!

Dieses *kilesas* geht raus und malt Bilder, um sich selbst zu täuschen. Wenn dann aber das Dhamma folgt und Bilder malt, um das zu korrigieren, gelangt es in das Innere. All das ist nur das Werk von diesem einen! *Paññā* fegt dies alles raus, und *rāga taṇhā* ist vernichtet und verschwindet. Eine Person, die das erreicht hat, nannte der Erhabene Buddha jemanden, der die Stufe des Anāgāmī erreicht hat. Es gelingt ihm an dem Punkt, wo das äußerliche und innerliche *asubha* eins werden, und in diesem Moment wird das äußerliche *asubha* dann auch vollkommen abgetrennt. Das Einzige, was übrig bleibt, ist das innere *asubha*.

Nun muss man das innere *asubha* trainieren, um es kräftiger, geschickter, schneller und wendiger zu machen. Sobald es aufgebaut ist, verschwindet es sofort wieder. Man kommt mit einer Untersuchung von *subha* oder *asubha* nicht nach, da *paññā* darin schon erfahren genug ist. So bricht es dann auch im selben Moment sofort wieder auseinander. Das trainiert man ununterbrochen.

---

1 Betrachtung der Unschönheit und des Abstoßenden des Körpers

Nun ist man schon eine Stufe höher geklettert. *Rāga taṇhā* wurde da drinnen abgetrennt, so bezeichnet man das. Benutzt man den Vergleich mit Prüfungen, hat man fünfzig Prozent oder mehr bestanden. Das ist die Basis der Stufe des Anāgāmī.

Sobald das abgetrennt wurde, trainiert man das innere *asubha*. Der Anāgāmī kann nur vorwärts gehen. Fünfzig oder sechzig Prozent heißt, dass es diese Person langsam angeht. Eine Person, die es sehr schnell erledigt, entledigt sich dem allen mit einem Schlag. Das ist aber eine andere Herangehensweise. Derjenige, der es Schritt für Schritt angeht, wird alles natürlich viel klarer sehen. Das heißt, derjenige, der sehr langsam voranschreitet, wird es sehr, sehr klar und durchgreifend verstehen.

Peinlich genau verfolgt man es, solange bis das innere *asubha* zum Licht eines Glühwürmchen wird. Es wird aufgebaut und im selben Moment verschwindet es. Danach ist dann alles leer. *Subha* oder *asubha* existieren nicht mehr – sie wurden ausgelöscht. Übrig bleibt nur noch die Leere des *citta*, da die *nimitta*[2] von *subha* und *asubha* aus dem *citta* entfernt wurden. Das ist der letzte Schritt des Anāgāmī. Alles andere ist beendet, das Einzige, was übrig bleibt, ist die Leere des *citta*.

Wo auch immer man hinsieht, es ist einem nicht mehr möglich, etwas als Tiere oder Menschen zu sehen. Das *citta* ist vollkommen leer. Das wird im Inneren des *citta* trainiert. Danach besuchen wir den Kaiser: '*Avijjā pattaya sankhāra*'[3]. Nachdem wir alles Äußere zertrümmert haben, gehen wir dahin.

Ab dem Moment, wo wir im Inneren praktizieren, wird das als automatisches *sati paññā* bezeichnet. Der Teil der chaotischen, schnell herumwirbelnden Untersuchung von *asubha* zu Anfang, die es auslöscht, wird die Stufe des Chaos genannt. Ich persönlich wage es nicht, diese Stufe als Stufe des automatischen *sati paññā* zu bezeichnen. Es ist das *sati paññā* der Stufe des Chaos und des

2 sexuelles Verlangen

3 Bilder oder Zeichen

Durcheinanders. Die Stufe, die das *kilesa rāga taṇhā* aus dem *citta* auslöscht, ist die Stufe des Durcheinanders. Sobald man diese Stufe erreicht hat, betritt man die Stufe des automatischen *sati paññā*, wo das *citta* ganz von selbst praktiziert. Die Praxis auf dieser Stufe läuft ganz von selbst ab. Wo immer man sich auch befindet, es läuft von selbst ab. Es praktiziert ohne Unterbrechung und schneidet die *kilesas* ab. Währenddessen wird es immer subtiler.

Das erkennt man in seinem Herzen. Man muss deshalb niemanden fragen, da man sich darüber in seinem Herzen klar wird. Danach forscht man, um *avijjā* zu finden. Entstehen und Vergehen. Wo entspringt dieses Entstehen und Vergehen? Gut, schlecht, angenehm, unangenehm, es ist dieses *sankhāra* (Phänomen), das es zusammenbraut. Es ist dieses *sankhāra*, das das Werkzeug von *avijjā* ist. Deshalb drückte es der Erhabenen Buddha so aus: '*avijjā pattaya sankhāra*'. *Avijjā* ist die Ursache, um die *kilesas* von *taṇhā*, *sankhāra*, *viññāṇa* und *nāma rūpa* entstehen zu lassen. Das ist alles die Mache der *kilesas*. Wenn dann *avijjā* plötzlich verschwindet: "*Avijjayatveva asesa viraga nirodha sankhāra nirodho*", sobald *avijjā* verschwindet, hören alle diese Dinge vollständig auf. Man tritt hier ein, und mit einem Knall ist alles verschwunden.

So viel zum automatischen *sati paññā*. Deshalb kann man diese Stufe als automatisch bezeichnen. Sobald es subtil genug ist, versucht es *avijjā* aufzuspüren. Das nennt man dann großes (*mahā*) *sati* und großes (*mahā*) *paññā*. Es ist peinlich genau und durchdringt alles. Die *kilesas* werden nicht wie früher Schlag für Schlag gefällt, sondern gleich auf einmal ausgerissen. Die Gründlichkeit dieser Stufe von *sati paññā* ist enorm, deswegen bezeichnet man es als *mahā sati* und *mahā paññā*.

Von da an gelangen wir zum Kaiser *avijjā*. Sobald der Kaiser entthront ist, wird sich alles vollständig öffnen und nichts von dieser ganzen Welt wird übrig bleiben. Aus diesem Grund nannte es der Erhabene Buddha "*āloko udapādi*": vollkommen strahlend. Es ist unmöglich, dass konventionelle Realität hier stattfindet. Sie existiert hier nicht. Alles ist zu Ende gekommen. Das *citta* ist

vimutti, vollkommen frei, es ist keine Spur von konventioneller Realität mehr zu finden. Konventionelle Realität wie *aniccaṁ, dukkhaṁ, anattā* existieren hier nicht. Sie haben sich vollkommen verflüchtet. Es ist deshalb unmöglich irgendwelches *asubha* zu untersuchen. Alles wurde ja schon durchgeforstet, deshalb interessiert es uns auch nicht mehr. Das nennt man dann beendet. So werdet ihr, inklusive aller eurer *kammaṭṭhāna* (Meditationsobjekte) zum Ende kommen. *Kammaṭṭhāna* ist nichts anderes als die *kilesas*!

Die *kilesas* wurden inklusive all der verschiedenen *kammaṭṭhāna* vollständig vernichtet. Keine Spuren von *subha* und *asubha* sind mehr übrig. Es existiert nur noch diese leere Natur. Alles ist frei und leer, vollkommen *vijjā* (übernatürliche Weisheit) und *vimutti* (Freiheit), oder ihr könnt es auch als Dhammaessenz bezeichnen. Die große Freiheit oder das großartige *nibbāna*. Keine Spuren von konventioneller Realität sind mehr übrig!

Deshalb werden auch *aniccaṁ*, *dukkhaṁ* und *anattā*, die uns, während wir uns voran- oder durcharbeiteten, begleiteten, vollständig verschwinden, sobald wir fertig sind, und es wird nichts mehr von ihnen übrig bleiben. Das von dem Moment an, wo diese Natur frei und leer von irgendwelchen Resten von *samutti* (konventionelle Realität) erscheint. Nun ist alles leer, und es gibt keine Probleme mehr.

Man kann nun klar erkennen, dass es das *kilesa rāga taṇhā* ist, das uns am meisten er- und niederdrückt. Von allen *kilesas* gibt es keines, das *rāga taṇhā* übertrifft. Es ist die Nummer Eins. Sobald wir anfangen mit ihm zu kämpfen, erzeugt es diese unglaubliche chaotische Untersuchung. In dem Moment, wo es ausgelöscht ist, gibt es auch kein Er- und Niederdrücken des *citta* mehr. Es gibt dann nur ein stetiges Hinaufsteigen.

So praktiziert man auf der Ebene des Anāgāmī und fährt so fort: Das *citta* ist nun außerordentlich leicht – es schwebt. Es entwickelt sich stetig und wird immer akribischer. Es gibt keine Verschlechterung.

Dieses *kilesa* hat uns ständig nach unten gezogen. Wenn es vernichtet ist, gibt es keine Verschlechterung mehr!

Nun kann man nur noch Hochfallen, so wie ein Wattebausch sich in die Luft erhebt. Beständig höher steigen, bis wir das Versteck von *avijjā* erreichen. Dann greifen wir *avijjā* so an, dass es vollständig verschwindet. Danach ist in diesem nun reinen *citta* alles *samutti* in der Welt vollständig zum Ende gekommen. Aus diesem Grunde werden die Personen, die diese Stufe erreicht haben, sagen, dass es dort kein *kammaṭṭhāna* mehr gibt. Ich kann dies Hand aufs Herz so sagen. Denn *kammaṭṭhāna* gehört zur konventionellen Realität, die wir überkommen haben, und die vollkommen beendet ist.

Nun gibt es keine Haufen von *dukkha* mehr, und das offenbart sich in unserem Herzen. Der größte Haufen von *dukkha*, und das wird sonnenklar, ist *rāga taṇhā*. Sobald dies ausgerottet ist, wird das *citta* nur noch aufsteigen. Aber zuvor wurde es von ihm ständig heruntergezogen. Sobald das fort ist, steigt das *citta* nur noch hoch. Wenn es dann *avijjā* erreicht, zerstört es *avijjā*, und dann bricht alles zusammen. Nichts mehr bleibt übrig. Es gibt keine Verschlechterung oder Verbesserung mehr. *Kammaṭṭhāna*, der Weg voranzukommen, ist nun vollkommen beendet. So ist das also, wenn das *citta vimutti* erreicht.

Man muss niemanden fragen, da man sofort *sādhu* ausruft! Selbst wenn der Erhabene Buddha vor uns sitzen würde, würden wir ihn nichts fragen. Die Wahrheit ist dieselbe – es gibt keine Unstimmigkeit. Genau so. Das *citta* ist nun 'das, das weiß'. Das Dhamma und das *citta* sind nun ein und dasselbe, wie kann es dann zur Meinungsverschiedenheit kommen? Ist es ein und dasselbe, wie kann man sich entgegenstellen? Wären es zwei Dinge, dann könnte man anderer Meinung sein, da es einen Gegner geben würde. Ist es ein und dasselbe, gibt es keinen Gegner und keine Meinungsverschiedenheit, also kann man nicht anderer Meinung sein.

Gerade eben, geboren aus meiner eigenen Erfahrung, habe ich für jeden hörbar über die Praxis gesprochen. Ich bin in die Schlacht gezogen und habe gekämpft. Es geht im Grunde alles nur um das Training des *citta*. Könnte es nicht trainiert werden, dann könnten auch der Erhabene Buddha und seine Schüler nicht zu reinen Menschen werden. Man muss sich auf die Praxis, sei sie hart oder leicht, verlassen und kämpfen!

Das citta wird allmählich flexibler bis zu dem Grade, wo die kilesas nicht mehr entweichen können und ausgerottet werden. Das passiert ganz automatisch. Ihr könnt es euch nicht vornehmen, die kilesas zu töten! Die Schnelligkeit dieser automatischen Stufe entwickelt sich von selbst. Es schneidet eins ums andere ab, so lange bis es keine *kilesas* mehr gibt. Alle wurden ausgerottet und das nennt man "*āloko udapādi*": alles ist intensiv hell. Nun ist alles, was man als *samutti* bezeichnet, beendet!

Alles, was nun noch übrig bleibt, ist dieser Körper. Die *khandhas*, die noch übrigbleiben, sind alle mit dem Körper verbunden. Alles andere ist vollständig aus dem *citta* verschwunden. Das reine *citta* hat keine Beziehung zu den fünf *khandhas*. Obwohl die *khandhas* immer noch da sind, existieren diese nur noch entsprechend ihrer eigenen Natur.

Als Beispiel: dieses oder jenes zu mögen oder nicht zu mögen; das ist gut, das ist schrecklich. Solche Einteilungen existieren noch innerhalb des Bereiches der *khandhas*. Sie entstehen nicht im *citta*. Aber man ist sich dessen bewusst und weiß, dass Aussagen wie „das ist gut, das ist schlecht, das ist nett, das ist hässlich" eben ein Teil der *khandhas* sind. Sie passieren im Bereich der *khandhas*. Deshalb sind „nett" oder „hässlich" einfach nur Bezeichnungen, sie bewegen das *citta* nicht dazu, darauf mit Gefühlen oder Taten zu reagieren. Aber man kann auch nicht sagen, dass es sie nicht gibt, da sie im Bereich der *khandhas* existieren. Versteht ihr das?

Das, was dort im Bereich der *khandhas* auftritt, nennt man *samutti* (konventionelle Realität). Das befreite *citta* ist dafür zuständig,

dieses zu beobachten. Was auch immer im Bereich der *khandhas* auftaucht, das *citta* weiß alles. *Aber diese reine Natur mischt sich da nicht ein. Es ist das Prinzip dieser Natur, sich nicht einzumischen. Aber das gilt nur für ein reines citta.*

Ein reines *citta* verhält sich genau so, und es gibt keinen Grund nach jemanden Ausschau zu halten, der es uns bestätigen kann. Während ich das so sage, kommt sofort ein '*sādhu*' hoch. Selbst wenn der Erhabene Buddha vor dir erscheint, würdest du ihn nicht fragen. Was hast du davon ihn zu fragen?

Die Wahrheit ist dieselbe. Es ist unmöglich anderer Meinung zu sein. Es ist unmöglich sich zu widersetzen. Wir können nur übereinstimmen. Diese Natur und der Erhabene Buddha sind ein und dasselbe! Wie kann man sich dem widersetzten?

So praktiziert man Meditation. Das Dhamma des Erhabenen Buddha ist herrlich. Er hat die Welt vollkommen korrekt, ausgezeichnet und unverdreht gelehrt. Was auch immer wir durch unsere Untersuchung erfahren können, alles hat uns der Erhabene Buddha gelehrt und für uns den Weg geöffnet. Es ist nur so, dass wir es noch nicht wissen. Deshalb folgen wir nach und nach dem Weg, den uns der Erhabene Buddha gelehrt hat. Wir gehen ihn und erfahren und akzeptieren es Stück für Stück, bis wir das Ende erreichen, die Freiheit, wo alles vollkommen beendet ist.

Das ist die buddhistische Religion. Ein jeder sollte sich daran festhalten. Das Wissen darüber entstammt der Schlacht in meinem Herzen. Dieses Herz schlug eine Schlacht zwischen Dhamma und *kilesas*. Sobald diese vernichtet waren, blieb nur noch Dhamma im Herzen übrig. Das Herz und das Dhamma waren nun eins, und es gibt keinen Widerspruch mehr. Konzentriert euch hierauf und ihr werdet einen jeden der Buddhas hier finden.

Es ist einfach alles dasselbe und alles ist hier zu finden. Was würdet ihr denn den Erhabenen Buddha fragen? Dieses und jenes wurden zu ein und demselben. Seht her, der Erhabene Buddha sagte, dass dies ein und dasselbe ist: „Derjenige, der das Dhamma

schaut, sieht den Tathāgata“. In dem Moment, in dem man das für sich selbst erkennt, muss man auch keine Arahants mehr fragen.

Seht, das herrliche Dhamma ist hier ansässig. Nun sind die Vergangenheit und die Zukunft, da sie *samutti* sind, vollkommen zum Ende gekommen. Man muss sich nicht um die Vergangenheit sorgen, da sie schon vergangen ist. Keine Sorgen um die Zukunft machen, die noch nicht erschienen ist, und die Gegenwart birgt keine Probleme mehr, warum sich also sorgen? Außerdem ist die Gegenwart ebenfalls *samutti*. *Diese reine Natur ist nicht samutti*, so wie können sie vereinbar sein? Merkt euch das gut!

Ich bin meinem Tod nahe, deshalb lege ich euch das, für alle von euch zu hören, offen dar. Lege ich das offen, so habe ich keine Angst. Ich würde sagen, dass es im Moment nur diesen Mönch, Luangta Mahā Bua, gibt, der so etwas ausspricht. Ich kenne keinen anderen Mönch, der sich darüber offen äußert. Ein Arahant wird das wissen, aber er kann begrenzt sein von seinem Charakter und seinen angehäuften Verdiensten.

Ob die Arahants etwas für das Wohl, sei es viel oder wenig, der Welt offen legen können, hängt von deren Charakter oder den Verdiensten ab, die sie angsammelt haben. Die Reinheit ist bei allen dieselbe, aber die Fähigkeit, etwas zum Wohl der Menschheit offen zu legen, wird sich unterscheiden. Sie kann nicht bei allen die gleiche sein. Besitzt der Arahant Autorität und hat er viele Verdienste angesammelt, dann kann er viel zum Wohl der Menschheit beitragen. Das stuft sich dementsprechend ab. Mal ist es gerade genug, um etwas Gutes für die Welt zu tun, oder ein anderes Mal reicht es gerade für ihn selbst. Ein solcher Arahant wird für sich alleine leben.

Genauso wie es über den Mönch Annakondanna berichtet wird. Er hat das Dhamma vor allen anderen erschaut. Als er das Dhamma verwirklichte, war er nicht in der Lage irgendjemanden zu unterweisen. Sein Neffe, der Mönch Puññа Mantaniputta, wurde zum bedeutendsten Verkünder des Dhamma. Annakondanna hat selbst seinen Neffen nicht unterwiesen, denn es steht nur geschrieben, dass

Puñña Mantaniputta, also sein Neffe, der bedeutendste Verkünder des Dhamma war.

Als es für Annakondanna an der Zeit war ins *nibbāna* einzutreten ... Er lebte elf Jahre lang im tiefsten Dschungel, eine Horde von Elefanten unterstützte ihn, sie warteten ihm auf. Ihr wisst schon, dass diese Elefanten Bodhisattas waren, die ihn unterstützten, sich um ihn kümmerten und ihm dienten. Als es also an der Zeit war, er wusste es, verließ er den Dschungel und ging, um den Erhabenen Buddha zu informieren, dass er nun ins *parinibbāna* eintreten werde. In unserer Sprache würde man sagen, er verabschiedete sich von ihm, bevor er starb. Als er dort erschien, glotzten die jungen Mönche und Novizen ihn unverhohlen an, genau so wie die Mönche hier in Wat Pa Baan Taad es gerne tun. Als sie ihn kommen sahen... bedenkt, er lebte im Dschungel! So wo könnte er denn die Rinde des Jackfruit Baumes gefunden haben, um seine Roben zu färben? Also benutzte er rotes Gestein, um seine Roben zu färben. Deshalb waren seine Roben ganz rot, da er im Dschungel lebte. Als er eintraf, um sich vom Erhabenen Buddha zu verabschieden, saß die Gruppe der Mönche da. Alle starrten ihn an und fragten sich: „Hey, wo kommt den dieser ältere Mönch her?“

Das ist es, was sie wahrscheinlich dachten. Nachdem er dem Erhabenen Buddha seinen letzten Respekt erwiesen hatte und von dannen ging, machte sich diese Gruppe von Mönchen und Novizen, mit Katzenaugen, sofort zum Erhabenen Buddha auf. Sie versammelten sich um ihn und fragten: „Wo kam denn dieser ältere Mönch her? Die Farbe seiner Robe sah aus wie die Haut eines Ungeheuers.“ Um Himmels Willen, sprecht nicht so!

Hört nun, wie der Erhabene Buddha darauf reagiert hat. Wäre es Luangta Bua gewesen, den sie gefragt hätten, dann hätte er ihnen erst eins aufs Maul gegeben, bevor er etwas gesagt hätte. Aber der Erhabenen Buddha erwiderte nur: „Um Himmels willen sprecht nicht so. Das war euer ältester Bruder Annakondanna, der der erste Schüler des *Tathāgata* war. Er kam, um sich zu verabschieden, denn

er wird ins *parinibbāna* eintreten. Wie könnt ihr sagen, dass die Farbe seiner Roben der eines Ungeheuers gleicht?“

Nun, da sie Bescheid wussten, wer er war, fingen sie an zu zittern. Vielleicht zittern sie immer noch? Nun war ihnen klar, dass es Annakondanna war, dessen Zeit gekommen war, und er sich verabschiedet hatte. Dieser Mönch war zwar nicht von viel Nutzen für die Menschen, aber dafür umso mehr für die himmlischen Wesen. Da er den Menschen nicht viel helfen konnte, nahm er sich der himmlischen Wesen und der Tiere, vor allem der Elefanten, an. Er tat es auf seine Art, seinem Charakter entsprechend.

Er war also nicht jemand, der eine große Reichweite für Menschen hatte. Aber andere Mönche, zum Beispiel Sariputta und Moggalana hatten eine tiefgehende Wirkung auf das buddhistische Umfeld. Charakter, angehäufte Verdienste (*vāsanā*) und die Macht der vergangenen guten Handlungen unterscheiden sich. Obwohl die Reinheit der Arahants dieselbe ist, unterscheiden sie sich darin, ob sie von viel oder wenig Nutzen sind. Versteht ihr das?

Der Erhabene Buddha sagte, dass die Reinheit vollkommen dieselbe ist. Es gibt da keine Unter- oder Überlegenheit. Aber Charakter und *vāsanā* sind ihre Verzierungen. Die ganze Zeit, seitdem wir anfingen zu praktizieren – und das ist ewig lange her – untermauerten wir unsere Wünsche, dadurch, dass wir z. B. dachten und sprachen: „Wenn wir vollendet sind, mögen wir dann übernatürliche Kräfte haben und unsere *vāsanā* sollte so und so ausgelegt sein“. Sobald wir dann erleuchtet sind, wird alles unseren Wünschen entsprechend sein. Deshalb unterscheiden sich alle Arahants, obwohl sie dieselbe Reinheit erreicht haben, in ihrem Charakter und *vāsanā* und ob sie von viel oder wenig Nutzen für die Welt sein können. Wohingegen ihre Reinheit exakt dieselbe ist.

Heute weiß ich nicht, worüber ich geredet habe, dass es so lange wurde. Ich denke, so viel ist genug, es reicht nun aus. Das ist nun genug.

Den vollständigen Vortrag kann man auf Luangta's webseite lesen: *http://www.luangta.eu/site/books_de.php*

Nur wir selbst können uns um unser citta kümmern

Nun da die Verbrennung (von Acharn Paññā) vorüber ist, beseitigt die Verschmutzung, all das herumliegende Papier und Essensreste. Schaut euch um, was zu tun ist. Helft alle mit bei der Säuberung. Denkt ja nicht, dass dies die Sache der anderen ist. Nein! Dies ist die Aufgabe eines jeden von uns. Die ganze Umgebung ist voll von Abfall, so hebt ihn auf und werft ihn in die Abfalltüten. Nun ist Aufräumen angesagt!

Wer von euch kümmert sich um die Knochenreste von Acharn Paññā? Ich habe damit nichts zu tun. Die Mönche sollen darüber entscheiden. Um fünf Uhr morgens, als ich rausging zur Verbrennungsstätte, sah ich, dass alle Knochenreste schon eingesammelt waren. Gestern Nacht um zehn Uhr inspizierte ich ebenfalls und sah, dass das Feuer immer noch brannte, jedoch schon erheblich abgeflaut war.

Das Holz, das zur Verbrennung von Acharn Paññā benutzt wurde, war alles gutes Brennholz. Ich selbst ging, um das Brennholz zu inspizieren. Es spielt hinsichtlich der Knochenreste eine große Rolle. Hat man gutes Brennholz, dann brennt das Feuer intensiv und die Knochenreste werden ganz klar. Ist das Brennholz nicht so gut, dann ist das Feuer schwach und die Knochenreste werden unrein, trübe und dunkel. Es hängt alles vom Feuer ab.

Wie bei denen der Ehrwürdigen Mätschi Gäo[1]. Ihre Knochenreste wurden zu Reliquien, jedoch waren diese nicht durchsichtig. Ich selbst war es, der die Strohblumen, die auf das Feuer gelegt worden waren, schnell beseitigen ließ. Es waren derer so viele, dass man das Feuer nicht sehen konnte. Man sah nur Rauchschwaden. Das Feuer konnte sich gar nicht entwickeln. Also rief ich ein paar Leute

1 Mätschi Gäo war eine Nonne, die die acht Regeln befolgte und Arahantschaft erreichte.

zusammen und ordnete an sofort alle Strohblumen zu entfernen. Ich war es, der es anordnete. Der Scheiterhaufen schien nur aus Blumen ohne Brennholz zu bestehen. Also sagte ich ihnen, dass sie alle Blumen entfernen sollten. Genau so, und ich befahl es ihnen ganz ausdrücklich! Es war wirklich traurig anzusehen.

Reliquien der Mätschi Gäo

Als sie die Strohblumen entfernten, schien es nur sie zu geben und kein Brennholz. Selbst als das Feuer neu entzündet wurde, sah man, dass das Brennholz nicht sorgfältig ausgewählt worden war. Es wurde nur gedankenlos irgendwelches Holz aufgestapelt. Als sich dann die Knochenreste der Ehrwürdigen Mätschi Gäo später in Reliquien verwandelten, waren diese, anstatt klar und durchsichtig zu sein, es eben nicht. Es hängt eben alles vom Holz und Feuer ab.

Das diente seitdem als eine Lektion. Für die Verbrennung von LungPhor Dtan[2], war ich es, der sich von Anfang an darum kümmerte. Ich schickte sie aus, um gutes Feuerholz, wie Balau oder rotes Lauan zu sammeln. Holz von der Art, das wirklich intensives Feuer erzeugt. Also schickte ich sie los, diese Art von Holz wie Balau oder rotes Lauan zu sammeln. Es gibt mehrere Arten von Holz, die ein intensives Feuer erzeugen, und diese Art von Holz gibt es hier.

Ist das Brennholz nicht gut, dann erzeugt das ein schwaches Feuer. Das resultiert in Knochenresten, die trübe sind. Alles hängt vom Feuer ab. Im Fall von LungPhor Dtan ordnete ich alles an.

Ich wollte, dass Acharn Thui es überwacht und verlangte von ihm, dass er das Feuerholz sorgfältig untersucht. Ich ließ nicht zu, dass irgendjemand anderes als Acharn Tui die Verantwortung für die

2 LungPhor Dtan lebte im Waldkloster Dän Wiwek Sänsamran, Kreis Phon Charön in der Provinz von Nongkhai.

Verbrennnung von LungPhor Dtan übernahm. Ich übergab ihm die Verantwortung. Das Brennholz ist nämlich von außergewöhnlicher Bedeutung. Ich sagte ihnen, dass sie nur gut ausgewähltes Brennholz anbringen dürften. Bevor sie mit der Verbrennung anfingen, ging ich selbst hin um das Brennholz zu inspizieren. Es war dann auch alles Brennholz von der guten Art, so wie ich es angeordnet habe.

Es schaut so aus, als ob es sich mit dem Regnen gebessert hat. Es gibt nur wenig Regenwolken. Heute Morgen tröpfelte es nur ein bisschen. In den letzten Tagen regnete es nur wenig. Das war einzigartig. Aber davor regnete es, zwar nicht stark, aber dafür den ganzen Tag lang. Es nieselte einfach. Aber im Moment regnet es nicht und das passt sehr gut.

Acharn Paññās Tod ist ein großer Verlust für die westlichen Mönche. Kamen westliche Mönche, dann war Acharn Paññā für sie der Anlaufspunkt, der ihnen das Dhamma und die Mönchspflichten, die ich lehre, darlegen konnte. Acharn Paññā konnte ihnen die verschiedenen Tricks und Methoden beibringen. Nun, nachdem er von dannen gegangen ist, habe ich das Gefühl, dass dies ein großer Verlust ist. Wo auch immer sie herkamen, Acharn Paññā war die Nummer eins, der die Gruppe der Westler einwies, ermahnte und unterrichtete, egal ob es Laien oder Mönche waren. Acharn Paññā war es, der sie beständig unterwies. Aufgrund dessen ist das Ableben von Acharn Paññā ein großer Verlust. Ein wirklich großer Verlust. An zweiter Stelle bezüglich dieses Klosters steht Acharn Dick. Das ist zwar gut, aber er ist einfach nur der Stellvertreter von Acharn Paññā.

Acharn Paññā war klug darin, die Tricks und Methoden, die verschiedenen Sichtweisen des Dhamma zu lehren. In der Entwicklung seines Herzen war er auch recht gut. Richtig, beide, Acharn Paññā und Acharn Dick, sind gut, aber ich habe das Gefühl, dass Acharn Paññā tiefgründiger lehren und unterweisen konnte.

Was ist es, was du sagen wolltest. Was hatte Jane zu erzählen? Was war bei ihr los an jenem Tag? Erzähl es mal. *Sie erzählte, dass sie in der Nacht in der Acharn Paññā verstorben ist, geschlafen*

hat. Es war dann um halb zwei Uhr nachts, als sich die Fenster im Schlafzimmer von alleine öffneten. Obwohl Tür und Fenster normalerweise sehr schwer aufgehen. Also dachte sie, dass ein Dieb eingebrochen sei. Deshalb weckte sie ihren Mann auf, und ließ ihn um das ganze Haus gehen, um nachzusehen. Aber da war nichts. Als es dann 6 Uhr morgens war, rief Chao Khun Sumedho an und erzählte ihr, dass Acharn Paññā kurz nach ein Uhr nachts verstorben war. Das ist die Zeit in England. Das stimmt mit unserer Zeit in Thailand kurz nach 8 Uhr morgens überein. Diese Zeiten stimmen überein, es ist dieselbe Zeit. Than[3] Paññā hat seine Anhänger benachrichtigt. Jane war seine Anhängerin. Sie kam mit Frida hierher. Jane kam seit langer Zeit hier her. Manchmal hielt sie sich einen Monat hier auf. Sie kam hierher, um zu praktizieren. Früher hat sie nicht viel praktiziert, nur so viel um sich gut zu fühlen. Beide, Jane und Frida kamen hierher, und Jane war es, die erzählte, dass Than Paññā ihr die Zeit seines Todes mitgeteilt hat, indem sich die Fenster von alleine öffneten.

Bevor ich nach Bangkok ging, habe ich Than Paññā im Raum unter seiner Kuti aufgesucht. Ich ging rein. Mönche und Novizen kennen mich gut, also wagte niemand anderes mich zu stören. Als sie mich hineingehen sahen, verließen sie alle sofort den Raum. So waren nur Than Paññā und ich im Raum. Unter vier Augen unterhielten wir uns. Ich erzählte ihm, dass er sich um den Leichnam und die Verbrennungsstätte keine Sorgen zu machen braucht. Im Gegenteil, denn er kam hierher, um sein Herz zu trainieren und nicht um sich um solche Angelegenheiten zu kümmern. Um solche Dinge können sich stellvertretend andere kümmern. Bezüglich seines *cittas* gibt es niemand anderen, der sich darum stellvertretend kümmern kann, denn das ist seine Pflicht, die nur er alleine ausüben kann. Das war es, was ich ihm sagte. Ich instruierte ihn besonders in Hinsicht auf sein Herz, denn da besaß er gute Prinzipien. Hinsichtlich diesem sind Than Paññā und Than Dick beide gut.

---

3 Bezieht sich Luangta auf einen Schüler, so benutzt er das Wort Than (Ehrwürdiger). Beziehen sich jüngere Mönche oder Laien auf denselben Mönch, dann benutzen sie den angemessenen Titel, wie hier Acharn (Lehrmeister).

Meint nun jemand, dies sei ein Lob, Lob oder nicht, bezüglich meiner Lehre, lehre ich niemals falsch. So wie ich praktizierte, habe ich alles durchlaufen. Richtig, falsch, gut und böse sind alles meine Lehrer gewesen, die mich in allem unterwiesen haben. Danach habe ich dann meine Anhänger unterrichtet und bin so zum Lehrer geworden, und alles, was ich lehre, ist absolut korrekt. Wenn man die korrekten Methoden gelehrt bekommt, dann ist der Fortschritt in der Praxis glatt. Stimmen die Tricks und Methoden nicht mit unserem Herzen überein, dann holpert es mit der Praxis. Es fehlt an diesem oder jenem. Wird man auf eine korrekte Art unterwiesen, dann kommt man auch sofort weiter. Aus diesem Grunde sind die Tricks und Methoden der Unterweisung unheimlich wichtig. Bezüglich des Trainings unseres *cittas* ist dies von allerhöchster Bedeutung. Es steht an erster Stelle.

In meiner Lehre kann ich euch nicht entsprechend dem buddhistischen Kanon unterweisen, denn die Praxis ist ein Teil, der aus dem Herzen gelehrt werden muss. Das nennt man: „Das *citta* unterweist wirklich das *citta*". Ich kann nicht irgendetwas nehmen und bringen, nein, ich muss das, was wie frisch aus dem Herzen kommt, nehmen, damit der Zuhörer es ganz einfach versteht und seine Praxis voranschnellt. Aus diesem Grunde müssen die Tricks und Methoden, um den praktischen Teil zu lehren, von jemandem stammen, dessen Herz höher entwickelt ist als das von dem, der unterwiesen wird. Je korrekter die Unterweisungen sind, umso schneller kann man Hindernisse überwinden und umso glatter, da nichts Zweifel aufkommen lässt, geht es mit der Praxis voran. Deshalb bemühe ich mich alle zu lehren, egal ob es Frauen oder Männer, Laien oder Ordinierte sind. Das Herz kennt kein Geschlecht. Es kann beides, Sünde oder Tugend, Dhamma oder *kilesas* erwerben, und es kann sich verbessern. Meine Lehre betrifft diesen einen Punkt im Herzen, der deshalb auch alles mit beeinflussen kann.

So wie *die kammaṭṭhāna* Mönche, die nur ein einziges Interesse haben, sich von *dukkha* zu befreien – sie müssen deshalb absolut korrekt unterwiesen werden, so dass die Praktizierenden glatt voran-

kommen und es ihnen an nichts fehlt. Es ist von großer Bedeutung, dass diese einen Lehrmeister haben, der sie korrekt unterweist. Phor Mae Kruba Acharn Mann war ein Beispiel dafür. Was auch immer, jedes winzigste Detail, beschrieb er. Welches Problem auch immer auftauchte, er brannte es aus. Aber wie schon gesagt, er war halt die Wahrheit in Person. Mein Charakter ist ebenso, derart wahrhaftig, dass es schon die Stufe der Waghalsigkeit erreichte, obwohl er jedes Mal versuchte mich davon zurückzuhalten. Worauf er mich auch immer hinwies, ich versuchte es zu durchbrechen. Deswegen musste er mich wirklich zurückhalten. Er musste mich zurückreißen und festhalten, da ich über Bord ging und zu heftig wurde, wie beim Durchsitzen durch die ganze Nacht. Da musste er mich zurückhalten, denn ansonsten hätte ich, da sich Resultate in meinem *citta* zeigten, nicht nachgegeben. Alles andere war unwichtig. Was auch immer passieren sollte war egal, solange das *citta* voraneilte. Nun wusste Lungphu Mann über alles Bescheid, sei es der Körper oder das Herz, er wusste einfach alles. Wenn ich dann waghalsig wurde, hielt er mich zurück.

Als ich im *samādhi* steckte, pfiff er mich scharf an: „Willst du denn im *samādhi* sterben? Dein *samādhi* ist wie das Schwein auf der Schlachtbank, hämmerte er auf mich ein. Willst du da drin sterben?“ So ging er mit mir um. Über alles, was ich nicht verstand, setzte ich mich mit ihm auseinander. Ich argumentierte mit ihm nur, um die Wahrheit herauszufinden. Verstand ich es, dann klickte es auch im Nu. Denn ich suchte wirklich nur nach der Wahrheit. Gab Lungphu Mann einen Vortrag über dies oder jenes, griff ich es sofort auf und praktizierte danach. Betreffend dem Durch-die-Nacht-Sitzen, hielt er mich zurück, ansonsten hätte ich davon nicht abgelassen. Selbst als die Haut meines Hinterteils platzte, war mir das egal: „Solange die *kilesas* nicht zerbrechen, solange werde ich davon nicht ablassen.” Deswegen sage ich, das mein *citta* sich sehr auf etwas stürzte. Ansonsten hätte ich mir nicht, den Körper betreffend, meinen Magen ruiniert. Weil ich ständig fastete und nichts aß. Würde ich nicht wirklich sterben, dann würde ich auch nichts essen. Aß ich, dann fühlte ich mich wie ein vollbeladener Lastwagen – unflexibel.

Hier meine ich, dass das Fasten im Einklang mit der Charaktereigenschaft der Person sein muss. Was auch immer eurer Charaktereigenschaft entspricht, daran haltet euch fest! Meistens ist es dementsprechend. Der Körper dient dazu die *kilesas* zu verstärken und er ist ein ausgezeichnetes Werkzeug für die *kilesas*. Hat der Körper Kraft, dann verstärkt er die *kilesas*, und aus diesem Grund müssen wir dem Körper viel Energie entziehen. Mit Entziehen meine ich natürlich fasten. Zum Glück war ich alleine und ich musste mich um niemanden kümmern. Wollte ich essen, dann aß ich. Und es spielte keine Rolle, wie lange ich fastete, da ich alleine war. Wären wir zu zweit gewesen, hätten wir uns umeinander kümmern müssen, und das wäre lästig gewesen. Bin ich alleine, dann bin ich unabhängig. Will ich essen, dann esse ich, will ich fasten, dann faste ich, eben so lange ich will. Hatte ich wirklich das Gefühl, ich müsste sterben, dann ging ich eben auf Almosengang und aß.

Obwohl der Körper schwach war, war der Geist außerordentlich durchdringend. Ein kraftvoller Körper und ein kraftvoller Geist gehen nicht Hand in Hand. Als ich einmal ins Dorf ging, glaubte ich sterben zu müssen, bevor ich es erreichte. Also rastete ich auf halbem Weg. Hört euch das an! Auf dem Hinweg fiel ich fast tot um und auf dem Rückweg, nachdem ich gegessen hatte, fühlte ich mich kräftig wie ein Rennpferd. Vollkommen wiederhergestellt. Den Körper wiederherzustellen ist ganz einfach. Den Geist auf Vordermann zu bringen ist schwer. Deswegen muss man wirklich ernsthaft beim Training des Geistes sein. Und ich war sehr ernsthaft darin und ich fastete derart viel, dass ich mir den Magen ruinierte. In meinem zehnten Jahr als Mönch fingen die Probleme mit dem Magen an. Im siebten Pansa fing ich an, ohne Spaß, wirklich ernsthaft an zu praktizieren. Und dann im zehnten Pansa fingen die Probleme mit dem Magen an. Das interessierte mich wenig, da ich mir nur eines wünschte – zu praktizieren. Hiermit will ich sagen, das Fasten war im Einklang mit meinem Charakter. Ich habe auch versucht mich des Schlafes zu enthalten – *nesajjikanga* (die Sich-nicht-hinlegen-Praxis). Sie ist in den 13 *dhutaṅga* Übungen[4] enthalten. Je mehr

4 Siehe dazu das Glossar

ich mich des Schlafens enthielt, anstatt dass das *citta* glänzender und strahlender wurde, wurde es immer stumpfer. Je mehr Tage ich mich des Schlafens enthielt umso schlimmer wurde es. Beobachtete ich die Resultate, waren diese nicht angemessen. Also war das nicht das Richtige für mich. Je länger ich mich des Schlafens enthielt umso stumpfer wurde mein Geist. Also hörte ich damit auf und versuchte es nie wieder. Nur das Fasten entsprach meinem Charakter.

War ich alleine, anstatt dass ich wenig aß, fastete ich. War ich die ganze Zeit mit meinen Mitmönchen zusammen, wie in Wat Nong Phö, dann aß ich nur wenig. Nie ließ ich es zu mich satt zu essen. Ich musste mich um die Gruppe der Mönche und Novizen, die mit Lungphu Mann lebten, kümmern. Ich war es, der sie unterwies, sie warnte und sie überwachte, damit sie sich nicht in Gegenwart von Lungphu Mann unangemessen oder wie ein Schandfleck verhielten. Ich ging aus eigenem Antrieb zu Lungphu Mann. Er hat mich nicht eingeladen zu kommen! Ich habe ihn aufgesucht, da konnte ich ihm nicht mit Dingen zur Last fallen, die nicht notwendig waren. Also musste ich darauf viel Wert legen, dass sich die Mönche und Novizen ordentlich verhielten. Mönche und Novizen hatten vor Lungphu Mann am meisten Angst, wirklich, obwohl er sich nicht wirklich einmischte. Aber vor mir hatten sie fast genauso viel Angst, denn ich war es, der ihnen ständig auf die Finger klopfte. Nicht wahr?

Die Mönche und Novizen verhielten sich mir gegenüber wie Mäuse vor der Katze. Ich war sehr strikt mit ihnen. Ich hielt ständig Ausschau und wer sich nicht ordentlich verhielt, den rief ich zu mir und ermahnte ihn. Ich wollte in meiner Pflicht Lungphu Mann gegenüber ihm alles so einfach wie möglich machen. Aus diesem Grunde habe ich dort auch nie gefastet. Ich habe die Essensmenge auf 60% heruntergefahren. Ich dachte, dass das genug war. Praktizieren würde ich so gut ich konnte. Ich konnte nicht so viel praktizieren, wie ich es mir wünschte, denn die Gruppe der Mönche war groß. Diese und jene Last musste ich tragen. Sich um die Mönche und Novizen zu kümmern, schien alles auf mir zu lasten. Das war der Grund, warum ich die Essensmenge zurückschraubte. Wenn ich mit

Lungphu Mann war, reduzierte ich ständig meine Essensmenge. Nie aß ich mich satt, aber auch fastete ich nie. Verließ ich jedoch sein Kloster für *tudong* (Wanderpraxis), dann ging es aber los mit dem Fasten. So war es eben.

Hier spreche ich von meinem ehrwürdigen Lehrmeister, der mich unterwies. Lungphu Mann hielt mich ständig zurück. Ich war zu waghalsig, deswegen musste er mich zurückhalten. Was auch immer er lehrte, war nie falsch, es war vollkommen korrekt. Wie zum Beispiel das Durch-die-Nacht-Sitzen. Die Nebeneffekte haben mich nie interessiert, ich wollte es nur eben, meinem Herzen zufolge, schaffen, egal ob der Besitzer dabei draufgeht. Er würde mich ständig beobachten. Hin und wieder würde ich ihn aufsuchen und dann hagelte es los. Würde er sich mit mir normal unterhalten, würde es nicht mein Herz treffen. Lungphu Mann kannte meinen Charakter. Würde es sich um Dhamma drehen, dann würde ich es sofort hin und her überdenken. Unterhielt er sich mit mir ganz normal, dann wie Vater und Sohn, aber wenn der Vater dann ins Dhamma schwenkte, dann würde es sofort donnern. Jedes Mal ohne Ausnahme, denn er kannte meinen Charakter: ernsthaft und waghalsig.

Als ich zum Beispiel ohne zu schlafen durch die ganze Nacht saß, erhielt ich von ihm ein Donnerwetter. Er zitierte die Geschichte vom Reiter, der sein Pferd trainiert. Diese Geschichte ist im Kanon enthalten, und ich kenne sie. Kaum hat Lungphu Mann die Geschichte erzählt, hatte ich sie auch sofort verstanden, da ich sie schon studiert hatte. „Ein Pferd, das sehr wild, abenteuerlich und waghalsig ist“, so fing er an. Sobald er anfing, setzte ich mich nieder und verbeugte mich vor ihm. Unbeirrt gab er eins drauf: „Ein Pferd, das sehr abenteuerlich und waghalsig ist, wenn es der Reiter trainiert, dann muss er es ganz hart trainieren. Soll es nicht fressen, dann gibt er ihm kein Futter. Soll es nicht trinken, dann gibt er ihm kein Wasser. Es gibt nur eins: Training! Wenn das Pferd dann weniger widerspenstig wird, kann man in der Schärfe des Abrichtens nachlassen. Sobald das Pferd zur Arbeit eingesetzt werden kann, kann man es auch

ganz normal trainieren." Das war alles, was er zu dem Gleichnis vom Reiter, der sein Pferd trainiert, sagte.

Aber ich bedauerte es, dass er sich nicht an mich wandte und zum Beispiel sagte: „Und wie soll man diesen Hundling[5] abrichten?" Ich hätte mir gewünscht, dass er so etwas zu mir gesagt hätte, da dies mich gut getroffen hätte, aber er sagte es eben nicht. Ich hatte aber alles verstanden und danach saß ich niemals mehr die ganze Nacht durch. So war das also, ich beugte mich ihm und musste es akzeptieren. Dasselbe passierte dann, als ich den Weg der Weisheit beschritt. Man befindet sich in dieser Art von *samādhi*. Wow! Ist das *citta* in diesem Zustand von *samādhi*, da kann niemand mehr kommen, so würde ich sagen, und uns darüber etwas vormachen. Ich war darin den ganzen Tag, ohne über irgendetwas nachzudenken, denn das hätte nur gestört. Gedanken entsprangen sporadisch. Aber zuvor hätte ich ohne Denken nicht leben können. Sie schnellten hervor und wollten dies oder jenes denken und zusammenbrauen. Angetrieben von Gier nach Sehen, Hören, Riechen, Schmecken und Fühlen um dies oder jenes zu sehen oder zu erfahren. Sie brauen, ohne Unterlass, dieses oder jenes Ding zusammen und verkleiden es. Ruht man dann im *samādhi*, ist es still. *Samādhi* ist wie Wasser, das das Feuer löscht. Es ist still, und von außen ausgelöste Gedanken gibt es nicht und man will nicht denken. Es würde nur das Herz belästigen. Aber zuvor war es unmöglich nicht zu denken, denn ohne zu denken glaubte man sterben zu müssen. Versteht ihr das? Wenn man dann alles zur Stille gebracht hat, kann man den ganzen Tag darin verbringen – egal wo. Man denkt überhaupt nichts mehr nach. Nur noch dieses unerschütterliche Wissen. Letztendlich kam ich zu dem Schluss, dass ich meinte, dass das *nibbāna* war.

Als Lungphu Mann mich aus dem *samādhi* trieb, meinte er: „*Samādhi* ist wie ein Schwein auf der Schlachtbank, wie Fleisch, das zwischen den Zähnen steckt." Das warf er mir an den Kopf. Danach nahm er mein erlerntes Wissen aus dem Kanon und schmiss es fort.

---

5 Hier bezieht sich Luangta auf sich selber. Er spielt mit dem Thai Wort „mar", das in einer Betonung Pferd heißt und mit einer anderen Hund.

„Weißt du denn, dass all dieses *samādhi* nichts anderes als *samudaya* (Ursache von *dukkha*) ist?", fuhr er fort. Ich hatte das noch nie gehört, dass *samādhi samudaya* ist. „Ho, ho", sagte er, „bist du dir denn klar, dass all dieses *samādhi* nichts anderes als *samudaya* ist?" Da antwortete ich sofort: „Wenn *samādhi samudaya* ist, wie muss ich vorgehen um *sammā* (richtiges) *samādhi* zu entwickeln?" Seht ihr, ich fing an mit Lungphu Mann zu argumentieren, da ich eine Lücke (in seinem Argument) entdeckte. „Das *samādhi* des Erhabenen Buddha ist von dieser Art, und dein *samādhi* ist von jener Art." Seht, gleich musste ich mich unterwerfen! Danach ging ich den Weg der Weisheit. Lungphu Mann schmiss mich aus dem *samādhi* raus, um den Weg der Weisheit zu beschreiten. Er sprach weiter: „Mit *samādhi* kann man nicht die *kilesas* kurieren, im Gegenteil, nur Weisheit kuriert die *kilesas*." Und: „*Samādhi* ist nur dazu da, die *kilesas* zu unterdrücken, um genug Energie für den Weg der Weisheit zu schöpfen. Ist die Weisheit am Ende ihrer Kraft, was willst du denn dann benutzen? Kannst du nicht erkennen, dass *samādhi* nichts anderes als *samudaya* ist?" So wetterte er auf mich ein.

Sobald ich es akzeptieren konnte, wusste ich auch, dass er mich korrekt unterwiesen hatte. Ich war es, der falsch lag, also gab ich meine Position unverzüglich auf und folgte seiner. Nun verließ ich *samādhi*, denn ich hatte genug im *samādhi* verweilt und war davon gesättigt. Man nennt das auch „das *citta* ist nicht mehr hungrig nach Sinnesobjekten". Über dies oder jenes nachdenken, dieses oder je-nes fabrizieren oder sich vorstellen, sind die Sinnesobjekte des *citta*. Das *citta* liebt es zu denken oder tagzuträumen. Wenn man nun damit aufhört und fest in der Stille von *samādhi* verweilt, dann empfindet man Denken und Vorstellungen nur als Störungen. Das nennt man dann „das *citta* ist nicht mehr hungrig nach Sinnesobjekten". Nun führt man das *citta*, das gesättigt ist, auf den Weg der Weisheit, und zwar durch Untersuchung und Zerlegung des Körpers. Lungphu Mann lehrte mich das, und ich konnte es sofort umsetzen. Als ich dann aus dem *samādhi* kam, ging ich, da meine Konzentration einsatzbereit war, voll darauf los. Als ich dann den Weg der Weisheit beschritt, stieß ich auch sofort durch. Wenn ich was anfange, dann

mache ich das in vollem Maße. Ich legte mich weder hin noch schlief ich während der Nacht. Die Untersuchung drehte sich von alleine, und ich schlief auch den nächsten Tag nicht, solange bis ich fast tot umfiel. Oho! Wie war es möglich, dass wieder dasselbe passierte?

Ich ging also zum ehrwürdigen Lehrmeister Mann und erzählte ihm, dass ich den Weg von *paññā* beschritt, so wie er es mich gelehrt hatte, und dass sich im Moment *paññā* entwickelt. Er fragte: „Wie entwickelt es sich denn?" Ich antwortete: „Ich schlafe weder am Tag noch in der Nacht und während des Tages und der Nacht wirbelt die Untersuchung von selbst herum." „Sieh, nun bist du *sankhāra* verfallen", erwiderte er. Seht ihr, wie er es mir gab? „Du benutzt diese *sankhāra*, die *magga* dienen, ohne die Grenzen zu kennen!" Was er damit meinte, war, dass sich dabei *sankhāra* weltlicher Art einschleichen können. Aber das sagte er natürlich nicht, sondern warf mir den vollständig ungelösten Brocken ins Gesicht, damit ich ihn selbst untersuchen sollte. Er sagte nur, dass ich nun den *sankhāras* verfallen sei. Hätte ich das nicht untersucht, dann hätte ich es auch nicht verstehen können. Also wiederholte er nur: „Er ist wie verrückt den *sankhāras* verfallen." Diesmal unterwarf ich mich ihm ohne Widerspruch. Ist man da angelangt, dann wirbelt die Untersuchung ganz von alleine herum, und nur, wenn ich fast tot umfiel, würde ich mich im *samādhi* ausruhen, so wie er es mich gelehrt hat.

Oho! Wie könnte man *paññā* auf dieser Stufe Einhalt gebieten. Es wirbelt herum und herum, so sehr, dass ich die ganze Nacht und den ganzen Tag durch nicht schlafen konnte! Das *citta* arbeitet ganz von selbst (automatisch). Hier hielt mich der ehrwürdige Lehrmeister Mann zurück, damit ich mich im *samādhi* ausruhe, um meine Geisteskraft zu stärken. Ausruhen, schlafen und essen, obwohl dies eine gewisse Zeitverschwendung darstellt, hat den Grund, wieder Energie zu sammeln. Benutzt man das so, dann wird es so sein, wie der ehrwürdige Lehrmeister Mann es sagte. Aus diesem Grunde konnte ich diese Methode, die mir mein Lehrmeister mitgab, auch nie vergessen, denn er ist den korrekten Weg schon vor mir gegangen. Er lehrte nichts Falsches! Diejenigen, die ihm nachfolgen, eilen ihm

entsprechend nach. Hätte er uns etwas Falsches beigebracht, dann würde man was weiß ich ergreifen – nicht wahr? Hielte man daran fest, läuft man schief. Was soll man dann machen, he? Derjenige, der richtig lehrt, was auch immer man aufgreift, das wird sich als richtig erweisen, und man eilt nur vorwärts!

Aus diesem Grunde ist das Lehren und Anleiten von immenser Bedeutung. Wir Praktizierende können uns nicht auf den Kanon verlassen, um uns anweisen zu lassen. Denkt nur, so wie ich, der den Kanon studiert hatte, aber als ich dann ernsthaft praktizierte, konnte ich das nicht anhand des Kanons. Es wirbelte hier, im *citta*, herum. Wissen um Wissen entstand hier, und ich sah es, wie es sich in meinem eigenen Herzen offenbarte – überzeugend und sicher. Und das entstand nur aufgrund meiner Praxis, es kam nicht vom Studieren! Damit möchte ich aber nicht das Studieren herabsetzen. Doch als ich mich ernsthaft, auf Leben und Tod, der Praxis hingab, entstanden Einsichten, an welchem Punkt auch immer, die ich niemals gewusst oder gesehen hatte. Sie entstehen, und man ist vollkommen überzeugt und sich sicher! Ja, und so ging es ununterbrochen weiter. So unterscheidet sich die Praxis vom Studium.

Als ich mit dem Untersuchen anfing – was soll ich sagen –, tat ich das mit voller Kraft voraus, so wie ich es eben beschrieben habe. Es gab aber auch nichts, was sich dem Herz in den Weg stellen konnte. Da nehme ich kein Blatt vor den Mund, wenn ich vom Blockieren spreche, sind das mehr oder weniger die *kilesas*. Denn sie sind die Dornen, Stachel, Feuerholz und das Feuer, die das Herz in Flammen setzen. Deckt man dieses auf, zügelt man jenes, tritt man dieses aus, und bekämpft man jenes, dann wird das *citta* allmählich leerer und leerer werden. Also aufdecken und enthüllen und auf die *kilesas* einschlagen, bis sie auseinanderbrechen und vollständig verschwinden, und dann ist das *citta* vollkommen leer. Es gibt dann nichts mehr, das in das Herz eindringen kann. An was soll es dann noch anhaften? Hört euch das an! Welche Frage auch immer kommt, sie wird sofort beantwortet, denn der Weg zum Herzen ist vollkommen offen. Es ist so, als ob wir den Hahn eines großen Wassertanks aufdrehen, es

ist egal, welchen Hahn auf welcher Seite wir auch immer aufdrehen. Versteht ihr das? Auf welcher Seite auch immer wir ihn aufdrehen, dort fließt es heraus, ausgenommen wir drehen keinen auf. Wo auch immer es rauskommt, dort wird es sofort beantwortet. Die Frage ist nur, will man oder will man nicht darauf antworten.

Die Antworten auf Fragen, die gestellt werden, entstehen hier im Herz zu einhundert Prozent. Am Anfang müssen es hundert Prozent sein. Das, was ich dann als Antwort hervorbringe, muss dann auf den Zuhörer abgestimmt sein: Wie viel Nutzten kann der Zuhörer daraus ziehen? Wenn zum Beispiel eine Frage kommt, dann beantwortet sie das Herz zu hundert Prozent. Ist der Zuhörer in der Lage die Antwort hundertprozentig zu verstehen, dann schießt die Antwort auch sofort heraus. Sie wird vollständig beantwortet. In welchem Maß auch immer der Zuhörer es verstehen kann, in diesem Ausmaß kommt die Antwort heraus. Ist es eine Frage, die nicht beantwortet werden sollte, kommt auch keine Antwort heraus – ich verharre im Schweigen, als ob ich es nicht wüsste. So steht es um das Dhamma, das im Herzen wohnt. Jeder von euch sollte seine Ohren aufsperren!

Der Erhabenen Buddha kannte das Dhamma, mit dem er die Welt lehrte. Er kannte das Innere des Herzens. Er konnte sich nicht auf irgendwelche buddhistischen Schriften auf Palmenblättern stützen, denn letztere erschienen erst später. Der Erhabene Buddha öffnete den Kanon der natürlichen Ursachen in seinem Herzen, und all seine vielen Nachfolger öffneten es in ihren Herzen. Nun ist mein Herz erfüllt. Das Herz und das Dhamma sind nun ein und dasselbe und alles ist erledigt. Es gibt nichts, was das Herz überkommt, was schwierig ist, sich entgegenstellt oder in den Weg legt.

Behinderungen gibt es nur in der konventionellen Realität, gibt es nur bei den kilesas. Gibt es keine kilesas mehr, gibt es auch keine Behinderungen. Das Herz ist beständig vollkommen offen und leer! Genauso wie der Erhabene Buddha gesagt hat: „*Āloko udapādi* – Das Herz ist beständig Tag und Nacht strahlend klar.“ Das heißt, nichts überkommt mehr das Herz, da die kilesas und damit die konventionelle Realität zu einem Ende gekommen ist. Es kann also nichts

mehr in das Herz eindringen, und übrig bleibt nur das Dhamma und die Freiheit. Es gibt nur noch die pure Essenz des Dhamma, die für das Wohl der Welt mit all ihrer Macht zur Verfügung steht. Es hängt von der Person ab, wie viel sie davon profitieren kann, und ich lehre die Personen entsprechend nur so viel, wie sie davon profitieren können. Das ist das Dhamma der Praxis!

Ich selbst habe den Kanon studiert. Aber in der Zeit, als ich dann wirklich ernsthaft praktiziert habe – uih – entstand das Verständnis nicht aufgrund des angelernten Wissens, sondern es hat sich hier in meinem Herzen herumgedreht. Schließlich ist aber auch alles hier im Herzen zu finden. Als Beispiel die Dhamma Vorträge, mit denen ich heutzutage die Menschen lehre: Ich bin nicht mehr in der Lage einen scholastischen Vortrag zu halten und ich habe auch kein Interesse mehr daran. Ich weiß, dass ich es mehr oder weniger gelernt habe, aber das, was daraus entsteht, kann ich ehrlich gesagt nicht als Grundprinzip, auf das man sich in seiner Richtigkeit auf Leben und Tod verlassen könnte, hernehmen! Ganz im Gegenteil: es kommt es aus dem Herzen. Sobald etwas an mich herangetragen wird, schießt es hier hervor. Ja und zu einhundert Prozent kommt es hervor. So ist das eben. So wie bei den Dhamma Vorträgen heutzutage, es wäre mir unmöglich einen scholastischen Vortrag zu halten, ich kann mich einfach nicht mehr daran erinnern. Aber ich bin auch nicht mehr interessiert, mich daran zu erinnern! Was da ist, ist die Erfahrung der Praxis. Der Dhamma Vortrag, der darauf baut, entsteht sofort. Sei es nun mehr oder weniger, es entspringt dem Herzen. Ist der Vortrag zu Ende, dann verschwindet alles, nur noch Stille und alles ist wieder vollkommen leer.

Oho! Wenn ich davon spreche, dass es spurlos in der Stille verschwindet, verschwindet es derart, dass wieder alles vollkommen leer ist. *Sunnato lokam avekkhassu*[6]: Vollkommen leer, diese Welt ist vollkommen leer, und es gibt auch nichts, was das citta einfangen

6 Das vollständige Zitat heißt: *„Suññato lokaṃ avekkhassu Mogharāja sadā sato"*. Übersetzt heißt das: „O Mogharaja, du solltest die Welt mit Gewahrsam betrachten und sie als leer erkennen". Dieser Ausspruch kann in der in der *Sutta Nipata* gefunden werden.

könnte. Das ist die wahre Natur des citta, das keine konventionelle Realität mehr besitzt, die sich einmischen könnte. Das bedeutet, das wahre Dhamma und das wahre citta sind ein und dasselbe! Und das entsteht nur durch die Praxis! So etwas kann man nicht erfahren, wenn man nicht praktiziert hat. Es ist die Praxis, die der Schlüssel dazu ist, diese Art von Dhamma hervorzubringen, und es ist nicht das Studium, denn das, was wir gelernt haben, kann nicht zu unserem eigenen Vermögen werden: Wir können es vergessen oder auf Abwege geraten! Das was wir durch unsere Praxis erfahren haben, können wir niemals vergessen! Das ist ein für allemal in unserem Herzen festgeschrieben. So unterscheidet sich das Studium von der Praxis.

Was die *desanās* betrifft, die ich heutzutage gebe, um die Welt zu lehren, gebe ich diese aufgrund der Erfahrung dieser Natur. Ich habe an nichts mehr Interesse. Wer auch immer wie fragt, ich habe keine Angst stecken zu bleiben oder in eine Falle zu geraten, aber ebenso kann ich nicht erkennen, dass ich irgendetwas furchtlos gegenüberstehe. Ich erwarte nur, dass diese Fragen im Rahmen der Vernunft und Berechtigung liegen. Sobald die Antwort erscheint, wird sie mehr oder weniger an den Empfänger angepasst, und kommt dann sofort heraus. Entsprechend der benötigten Ernsthaftigkeit, mit der die Antwort gegeben werden sollte, kommt sie dann sofort heraus. Sollte keine Antwort gegeben werden, dann, selbst wenn ich sie herausziehen wollte, käme sie nicht heraus. So ist das einfach. Das ist das Gebiet der Praxis oder des Herzens. Das Herz ist klar und offen. Die ganze Welt ist vollkommen unverhüllt. Es gibt aber auch nichts, was aus den drei Daseinsebenen das *citta* berühren könnte. Absolut nichts. Das nennt man die Freiheit des *citta* oder auch die Essenz von Dhamma. So ist das. Es ist nur die Praxis, die es uns offenbart und erkennen lässt. Andere Gebiete sind dazu nicht in der Lage, aber der praktische Teil kann uns alles bis zur höchsten Stufe offenbaren.

Unser Charakter und die angehäuften Verdienste, ob sie umfassend oder gering sind, werden sich in dem Moment, in dem wir die Reinheit verwirklicht haben, entsprechend dem Entwurf unseres

Charakters und der angehäuften Verdienste offenbaren. Seit wir angefangen hatten zu praktizieren, entstand dieser Entwurf aufgrund unserer Wünsche und Vorstellungen. Zum Beispiel wünschten wir uns, als wir praktizierten, zum Arahant zu werden, und wenn wir dann Arahant geworden sind, dann auf diesem oder jenem Gebiet hervorzuragen. So schlichen sich unsere Wünsche ein. Ich will dies mit einem Garten vergleichen. In diesem Garten können wir dieses oder jenes pflanzen. Da dies unser Garten ist, haben wir auch das Recht diesen Garten voll zu bepflanzen. Welche Art von Bäumen auch immer, wir dürfen alles pflanzen. Was auch immer wir uns wünschen oder brauchen, werden wir pflanzen, und die Resultate unserer Bepflanzung werden sich in unserem Garten zeigen, da dieser Garten unser Garten ist! Die Freiheit, die Erlösung, gehört uns ganz genauso, aber die Nebeneffekte, die sie begleiten, sind Dekorationen aufgrund unseres Charakters und der angesammelten Verdienste. Und diese unterscheiden sich. Das ist dasselbe wie mit unserem Garten, was auch immer wir dort gepflanzt haben, das wird auch dort wachsen, nicht wahr? All die verschiedenen Arten von Bäumen unterscheiden sich von Garten zu Garten, dem Garten des reinen Dhamma eines Arahants. Welchen Charakter oder welche angehäuften Verdienste auch immer der Arahant in seinem Garten angepflanzt hat, dementsprechend wird er auch aussehen. Hat er nicht viel gepflanzt, dann wächst in seinem Garten auch nicht viel. Was auch immer er gepflanzt hat, er wird das, was er in seinem eigenen Garten hat, zum Ausdruck bringen.

Diejenigen, die *magga*, *phala* und *nibbāna* verwirklicht haben und die Welt an- und unterweisen, unterscheiden sich deshalb in der Weite, Enge, Tiefe oder Oberflächlichkeit und Einfachheit oder Detailliertheit. Versteht ihr? Diese Eigenschaften unterscheiden sich, da sie nur Zierde sind. Die Natur des Gartens ist die Reinheit, und deswegen muss auch nichts daran verziert werden. Verzierungen sind der Charakter und die angehäuften Verdienste, die man sich früher erworben und erwünscht hat. Wie: Wenn ich die Stufe des Arahants erreicht habe, dann möchte ich auf diese Weise hervorstechen und in diesem oder jenem hervorragen! Sobald man dann

Arahant geworden ist, ist man auch dementsprechend. So ist das! Die Reinheit aller Gärten ist dieselbe. Habt ihr das nun verstanden?

Das ist der Weg der Praxis. Worum ich euch alle bitte ist zu praktizieren. Ignoriert nicht euer Herz und lasst die *kilesas* nicht darauf herumtrampeln. Nehmt ihr die buddhistische Religion nur äußerlich an, dann dient sie nur zur Verschönerung eures Hauses, so wie ihr euer Haus mit diesem oder jenem Design verziert. Nehmt ihr die Religion um euch äußerlich zu verschönern, dann haltet ihr nur Exkremente und Scheiße in den Händen, denn ein Herz voller *kilesas* ist nicht zu gebrauchen. Ihr müsst es mit Dhamma verschönern. So wie es heutzutage ist, macht mich das traurig und mitleidig. Ich spreche wirklich die Wahrheit, denn im Moment sind die Mönche süchtig nach Titeln, Bereicherung und Lobhudelei, was natürlich nicht im Sinne des Erhabenen Buddha war. Der Erhabene Buddha verordnete, dass die Mönche, sobald sie ordiniert hatten, allem entsagen und in die Wälder und Berge geschickt werden müssen. Das ist die Lehre des Erhabenen Buddha: Sich in die Wälder und Berge zurückziehen. „*Rukkhamūla-senāsanaṃ*“. Sobald man als Mönch ordiniert, sollte man entsprechend dem „*rukkhamūla*“ unter dem Schatten eines Baumes, in den Wäldern oder in den Bergen in Höhlen oder unter Felsüberhängen leben. Dies sind geeignete Plätze für die Praxis, wo man nicht gestört wird. Eure Praxis wird dort bequem, geschmeidig und schön vonstatten gehen, und ihr müsst euch dort anstrengen und eifrig streben zu praktizieren für den Rest eures Lebens. Seht ihr da drüben? Unberührt! So solltet ihr leben!

...

Den vollständigen Vortrag kann man auf Luangta's Webseite *http://www.luangta.eu/site/books_de.php* lesen.

Dhamma, das aus dem Herzen kommt

Frage:
Wie viele Mönche sind hier im Kloster?

Antwort:
Es sind 43 Mönche und 3 Novizen.

Das sind dann zusammen 46! Oh, es ist schon voll belegt und trotzdem kommen noch mehr Mönche. Es lastet schwer auf meinem Herzen mich um alle zu kümmern, denn ich trage die Verantwortung für sie.

All die *desanās*[1], die ich heutzutage halte, dienen dem Wohl der Welt. Ich verwende nicht das scholastische Dhamma als Basis für meine Vorträge. Müsste ich mich auf das erlernte Dhamma verlassen, dann wäre ich nicht mehr in der Lage, *desanās* zu geben, da erlerntes Dhamma aus dem Gedächtnis kommt. In der Zwischenzeit kann ich mich kaum noch an Dinge erinnern, also woher sollten dann die Worte für eine *desanā* herkommen? Erlerntes Dhamma kommt aus diesem oder jenen Dhammabuch, von diesem oder jenem Pāli Ausdruck, diesem oder jenem Thema, und heute kann ich mich kaum noch daran erinnern. Eine *desanā* entsteht bei mir jetzt frisch, sie kommt direkt aus dem Herzen, wenn sie plötzlich diesem Moment entspringt. Sie entsteht hier in meinem Herzen, und das ist auch der Grund, warum ich immer noch *desanās* halten kann. Sie entspringt vollständig dem Herzen, und das ist auch der Grund, warum ich in die Vollen gehen kann. All das Dhamma kommt vollständig aus meinem Herzen. Das wollte ich euch wissen lassen. Ich muss mich nicht mehr auf diese oder jene Schrift verlassen, da mein Herz die Wahrheit ist.

---

1 Dhammavorträge

Die heiligen Schriften des Erhabenen Buddha und der Arahants entspringen einem vollständig reinen Herzen. Aus diesem Grunde sind sie auch ohne Fehler. Sie zogen das Dhamma aus ihren Herzen, um die Welt zu lehren. Es war nicht notwendig sich auf etwas zu beziehen, so wie es die Menschen heutzutage tun, denn das entstammt nur der Erinnerung, und Erinnerung unterscheidet sich von der Wahrheit. Ich sage euch das ganz ehrlich, ich spreche nur das, was voll und ganz aus meinem Herzen kommt.

Ich weiß nicht, wie weit ich heute mit meinem Vortrag kommen werde. Heute fühle ich mich schwach. Könnt ihr meine Stimme gut hören? Gibt es keine Geräusche, werde ich auch nicht gestört. Auf manchen öffentlichen Plätzen, wo ich Vorträge halte, ist viel Lärm. Wenn nur der Klang meiner Stimme zu hören ist, kann ich auch voll ins Dhamma eintauchen. Gibt es viel Lärm, unterbricht mich das ständig, und deswegen kann ich auch nicht voll ins Dhamma eintauchen. Aber ich nehme das auf mich. Vorträge für die Öffentlichkeit sind nur allgemeines Dhamma (der große Curry Topf). Dhamma, auf welcher Ebene auch immer, kann sich nicht vollkommen offenbaren, wenn Geräusche das *citta* stören und das Dhamma unterbrechen. Gibt es keine Nebengeräusche, dann rauscht das Dhamma auch ungefiltert heraus.

Wir befinden uns nun am Eintritt in die Regenzeit. Jeder hier Anwesende hat gerade das Gelübde abgelegt, in die Regenzeit einzutreten. Heute, wie ich gerade erwähnte, treten wir in die Regenzeit ein. Das bedeutet für uns, dass es uns nicht erlaubt ist, irgendwohin zu reisen. Wir müssen hier im Kloster bleiben. Das ist unsere Basis. Die Regenzeit ist eine Zeit, in der wir unsere Beharrlichkeit verstärken und festigen können. Es ist egal, wo wir sind, Beharrlichkeit ist wichtig. Beharrlichkeit ist zu jeder Zeit wichtig. So praktizierten die Mönche auch schon zur Zeit des Erhabenen Buddha.

Was heute von der buddhistischen Religion übrig geblieben ist sind Bücher und Schriften. Ich bitte euch, euch dieses Verfalls bewusst zu werden. Erlaubt ihr, dass dieser Verfall weitergeht, dann wird es in Zukunft auch keine wahre buddhistische Religion in der

buddhistischen Welt mehr geben. Warum? Der Grund ist der, dass die unheilsamen *kilesas* das Dhamma ständig verfälschen. Sie durchdringen unser *citta* von allen Seiten und füllen es an und schließlich werden die *kilesas* so schnell, dass wir nicht mehr mitbekommen, was vor sich geht.

Für diejenigen, die versuchen zu beobachten, ist es schwer genug zu sehen oder zu verstehen, was vor sich geht. Der Rest, der seine Augen geschlossen hält, lässt zu, dass die *kilesas* sie niederschlagen und zerhacken. Es gibt viele Mönche dieser Art. Aber so sollte sich ein Mönch nicht verhalten. Einige ordinieren und nennen sich Mönch, aber sie sind nur dem Namen nach Mönche. Sie gestatten den *kilesas*, sie die meiste Zeit anzufüllen...

Wenn alle unsere Gedanken und Vorstellungen eine Angelegenheit der *kilesas* sind, dann vernichten sie welches Dhamma auch immer sich gerade in unseren Herzen befindet. Unsere Gedanken, Worte, Aktionen und unser Verhalten sind dann nicht die eines Mönches, und es bleibt in unserem Herzen nichts von Wert übrig. Das bisschen *sati*, das übrig bleibt und über das Herz wacht, hat kein Interesse daran, die *kilesas*, die auf alle mögliche Weise denken und sich vorstellen und dies schon so lange getan haben, zu zügeln. Wir haben kein Interesse daran mitzubekommen, wie die *kilesas* unser Herz benutzen und es mit *dukkha* anfüllen. Es ist uns egal! Wir haben kein Interesse daran, unsere Gedanken und Vorstellungen in unserem *citta* mit ein bisschen *sati* zurückzuhalten. Über Weisheit brauchen wir uns gar nicht unterhalten. Ist kein *sati* mehr übrig, dann sind nur noch *kilesas* in unserem *citta*, die Tag und Nacht arbeiten. Wir wählen unsere Körperhaltung nicht mehr aus, denn das ist nun den *kilesas* überlassen. Wir als Praktizierende häufen dann nur noch *dukkha* in unseren Herzen an. Es ist für uns Mönche unheimlich wichtig, diese Gefahr zu verstehen...

Zur Zeit des Erhabenen Buddha waren die Mönche ein wahres Vorbild. Egal, aus welcher Familie oder sozialen Schicht sie kamen, sie ordinierten wirklich aus dem Grund, sich von *dukkha* zu befreien. Nach ihrer Ordination veränderte sich bei ihnen alles:

Ihre Gedanken und Vorstellungen, ihre Sprache, ihr Verhalten und selbst ihre Körperbewegungen. Alles drehte sich nur noch um die Essenz von Dhamma und nicht mehr um die *kilesas*, da sie schon alle weltlichen Belange aufgegeben hatten. Sie richteten ihre Augen auf die Praxis, um sich der *kilesas*, die in ihren Herzen wohnten, zu entledigen. Sie waren Mönche mit Beharrlichkeit und sie waren ein wahres Vorbild darin, wie ein Mönch zu sein hat.

Wenn unser *sati* beständig unser Herz beobachtet, dann kann man uns Menschen nennen, die Beharrlichkeit haben. Haben wir *sati*, das unser Herz in jeder Körperposition und bei jeder Aktivität beobachtet, dann nennt man das Beharrlichkeit auf die Art von *sati*. Beharrlichkeit ist, wenn *sati* das Herz kontrolliert, da dies der Platz ist, wo sich die *kilesas* verstecken. Da kommen die *kilesas* her. Kann jemand ohne Unterbrechung sein *citta* kontrollieren, dann ist das eine Person, die beharrlich ist.

Damit wir unser *citta* kontrollieren können, müssen wir zusätzlich zu *sati* das *citta* mit Hilfe von *paññā* untersuchen. Bei der Untersuchung müssen wir *paññā* auf jeder Realitätsebene und aus jedem Blickwinkel klug einsetzen. Es herrscht kein Mangel an *sati*, da *sati* das Herz vollständig umhüllt. Das heißt, es ist wichtig, sich in Richtung von *sati* und *paññā* anzustrengen. Konzentriert euch darauf, dies zu tun.

Handeln wir dementsprechend, existiert die Welt für uns nicht mehr. Das rührt daher, weil die ganze Welt die Welt der *kilesas* ist. Alle Menschen und alle anderen Wesen wurden geboren, weil die *kilesas* sich in deren Herzen eingenistet haben und diese mit *dukkha* anfüllen.

Aus diesem Grunde werden wir unterwiesen nicht über die Welt nachzudenken oder mit ihr zu liebäugeln, da alles Weltliche eine Angelegenheit der *kilesas* ist. Beobachtet den Geist, wenn ein Gedanke entsteht. Jemand, der auf sein eigenes Wohl aus ist, muss *sati* haben, denn die *kilesas* versuchen die ganze Zeit und mit aller Macht ins *citta* einzudringen. Das passiert wirklich die meiste Zeit. Also lasst die *kilesas* nicht denken!

Jemand, der sich auf ein *parikamma* festgelegt, aber noch keine Basis in *samādhi* erlangt hat, muss auf sein Meditationswort achten oder auf das Wissen über sein Meditationswort, und zwar so, dass *sati* fest daran haftet. Dies muss er dann als seine Basis betrachten. Das nennt man eine beharrliche Person. Deren *sati* klebt fest an ihrem Meditationswort und lässt es nicht abwandern. Das nennt man Hartnäckigkeit, und ich bitte einen jeden von euch, sich das gut zu merken.

Ich selbst habe auf diese Art praktiziert. Da ich noch keine feste Basis finden konnte, suchte ich nach etwas, was mir zeigen könnte, ob sich das *citta* entwickelt oder verschlechtert. Das geschah zu der Zeit, als ich noch nicht wusste, wie man sich um das *citta* kümmert. Anfangs war mein *citta* im *samādhi* so stabil und fest, wie ein ganzer Berg. Es war sehr solide. Aber ich wusste nicht, wie man sich richtig um sein *citta* kümmert, und so ließ ich es wandern. Als dann die Zeit kam, in der ich mich mehr anzustrengen versuchte, verschlechterte sich mein *citta*. Sobald es sich verschlechterte, war es mir unmöglich, es wieder auf den alten Stand zurückzubringen. Das bedeutete, dass ich nach einer soliden und stabilen Grundlage suchen musste, die ich dann dazu benutzen konnte, reibungslos weiterzukommen. Aber es war mir nicht möglich so etwas zu finden. Das passierte mir in meiner eigenen Praxis. Ich realisierte dann aber, dass dies deshalb passierte, weil ich kein *parikamma* hatte, das mein Herz kontrollierte.

Ich musste mein *citta* also mit einer neuen Methode wiederherstellen. Seitdem blieb ich bei meinem *parikamma*. Ob das *citta* sich nun verbesserte oder verschlechterte, interessierte mich nicht mehr. Ich erlaubte mir nicht, mich von solchen Dingen bewegen zu lassen.

Nun musste ich mein *citta* also richtig aufstellen. Von da an durfte ich nur bei meinem Meditationswort bleiben, egal ob sich das *citta* entwickelte oder verschlechterte. Ich hatte kein Interesse mehr an Entwicklung oder Verschlechterung. Ich kannte das zur Genüge. Egal wie sehr ich versuchte es zu verhindern, es würde sich trotzdem verschlechtern. Aber dieses Mal würde ich versuchen dies mit Hilfe von "*buddho*" zu verhindern. Aber ich konnte nicht

Entwicklung oder Verschlechterung verhindern. Also wenn mein *citta* sich verschlechtern wollte, ließ ich es zu. Würde sich mein *citta* verbessern, so ließ ich es ebenfalls zu. Ich würde, egal was passierte, mich nur an meinem Meditationswort festkleben. Auf diese Weise baute ich mein *citta* neu auf.

Sobald ich mich entschlossen hatte derart zu praktizieren, wurden mein *citta* und das Wort "*buddho*" unzertrennlich. Sobald ich aufwachte, füllte ich meinen Geist mit "*buddho*" und ich blieb dabei bis zum Schlafengehen. Ich erlaubte meinem *citta* nicht an etwas anderes zu denken. Wollte sich mein *citta* verschlechtern, so ließ ich das zu. Wollte es sich entwickeln, so ließ ich auch das zu. Entwicklung und Verschlechterung waren für mich nicht mehr wichtig, da "*buddho*" mein einziger Gedanke war. Würde sich mein *citta* verbessern, dann mit "*buddho*", würde es sich verschlechtern, dann ebenfalls mit "*buddho*". Ich würde an nichts anderes denken als "*buddho*". Das *parikamma* "*buddho*" war da, egal, in welche Richtung sich meine Praxis entwickeln sollte. Das Wort "*buddho*" und mein *sati* würden ständig eng miteinander verbunden sein. Ich nahm dies meinem Charakter entsprechend, auf jede Weise ernst, sehr ernst. Das Wort halbherzig existiert in meinem Vokabular nicht.

Sobald das *parikamma* "*buddho*" Tag um Tag mein *citta* anfüllte, konnte ich klar erkennen, dass mein *citta* friedvoll wurde. In keinem Moment ließ ich von meinem *parikamma* los, solange bis ich erkennen konnte, dass, sobald das *citta* vollkommene Stille erlangte, das *parikamma* auch verschwand. Was sollte ich nun tun? Zuvor konnte ich mich an mein *parikamma* "*buddho*" "*buddho*" klammern, und *sati* war die ganze Zeit da. Aber nun war mein *parikamma* verschwunden. An was soll ich mich festhalten, damit mein *parikamma* wieder erscheinen würde? Aber es gab kein *parikamma*, es war vor meinen Augen verschwunden. Ich konnte das klar erkennen, aber ebenfalls konnte ich erkennen, dass da ein ganz subtiles Wissen übrig blieb, das extrem fein war. Es gab nur dieses Wissen, und

ich konnte "*buddho*" nicht mehr denken[2]. Es wollte einfach nicht mehr erscheinen. Es blieb nur noch dieser vollkommene Zustand von Wissen übrig. Dann verstand ich auch klar, dass, wenn mein *citta* wirklich sehr subtil war, ich das *parikamma* nicht mehr denken konnte, es existierte dann einfach nicht mehr.

Da mein *parikamma* verschwunden war, entschloss ich mich, mein *sati* auf dieses Wissen zu konzentrieren. Nachdem nichts mehr von meinem *parikamma* übrig geblieben war, fokussierte ich mich auf dieses Wissen. Was immer auch geschehen sollte, sei es Verbesserung oder Verschlechterung, ich würde dieses Wissen als mein *parikamma* nehmen und *sati* darauf einschweißen. Dann passierte es, dass "*buddho*" ganz von alleine wieder erschien. Wenn ich "*buddho*" denken konnte, dann klebte ich mich daran fest. Das passierte mir häufiger. Wenn das *citta* wieder subtiler wurde, verschwand auch das "*buddho*" wieder.

Langsam dämmerte es mir, dass, wenn mein *citta* extrem fein war, es unmöglich war, "*buddho*" zu denken. Dann hielt ich mich an dem Wissen fest. Was auch immer da war, das nahm ich dann als Fokus. Das war der Anfangspunkt für mich, eine solide Basis zu entwickeln. Das war die Basis, von der aus ich eine feste Grundlage entwickelte und von da aus sich mein *citta* stetig fortentwickelte und nicht mehr zurückfiel. Nun da sich mein *citta* nicht mehr verschlechterte, wurde es allmählich ruhiger und friedlicher. Allmählich und Schritt für Schritt wurde es immer fester und stabiler.

Ich erreichte also wieder den Punkt der Verbesserung, an dem sich mein *citta* sonst immer wieder verschlechterte. So war es bisher: Zwei oder drei Tage Verbesserung und danach Verfall. Dann wieder zwei bis drei Tage sich entwickeln und danach zerfallen. Es war mir nur möglich, es drei Tage zu halten, bis es vor meinen Augen wieder verfiel. Wie sehr ich es auch zwang, es wollte sich nicht halten. Als ich nun wieder diesen Zustand erreichte, ließ ich, anstatt es verfallen zu lassen, von all meinen Erwartungen los. Ich kannte diesen

2 Der Geist war derart konzentriert, dass er überhaupt keinen Gedanken fassen konnte.

Verfall, der nach drei Tagen geschah, ich hatte ihn ständig erlebt. Diesmal würde ich es sich verschlechtern lassen, wenn es so sein sollte. Ich würde nun der Verschlechterung und der Verbesserung kein Interesse mehr schenken. Aber ich würde nun nicht mehr loslassen von meinem *parikamma* "*buddho*". Wollte mein *citta* verfallen, dann würde ich es zulassen. Es hat sich schon so oft verschlechtert, so häufig, dass mein Herz daran zerbrach, denn jedes Mal wenn das *citta* verfiel, erfuhr es äußerstes *dukkha*!

Falls es sich verbessern oder verschlechtern sollte, würde ich darüber nicht mehr glücklich oder traurig sein. Ich würde an nichts anderem mehr Interesse haben, als dass mein *sati* fest an das *parikamma* oder dieses Wissen geklammert ist. Sollte sich mein *citta* verbessern oder verschlechtern, ich würde auf keinen Fall vom "*buddho*" ablassen! Letztendlich gelangte ich an dem Punkt an, wo früher nach zwei oder drei Tagen das *citta* verfiel, aber nun gab es keinen Verfall mehr. Ich war allmählich in der Lage Schritt für Schritt mein *citta* zu stabilisieren. Es war mir egal, ob sich mein *citta* verbesserte oder verfiel. Ich hatte von all diesem losgelassen. Nun ging es langsam tiefer und tiefer, und das *citta* wurde allmählich fester und stabiler. Das zeigte mir, dass sich das *citta* verbesserte und verschlechterte, wenn es an *sati* mangelte. Früher war da kein *parikamma*, das das *citta* in Schach hielt, es gab nur den Willen, das *citta* ruhig zu machen. Also konnte mein *citta* dann wandern, wohin es wollte. Das war die Ursache für den Verfall meines *citta*!

Nun gab es keinen Verfall mehr, da *sati* und das *parikamma* die ganze Zeit zusammengeschweißt waren. Das war mein Grundsatz. Danach gelang es mir in ein felsenfestes *samādhi* einzutauchen. Ich ließ von meinem *parikamma* nicht eher los, bis *sati* vollständig an meinem *citta* klebte, denn erst dann war das *citta* fest verankert. *Sati* klammerte sich nun an meinem *citta*, an „Dem, der weiß" fest, und das *parikamma* „*buddho*" verschwand dann ganz von selbst. Es ließ von alleine los, aber *sati* war fest auf das *citta*, auf "Den, der weiß" gerichtet, und als Ergebnis verfiel das *citta* nie mehr wieder.

Auf diese Weise etablierte ich mein *citta*. Ich selbst stellte es so auf, und als ich dann die Resultate sah, war ich davon überzeugt, dass ich es auf die richtige Weise aufgestellt hatte. Nachdem ich mein *citta* derart aufgebaut hatte, verfiel es auch nie mehr. Wenn ich nun ins *samādhi* eintauchte, wurde das *citta* so stabil wie ein ganzer Berg. Aufgrund der Stabilität des *citta* in der Fülle des *samādhi* wusste ich, dass dies tiefes *samādhi* (*appanā* oder volles *samādhi*) war. Auf diese Weise etablierte ich mein *citta*, und ihr solltet es auf dieselbe Weise tun!

Seid nicht halbherzig und unentschlossen, denn so werdet ihr keine stabile Basis finden! Praktizierende Mönche wie wir, selbst wenn wir bis zu unserem Tod praktizieren, werden keine Resultate erzielen, es sei denn, wir halten uns an einem grundlegenden Prinzip fest. Gerade eben habe ich euch ein solches grundlegendes Prinzip gelehrt, damit ihr Bescheid wisst. Ich selbst habe diesen Weg beschritten und habe auf diese Weise meine Basis gefunden. Nun wünsche ich mir, dass ihr euch an diesen Weg haltet, um ein solides Fundament, das wirklich wichtig ist, zu entwickeln. Fixiert euer *sati* fest auf diesen Wissenden eures *citta*. Konzentriert euch nicht nur unentschlossen auf dieses Wissen, denn dies wäre euch nicht von Nutzen. Tut ihr nicht, was ich euch sage, werdet ihr, egal wie viel ihr meditiert, auch keine solide Basis finden. Denn dann wird nur Langeweile eintreten, und ihr werdet eure Arbeit aufgeben und euch stattdessen nur mit den Angelegenheiten der *kilesas* abgeben.

Nichts anderes als die Angelegenheiten der *kilesas* werden dann euer Herz erfüllen, und es wird nichts anderes mehr übrig bleiben. Würdet ihr dann versuchen euer *sati* auf euer *citta* zu konzentrieren, wärt ihr dazu nicht mehr in der Lage. Das kommt daher, weil ein *citta*, das sich mit allen möglichen Arbeiten beschäftigt und mit der Welt liebäugelt, ein *citta* ist, das abgelenkt ist und konstant herausgezogen wird. Ihr wärt dann nicht mehr in der Lage, euch auf eurer *citta* zu konzentrieren und es zu kontrollieren, und so würde es dann nur noch die Arbeit der *kilesas* verrichten. Dies alleine ist ein Grund, warum Praktizierende versagen. Nehmt euch das wohl zu Herzen!

Wärt ihr nicht mehr in der Lage euch auf euer *citta* zu konzentrieren, würden die Freudenfeuer der *kilesas* sofort entbrennen. Die *kilesas* würden euch nicht mehr erlauben, euer *sati* auf das *citta* zu richten, stattdessen würden sie euch herausziehen und -zerren zu äußeren Objekten, um euch abzulenken und euch im Nebel zu halten. Auf diese Weise versagen Meditierende. Ein jeder von euch soll sich das hinter die Ohren schreiben.

Egal wie heiß die Feuer der *kilesas* sein mögen, löscht das Feuer dort in eurem *citta*, denn da ist dieses Strohfeuer, und das ist auch der Platz, an dem die *kilesas* ansässig sind. Sie erzeugen dieses Feuer, das *dukkha*, um uns lichterloh zu verbrennen. Das ist das Feuer der *kilesas*, sie erzeugen und erhalten es! Also richtet euer *sati* auf diese Feuer, so dass dieses klare Wissen dabei bleibt. Selbst wenn euer *citta* voll in Flammen steht, fixiert euer *sati* auf euer *parikamma* und richtet es auf den Punkt, wo das Feuer entsteht. An diesem Punkt wird dann das Feuer abflauen und weniger werden, da ihr euren Gedanken nicht erlaubt zu entwischen und das Feuer der *kilesas*, das euch verbrennt, zu schüren. Auf diese Weise könnt ihr wieder Kontrolle über euer *citta* gewinnen. Merkt euch diese Methode gut! Heute werde ich es euch nicht detailliert beschreiben, sondern nur so, dass ihr die Methode kennt und damit ihr Praktizierende ein Prinzip habt, um euch ein stabiles Fundament zu erarbeiten.

Lasst das *parikamma* nicht los. Ihr dürft davon nicht ablassen. Kämpft mit all eurer Kraft, um euch daran festzuhalten. Wenn ihr im Stehen, Gehen oder im Sitzen meditiert, habt an nichts anderem Interesse, als dass euer *sati* sich solide am *citta* und eurem *parikamma* festhält. Erreicht ihr das Stadium, wenn euer *citta* friedlich wird und sich zu einem hervorstechenden Punkt des klaren Wissens entwickelt, dann wird sich auch das *parikamma* von ganz alleine verflüchtigen. Dieser Raum des klaren Wissens wird dann der Punkt sein, auf dem ihr euer *sati* stetig haltet. Nun habt ihr euch ein Fundament erworben. Der Friede des *citta* wird immer stiller und solider, da *sati* sich stetig statt auf das *parikamma* auf diesen Punkt des klaren Wissens konzentriert.

Danach macht weiter mit der Entwicklung von *paññā*. Ist das *citta* friedlich, dann ist es auch befriedigt und hat kein Interesse mehr über Formen, Klänge, Geschmäcker, Fühlen und andere externe Objekte, die es früher in Unruhe gebracht haben, nachzudenken. Nun haben wir *samatha* Dhamma erreicht, Ruhe, die zur Ernährung des Herzen dient. Trinkt das Herz diesen Frieden, dann wird es auch nicht mehr von externen Objekten in Unruhe versetzt. Das nennt man „nicht mehr hungrig nach Sinnesobjekten zu sein".

So nun geht's weiter mit der Untersuchung in Richtung *paññā* (Weisheit). *Paññā* untersucht, indem es den Körper und seine Teile in kleine Stücke, angefangen beim Kopfhaar und Körperhaar, weiter zu den Nägeln, Zähnen, der Haut, dem Fleisch, den Sehnen und Knochen zerlegt. Die Untersuchung schließt einen jeden Teil unseres Körpers, sei er innerlich oder äußerlich, ein. Alles, worum ich euch bitte, ist, dass euer *sati* sich die ganze Zeit auf das fixiert, was ihr untersucht.

Bezüglich der äußeren Körperuntersuchung können wir auch den Körper von jemand anderem nehmen. Für innerliche Körperuntersuchung können wir auch unseren eigenen Körper hernehmen. Ihr könnt all dies benutzen und für die Untersuchung zerlegen, um *paññā* zu entwickeln. Untersucht, indem ihr *asubha* (ekelhaft), *anicca*, *dukkha* und *anattā* verwendet. Könnt ihr euren eigenen Körper noch nicht klar genug untersuchen, dann untersucht zuerst den Körper eines anderen. Untersucht, welcher Teil des Körpers hübsch oder schön ist. Untersucht, wo diese Schönheit ihren Ursprung hat. Das ist die Art der Untersuchung, um *paññā* zu entwickeln. Zerlegt den Körper und schaut euch alle seine Teile an, oder zieht die Haut ab um das Darunter zu enthüllen. Wie schaut ein Mensch ohne Haut aus? Können wir diesen Körper immer noch als eine Frau, einen Mann, als uns oder sie bezeichnen? Wo ist nun die Schönheit oder Anziehung, die wir vorher gesehen haben, hingegangen? Wohin hat sie sich verzogen? Es gibt keine Schönheit oder Anziehung! All das, was übrig bleibt, sind Knochen, geschenkverpackt mit Haut. So

steht es wirklich um unseren Körper, aber eben dieser hält die ganze Welt zum Narren!

Das ist auch der Grund, warum der Erhabene Buddha uns lehrte, die Haut (*taco*) zu untersuchen. Er endete mit der Haut[3], da die Haut sehr wichtig ist. Sie hüllt eine Person vollständig ein. Sie hüllt den Haufen von Knochen ein. Sie hüllt die Eingeweide und all das dreckige Zeugs, das im Körper ist, ein. Es ist die Haut, die den Körper wie ein Geschenk verpackt und uns derart zum Narren hält, dass wir in den Körper vernarrt sind. Enträtselt den Körper! Das heißt *paññā*. Ein jeder von euch sollte ihn derart untersuchen. Öffnet den Körper und breitet ihn vor euch aus um ihn klar zu erkennen. Macht das nicht nur einmal, sondern macht das zu eurer Ganztags-Arbeit. In dem Moment, wo ihr eine Pause macht, taucht ins *samādhi* ein um euer Herz wieder friedlich werden zu lassen. Entspannt euch von eurer Arbeit, *paññā* zu entwickeln, und strebt danach das Herz still zu machen. Ruht das *citta* in *samādhi* aus. *Samādhi* ist ein Hilfsmittel, das *paññā* unterstützt, um *paññā* effektiver arbeiten zu lassen. In dem Moment, wo euer *citta* ausgeruht ist, verlasst *samādhi* und geht dahin zurück zu eurer Untersuchung, wo ihr sie unterbrochen habt. Untersucht schnell und behände.

Untersucht das Äußere des Körpers. Wie unterscheidet es sich vom Inneren? Untersucht das Innere des Körpers, wie unterscheidet sich das vom Äußeren? Tut das immer und immer wieder, so oft, bis ihr Fertigkeit darin entwickelt. Geschicklichkeit in *paññā* zu haben macht die Dinge sehr deutlich und klar. Wenn ihr darin geübt seid, und *paññā* geschickt und flink genug ist, wird alles, was ihr beobachtet, auseinanderbrechen und abgetrennt. Untersucht ihr das Innere des Körpers, werdet ihr nur Fleisch, Sehnen, Knochen und die inneren Körperteile sehen. Das wird passieren, wenn sich eure Untersuchung nach innen wendet, denn dann könnt ihr die Haut nicht sehen, denn ihr rauscht an ihr vorbei, wenn *paññā* ins

3 Die Haut ist das letzte der fünf Untersuchungsobjekte, die dem Mönch bei seiner Ordination zur Aufgabe aufgetragen werden. Die anderen vier sind: Kopfhaar, Körperhaar, Nägel und Zähne.

Innere stürmt. Ihr könnt die Haut, die ihr für so anziehend oder schön haltet, nicht sehen, da die Untersuchung nach innen stürmt und jeden Teil und Aspekt des inneren Körpers untersucht. Alles, was ihr dort findet, ist voll von Kot und Abfall, egal ob Frau oder Mann oder Tier. So, warum ist es möglich, dass die *kilesas* euch austricksen können, und ihr glaubt, dass der Körper anziehend und schön ist? Diese Schönheit ist nur getürkt, denn die *kilesas* führen euch nur hinters Licht. Könnt ihr das nicht erkennen?

Die Wahrheit kommt zum Vorschein, wenn *paññā* den Körper erforscht, denn dann erkennt sie die Wirklichkeit des Körpers. Sie erkennt alles. So, wo kommt die Anziehung und Schönheit, die das *citta* sieht, her? An was klammert sich das *citta* derart hartnäckig? Was genau hält es für anziehend und schön? Was begehrt es und an was klammert es sich? In dem Moment, wo wir die Wahrheit, die uns nicht täuscht, erkennen, wird unser Verständnis vom Körper klarer und klarer. Die Natur des Körpers ist wirklich faulig und stinkend. Aber wir halten ihn für anziehend und schön. Aber Anziehungskraft und Schönheit des Körpers sind eine Angelegenheit der *kilesas*, unser unechtes Selbst, das uns hinters Licht führt. Und wir gehen den *kilesas* auf den Leim. Lassen wir uns täuschen und haften an unserem Körper an, haften wir auch an einem Haufen von Schwierigkeiten und *dukkha*, die uns langsam verbrennen, an. Wenn ihr das versteht, heißt das, dass ihr *paññā* entwickelt habt. Auf diese Weise solltet ihr untersuchen!

Nehmt den Körper wirklich als Fleisch und Haut wahr. Bleibt ernsthaft bei eurer Arbeit mit *paññā* und untersucht den Körper von vorne bis hinten. Stellt den Körper wieder her und untersucht wieder. Zerlegt den Körper und untersucht wieder. Dann schaut euch selbst an, untersucht dieses Selbst und zerlegt es. Wenn ihr das Selbst zerteilt habt, dann wird das *citta* als ein extrem helles Licht in eurem Herzen erscheinen. Das grelle Licht des *citta* kennt keinen Vergleich. Fahrt ihr mit eurer Untersuchung fort, wird sich die Energie des *citta*, wenn die Untersuchung flinker wird, verstärken. Eure Untersuchung wird schneller und schneller. Das nennt man

paññā bei der Arbeit! Nun werdet ihr die Gefahr und den Schaden, wenn ihr euch an die verschiedenen Dinge anklammert, die ihr als gut, vorteilhaft, wünschenswert, niedlich, anziehend oder schön haltet, erkennen. Schließlich wird eure Täuschung weniger werden und dahinschwinden. Dann werdet ihr erkennen, das der Körper nichts anderes als ein Haufen von Knochen ist. Das nennt man *paññā* bei der Arbeit!

Ein Haufen von Knochen, ein Haufen von Fleisch und Haut: das ist der menschliche Körper. Er ist nichts anderes als eine Leiche. Da ist kein Unterschied. Es ist lediglich die Haut, die alles verhüllt. Das zu erkennen nennt man *paññā*. Untersucht mit Geschick. Denkt nicht oder spekuliert nicht, dass ihr dieses oder jenes *kilesas* rausreißen könnt. Erwartet das nicht. Seht euch nur diese Wahrheit an, und *paññā* entsteht und wird es euch sagen. Was herausgerissen werden sollte, wird von selbst herausgerissen. Euer *citta* wird von dem, was ihr erschöpfend untersucht habt, loslassen. Es wird dann ganz von selbst loslassen. Eure Untersuchung wird sich, wenn ihr jeden Teil und jeden Aspekt eures Körpers hinreichend untersucht habt, von selbst abwenden. Egal welche Intensität ihr in eurer Untersuchung angewendet habt, es ist dasselbe wie wenn ihr esst. Esst ihr langsam, ohne anzuhalten, in dem Moment, wo ihr satt seid, hört ihr auf. Eure Körperuntersuchung wird genauso ablaufen.

Ist eure Untersuchung erfolgreich und ihr betrachtet ein Tier, einen Mann oder eine Frau, werden sie euch auf dieselbe Weise erscheinen. Ihr betrachtet einen Körper, in Haut eingehüllte Knochen, und ihr werdet diesen als Skelett, Fleisch oder Haut sehen. Dies hängt von der Klarheit eures *paññā* ab und mit welchem Blick oder von welchem Winkel aus ihr euren Körper betrachtet. Ihr werdet euch ständig an diesen Blick oder Winkel als eine Basis eurer Untersuchung halten; als euren Weg, um *paññā* zu entwickeln. So entwickelt ihr die Untersuchung in Richtung *paññā*!

Untersuchung ist die Arbeit des *citta*, um *paññā* zu entwickeln, und das *citta* ist bereit die ganze Zeit zu untersuchen. Aber, wenn es ohne Unterbrechung für eine lange Zeit gearbeitet hat, wird es sich

erschöpfen und auslaugen. Dann soll es sich von seiner Arbeit der Untersuchung zurückziehen und sich im *samādhi* erholen. Taucht das *citta* ins *samādhi* ein und lässt ab von der Untersuchungsarbeit, dann wird es, da es seine Bürde abgeworfen hat, still, glücklich und gelassen. Das *citta* wird sich vollkommen ausruhen, als ob nichts anderes existieren würde. Bleibt vollkommen ruhig und ruht euch in dieser Stille aus! Lasst euch nicht von der Untersuchungsarbeit stören. Ist es an der Zeit für Stille, dann seid wirklich still. Lasst euch nicht, wenn es an der Zeit für Stille ist, in irgendetwas verstricken oder euch auf irgendetwas beziehen. Wirklich still und gelassen zu sein, das nennt man *samādhi*. Hat sich das *citta* genügend ausgeruht, wird es sich aus dem *samādhi* zurückziehen und wieder weiter untersuchen, um *paññā* zu entwickeln. Nun lässt das *citta* los vom *samādhi* und nimmt seine Vollbeschäftigung der Körperuntersuchung wieder auf, um *paññā* zu entwickeln.

Entwickelt *paññā*, wenn ihr an die Arbeit geht, so dass es unerschütterlich und geschickt wird. Wenn ihr erschöpft seid, werdet ihr das selbst wissen. Dann taucht ins *samādhi* ein und ruht euch darin aus. Das nennt man einen glatten und richtigen Ablauf beim Untersuchen, an keinem Punkt zu leicht oder zu schwer. Meine Gewohnheit war es, derart zu praktizieren. Aus diesem Grunde weiß ich es und kann es meine Mitstreiter deshalb lehren. In dem Moment, wo ihr die Stufe erreicht, wo ihr in *paññā* versunken seid, dann fängt die Untersuchung an einen Eigenantrieb zu bekommen. Das ist dann eine Stufe, auf der *paññā* Ursache und Wirkung erkennen wird.

Die Untersuchung eures Körpers ist sehr wichtig, da *rāga taṇhā* in eurem Körper lebt. Ein jeder in dieser Welt wird aufgrund von *rāga taṇhā* in Aufruhr versetzt und bedrängt. Deshalb ist diese Untersuchung von äußerster Bedeutung. Und ihr werdet es erleben, wenn ihr mit der Körperuntersuchung anfangt. Es gibt kein anderes *kilesa*, das schwerer auf eurem Herzen lastet oder euer Herz mehr kontrolliert als *kāma kilesa*[4], da *kāma kilesa* in eurer Vorstellung

4 *Kāma*: Lust auf Sensualität, aber speziell sexuelles Begehren

eures Körpers lebt. Wird der Körper aufgrund eurer Untersuchung leichter und leichter, dann wird *kāma kilesa* ebenfalls leichter werden.

Wenn die Untersuchung eures Körpers das *kāma kilesa* aus eurem *citta* entfernt, dann sind ebenso die Angelegenheiten von *kāma kilesa* beseitigt. Ich werde euch nicht erzählen, wie es passiert. Ich bitte euch nur auf diese Weise zu untersuchen. Die Ergebnisse werden sich nur dem zeigen, der praktiziert. Ich werde euch darüber nicht mehr erzählen, denn wenn ich euch mehr davon erzähle, besteht die Gefahr, dass eure Erwartung euch in die Irre führen kann. Die Ergebnisse zeigen sich nur demjenigen von euch, der praktiziert. Trotzdem bitte ich euch alle, den Körper auf eine geschickte und geübte Weise zu untersuchen. Was ihr auch immer betrachtet, seht es als ein Haufen von Knochen, Haufen von Fleisch mit Haut. Betrachtet es nicht als Tier oder Mensch, Mann oder Frau. Betrachtet es nicht als Haut. Bleibt nicht bei der Haut hängen, durchbohrt sie gleich. Das nennt man "*paññā* ist geschickt"!

Hat *paññā* dieses Stadium der Geschicklichkeit erreicht, dann wird *paññā* von selbst untersuchen, genauso wie eine Katze Mäuse jagt und fängt. Von da ab wird *paññā* automatisch. *Paññā* untersucht nun den Körper von selbst und ist schnell, behände und entschieden. Es kann mit *kāma kilesa* Schritt für Schritt mithalten. *Paññā* auf dieser Ebene ist ein *paññā*, dass sehr abenteuerlustig ist und beständig die *kilesas* untersucht. Diese Art von *paññā* ist wie Wasser, das den Berg mit lautem Getöse herunterrauscht.

Ist *paññā* in seinem Element, ist es *paññā* auf der Stufe des *kāma kilesa*, befindet es sich auf dieser Ebene der Körperuntersuchung, dann ist das ein *paññā*, das sehr wagemutig und ständig bereit zum Angriff ist. Denn *kāma kilesa* wiegt wie eine sehr große Last auf dem Herzen. *Sati paññā*, das ungeheuerlich mit diesem *kilesa* zu kämpfen hat, muss sehr wagemutig und angriffslustig sein. Es muss dem Praktizierenden angepasst und für ihn genau richtig sein. So wisst über euch selbst Bescheid, denn dieses *kilesa* existiert in einem jeden von euch! Lasst ja nicht zu, dass es euch kontrolliert!

Wenn ihr die Stufe erreicht habt, auf der euer *paññā* schnell und behände ist, dann wechselt eure Untersuchung von schwer zu leicht und von leicht zu stark. Wechselt immer wieder zwischen schwer und leicht und das hunderttausendmal[5]. Das ist die Macht von *paññā*, das erfahren ist. Diese Art der Untersuchung ist wirklich wichtig. Brecht den Körper auseinander und zerschlagt ihn und schaut euch alle Teile an. Das bedeutet, den Körper zu untersuchen. Seid ihr darin geübt, ist *paññā* erfahren und geeignet, dann werdet ihr das in eurem Herzen erkennen. Nun baut den Haufen von *asubha*, was ein Körper ist, sei er weiblich oder männlich, auf und stellt ihn vor euch hin. Seid gewahr, dass die Zerstörung dieses Haufens sehr schnell vonstatten geht. Denn in dem Moment, wo ihr ihn aufbaut, wird er aufgrund eurer Untersuchung, die ihn sofort zerstört, sofort in sich zusammenfallen.

Ist eure Untersuchung geschickt genug, dann nehmt diesen Haufen von *asubha* und beobachtet ihn. Wo entsteht er? Lasst ihn stehen und beobachtet ihn intensiv. Beobachtet die Bewegungen von *asubha*. Das ist wirklich wichtig, denn ihr werdet dann verstehen können, wie *asubha* euch austrickst. An diesem Punkt werdet ihr eure Körperuntersuchung beenden. Ist eure Untersuchung von *asubha* am geschicktesten, dann stellt *asubha* vor eure Augen und zerstört es nicht! Ist es *asubha*, dann lasst es dabei. Beobachtet es sehr intensiv. Die Bewegung von *asubha* wird sich vor euren eigenen Augen zu erkennen geben. Wo wird es hingehen? Beobachtet seine Bewegung aufs Genaueste! Untersucht das so lange, bis es euch klar wird. Ist es noch nicht klar, dann untersucht wieder und wieder. Tut das auf dieselbe Art und Weise wie zuvor, so lange, bis es auseinander bricht und sich zerstreut.

Hat eure Untersuchung genug Geschick, tut sie vor euch und beobachtet sie wieder. Seid entschlossen die Bewegung von *asubha* zu sehen. Wo kommt es her und wo geht es hin? Tut das wieder

---

5 Das ist ein Thai Idiom, das schwer zu übersetzen ist. Die Bedeutung ist: brecht es auseinander und dann sortiert es aus, und dann rückwärts, baut es wieder zusammen und schaut es euch an. Das müsst ihr sehr, sehr lange machen.

und wieder, solange bis ihr den Punkt des Ursprungs von *asubha* findet. Wo entsteht es? Wer ist es, der es zusammenbraut und verziert? Wer ist es, der ihm Bedeutung beimisst und entscheidet, dass es *asubha* oder *subha* ist? Ihr müsst das gründlich erfassen, denn es wird zu eurem Herzen zurückrennen. Die Wurzeln von *kāma kilesa*, die ihr herausreißen wollt, sind genau in eurem Herzen, und dort wird es herausgerissen. Entschließt ihr euch *kāma kilesa* zu seinem Ursprung zu folgen, wird es von alleine zu eurem Herzen zurückkehren. Niemand muss ihm das sagen, es wird ins Herz zurückfließen. Seht ihr? Hier im Herzen wird die Entscheidung zwischen *kāma kilesa* und der Angelegenheit des Körpers gefällt.

Das werde ich nur kurz erläutern, nur eine Andeutung machen. Zuviel Erklärungen wird gewisse Erwartungshaltungen wecken, die euch in die Irre führen können. Das ist etwas, was ihr als Praktizierende selbst untersuchen müsst. Ich habe euch den Weg gezeigt, wie ihr zu untersuchen habt. Ich habe euch gezeigt, dass ihr so untersuchen müsst. Kommt ihr dort an und seht die Wahrheit für euch selbst (*sandiṭṭhiko*), dann müsst ihr auch niemand fragen, da ihr es für euch selbst erkannt habt! Das ist die Untersuchung.

Die Untersuchung des Körpers ist sehr wichtig. Seid behände und erfahren und lasst von ihr nicht los! Diesen Weg müsst ihr nehmen, um Befreiung von *dukkha* zu finden. Schaut euch diesen Punkt in eurem Herzen an, der Ursprung von *kāma kilesa* liegt nirgendwo anders. Auf diese Weise ist das gut und richtig erklärtes Dhamma. Macht die Untersuchung, wie ich es euch erklärt habe. Macht es mit *sati*, lasst *sati* nicht los und seid nicht halbherzig! Ich bin wirklich beunruhigt, wenn ich mir die Art von Beharrlichkeit, die meine Mitstreiter an den Tag legen, ansehe. Denn so habe ich nie praktiziert. Es ist ein Schandfleck, aber ich übe Nachsicht, als ob ich blind und taub wäre, wenn es um die Beharrlichkeit, die meine Mitstreiter zur Schau stellen, geht. Schaue ich mir ihre Beharrlichkeit an, sehe ich so wenig davon. Ich habe nie derart praktiziert. Was auch immer ich tat, ich tat er mit wirklicher Entschlossenheit.

Denkt mal, zum Beispiel wenn ich *tudong* machte (Wanderschaftsmeditation), nahm ich nie jemanden mit, da ich mich hier die ganze Zeit auf mein Herz konzentrieren musste. Da gab es keine Ausnahme, denn wo immer ich hinging, mein *sati* beobachtete ständig mein *citta*. Einer anderen Form von Arbeit oder Menschen war es nicht erlaubt sich einzumischen. Ich war für mich allein und ständig im Ringen mit den *kilesas*. Ich war wirklich ernsthaft darum bemüht. Nun, wenn ich sehe, wie wenig und wie simpel sich meine Mitstreiter um ihre Praxis bemühen, dann kann ich da nicht zuschauen! Das ist nicht die Art und Weise der Beharrlichkeit, mit der man die *kilesas* besiegen kann. Ganz im Gegenteil, dies ist ein Bemühen, um noch mehr *kilesas* anzuhäufen. Aufgrund ihrer Nachlässigkeit werden sie nie verstehen, was vor sich geht! Wenn man sich derart wenig anstrengt, wird das Herz keine Grundlage und keine Prinzipien finden können.

Wenn wir entsprechend der Dhamma-Richtlinien, die uns der Erhabene Buddha tatsächlich gelehrt hat, praktizieren, wie können wir dann nicht die Frucht von *magga*, *phala* und *nibbāna* erreichen? Es muss in einem jeden von uns offensichtlich werden, da es *akāliko* ist – *akāliko*. Dhamma ist *akāliko*[6]! Es gibt keine Zeit und keinen Ort, wo dies zerstört werden könnte. Sind wir entschlossen, die *kilesas* beständig zur Strecke zur bringen, werden sie unabhängig von Zeit und Platz zermalmt werden. Erinnert euch gut daran!

Diejenigen, die uns erzählen, dass *magga*, *phala* und *nibbāna* nicht mehr verwirklicht werden können, sagen damit nur aus, dass sie diese nicht erreichen können. Menschen heutzutage, die daran glauben, dass in unserem Zeitalter *magga*, *phala* und *nibbāna* nicht mehr existieren, sind nur noch Skelette[7], die über die ganze bemitleidenswerte Welt zerstreut sind. Könnt ihr das erkennen?

Diejenigen Menschen, die denken, dass es *magga*, *phala* und *nibbāna* in der heutigen Zeit nicht mehr gibt, sind vollgefüllt mit

6 zeitlos

7 dahinvegetierende Menschen ohne Lebenstrieb

kilesas, die ihnen nur Leiden, Probleme und Aufruhr bringen, da sie ihre Herzen in Flammen gesetzt haben. Wohin man sieht: Nichts außer Brennstoff und Feuer, die überall in dieser Welt brennen. Wo gibt es Glück und Zufriedenheit? Wo sagt man, gibt es Fortschritt und Wohlstand? Wie kann es Wohlstand geben, wenn die *kilesas* die Herzen der Menschen verbrennen? Denn Menschen, die nicht an *magga*, *phala* und *nibbāna* glauben, werden dafür keine Energie verschwenden, ganz im Gegenteil, sie werden nur *kilesas* anhäufen. Sie besitzen nichts anderes als Brennstoff und Feuer, das sie ganz sicher verbrennen wird! Deshalb ist es wichtig daran zu glauben, dass *magga*, *phala* und *nibbāna* noch in der heutigen Zeit zu verwirklichen sind!

Wenn wir aber stetig das Dhamma mit *sati*, *paññā* und *saddhā*[8] stärken und uns darum bemühen, wie können wir dann nicht *magga*, *phala* und *nibbāna* erreichen? Der Erhabene Buddha lehrte uns das Dhamma in allen seinen Aspekten zu dem einzigen Zweck, nämlich um *magga*, *phala* und *nibbāna* zu erreichen. Er lehrte es uns aus keinem anderen Grund. Jedoch sind wir uns dessen überhaupt nicht bewusst und trödeln unter dem Einfluss der *kilesas* nur herum. Schließlich gehen wir her und greifen das Dhamma des Erhabenen Buddha an, indem wir sagen: „Buddhismus besitzt kein *magga* und *phala*; es ist unmodern, veraltet und überholt." Aber das sind nur die *kilesas*, die diejenigen Menschen, die blind sind und das Dhamma nicht schauen können, verzaubern und täuschen. Was ist es denn, was modern ist? Es sind nur die *kilesas*, die denken, dass sie modern sind.

Heutzutage sind die einzige Sachen, die modern sind, die *kilesas*, die solange auf den Herzen der Menschheit herumtrampeln und sie zermalmen, bis nichts mehr übrig bleibt. Dies und jenes gedeiht gut; was ist es, was gut gedeiht? Den *kilesas* zufolge, die sich in unseren Herzen anhäufen und sie verbrennen, gedeiht alles. Solange die Menschen verrückt nach den *kilesas* sind, werden diese

---

8 Er bezieht sich hier auf die fünf Kräfte *(indriya)*, wie: *saddhā* — Vertrauen, *viria* — Anstrengung, *sati* — Gewahrsein, *samādhi* — Konzentration und *paññā* — Weisheit.

nur Unheil ernten und deren Herzen werden ständig lichterloh brennen. Wo in dieser Welt können wir Menschen finden, die durch Aufrechterhaltung des Dhamma friedlich und gelassen sind? Es ist ganz wichtig, dass ihr den euch täuschenden *kilesas*, die prahlen und behaupten, dass diejenigen, die Titel, Anhänger, Geld und viele Dinge besitzen, glücklich sind, nicht glaubt. Denn das sind wahrlich die Tricks der *kilesas*, die die Herzen der Menschen verbrennen.

Egal, ob wir viel oder wenig besitzen, unsere Zufriedenheit und unser *dukkha* werden gleich bleiben. Denn Titel und Reichtum sind nur eine Angelegenheit der *kilesas*, die uns runterziehen wollen, aber sie sind nicht das Dhamma. Hohen oder niederen Status zu besitzen ist nichts als Zauber der *kilesas*, die uns täuschen. Den *kilesas* Glauben zu schenken wird unser *dukkha* nicht vermindern. Egal, ob Menschen klug oder dumm sind, das *dukkha* ist dasselbe, da wir klug oder dumm auf Art der *kilesas* sind, also wie können wir dann glücklich sein? Nur Menschen, die auf Art von Dhamma klug sind, können glücklich werden!

Das sind alles Angelegenheiten der Welt, so erwartet nicht, dass euch die *kilesas* die Wahrheit erzählen. Sie haben uns für Ewigkeit um Ewigkeit zum Narren gehalten und uns im *vaṭṭa saṁsāra*[9] festgehalten. Kann irgendjemand von uns vom Anfang bis zum Ende die Anzahl seiner Geburten oder der Daseinsebenen, die wir durchlaufen haben, zählen; oder die unzählbaren Äonen, die wir gestorben sind? Und wir taten das nur, weil uns die *kilesas* überlistet haben dies zu tun. Es gibt keinen Anfang und kein Ende der *kilesas* die Menschen der Welt zu täuschen. Die *kilesas* werden niemals alt, sie altern oder veralten nicht. Sie haben uns seit ewig getäuscht und werden es weiterhin tun, sofern wir nicht Dhamma benutzen, um sie abzuschneiden und vollständig zu zerstören. Dann haben wir einen Weg, um dies alles zu beenden. Deswegen müssen wir mit Hilfe von Dhamma die *kilesas* abschneiden und entfernen.

---

9 Kreislauf von Geburt und Tod

Ganz besonders wenn wir praktizieren, sollten wir daran arbeiten, die *kilesas* loszuwerden. Das ist der Weg, um den Kreislauf von Geburt und Tod abzuschneiden und zu verlangsamen, und das wird in unserem Herzen offenbar. Wir können nicht erwarten, dass dies irgendwo anders als in unserem *citta* passiert. Wenn das *citta* diese langlebigen *kilesas*, die die Ursache für unsere Geburt und für unseren Tod sind, blockiert und abschneidet, wird es diese immer mehr abschwächen und damit wird der Kreislauf von Geburt und Tod immer mehr abgeschwächt und beendet. Nun ist unser Herz davon überzeugt, und wir treten ins *samādhi* ein, das uns den Weg öffnet, um uns in Richtung von *paññā* zu entwickeln. *Paññā* wird die *kilesas*, eins ums andere, für immer enthaupten. Genauso wie ich es vorhin erklärt habe.

Macht die Körperuntersuchung anständig und lasst sie euch nicht entgleiten. Geht hart zur Sache, wenn ihr daran arbeitet! Geht danach ins tiefe *samādhi*. Was danach passiert ist automatisches *paññā*. Ich muss das nicht noch mal erklären, denn das wird anfangen, wenn ihr das *kāma kilesa* vollkommen vernichtet habt. Automatisches *sati paññā* wird ständig herumwirbeln. Ihr müsst auf dieser Ebene ein bisschen vorsichtig sein, da automatisches *sati paññā* leicht davonschlüpfen kann. Deswegen müsst ihr beides, wenn nötig, zurückhalten. Bezüglich der Körperuntersuchung ist *paññā* auf dieser Stufe bei der Untersuchung von *asubha* chaotisch und verwirrend. Sei es automatisch oder nicht, es wird chaotisch wegen seiner wachsenden Fachkenntnisse bezüglich *subha* und *asubha*, wenn es so herumwirbelt. Ihr liegt nicht falsch, wenn ihr das automatisch nennt. Dhamma jedoch ist nicht daran interessiert, es als automatisch oder nicht zu bezeichnen, da Dhamma nur daran interessiert ist, die *kilesas* aus dem Herz zu verbannen. Das ist das Einzige, was es befriedigt!

Nun zurück zum Körper, der angeblich gut aussehend und schön sein soll: Wie viele Äonen über Äonen haben wir einen Haufen von Körperteilen nach dem anderen besessen, der unter unserer Nase gestorben ist? Wir taten das nur aufgrund der *kilesas*. Wird *kāma kilesa* durch die Macht von *paññā*, die sich herumdreht und

herumwirbelt, vom *citta* abgetrennt, dann passiert das mit einem Schlag! Danach können wir sagen, dass *sati* und *paññā* sich herumdrehen und eintauchen in das verfeinerte Dhamma, mit anderen Worten die Gruppe der *nāma* Dhamma. Der Körper wird als *rūpa* Dhamma bezeichnet. Nach einer behänden Untersuchung, die das *kāma kilesa* aus dem Herz schneidet und entfernt, bleibt dann nur noch die Gruppe von *nāma* Dhamma übrig. Unsere Untersuchung ist nun mit *vedanā*, *saññā*, *sankhāra* und *viññāṇa*[10], die in unserem *citta* zusammengebraut werden, beschäftigt. Alles, was in unserem *citta* gebraut wird, sei es gut oder schlecht, entsteht und vergeht. Wo kommt dieses zusammengemischte Gebräu her?

Als wir mit unserer Körperuntersuchung anfingen, schlugen wir auf den Körper ein, um ihn auseinanderzubrechen, und breiteten ihn in Einzelteile aus, bis er verschwunden war. Danach war die Welt leer. Ihr müsst nur das *kāma kilesa* in eurem Herz zerstören, und diese Welt wird vollkommen leer werden! *Kāma kilesa* ist der große Unruhestifter, der in die Schlacht zieht und die Welt in Flammen setzt. Erkennt das klar, denn sobald ihr *kāma kilesa* überwunden habt, gibt es da nichts mehr zum Verbrennen.

Unsere Beharrlichkeit hat die Dinge von alleine umgedreht. Ihr musstet euch an Beharrlichkeit klammern, da es auf der Bühne von *kāma kilesa* wirklich chaotisch zuging, und Beharrlichkeit in diesem Stadium zu erhalten wirklich am schwierigsten ist.

Ihr Praktizierende des Dhamma müsst wirklich mit harter Hand vorgehen! Wenn *kāma kilesa* letztendlich zerstört ist, ist es so, als ob *nibbāna* zu eueren Füßen liegt. Es ist dieses *kilesa*, das euch alles vorenthält. Es blockiert alles, so dass ihr nichts sehen könnt. In dem Moment, in dem es zerstört ist, sind *magga*, *phala* und *nibbāna* in euerer Reichweite. Deswegen müsst ihr euch wirklich an *kāma kilesa* klammern und euer automatisches *sati* und *paññā* benutzen, damit sie beständig *kāma kilesa* jagen – wie eine Katze Mäuse fängt. Klammert euch daran fest. Automatisches *sati paññā* wird auf dieser

10 Gefühl, Gedächtnis und Assoziation, Gedanken, Bewusstsein

Stufe ständig herumwirbeln. Ihr Praktizierende müsst das deutlich so sehen. Sobald ihr das klar erkannt habt, warum sollte man es euch verbieten darüber zu sprechen?

Wen hat der Erhabene Buddha gefragt? Die vielen Arahants, wen haben sie gefragt? Sobald sie es für sich erkannt hatten, konnten sie von ganzem Herzen darüber sprechen, da sie es in ihrem eigenen Herzen erfahren hatten. Warum sollten sie also nicht darüber sprechen können? Sie zogen es sich aus ihren Herzen, um darüber zu sprechen. Warum sollten dann andere, die diese Ebene erreicht haben, nicht darüber sprechen können? Habt ihr diese Ebene erreicht, dann wird es so passieren. Es ist derart offensichtlich. Aber ich spreche sicherlich nicht leichtfertig über die Dhamma Praxis, der ich mich unterworfen hatte. Seit der Stufe des *samādhi*, das ich vorhin erwähnt habe, war ein jeder Aspekt meines Praxisweges zu jeder Zeit offensichtlich. Umfallend, wieder aufstehend, schwankend, kriechend, verbessernd und verschlechternd, so lange, bis ich endlich mein *samādhi* zum Laufen brachte. Dann allerdings, wie ich euch schon erzählte, blieb ich im *samādhi* stecken. Ich blieb für fünf Jahre in diesem *samādhi* stecken, da ich nicht den richtigen Weg zu nehmen wusste. Ich verwechselte *samādhi* mit *nibbāna*. Ich war bereit darin zu sterben. Dass ich im *samādhi* stecken blieb, wurde nur durch meine Nachlässigkeit verursacht.

Wo auch immer du bist, das Herz, das im *samādhi* verweilt, wird behaglich leben. Ihr könnt überall vollkommen glücklich leben, egal ob hungrig oder satt, ihr habt kein Interesse mehr etwas zu erreichen. Welches *dukkha* auch immer, ihr seid daran nicht interessiert, da das *citta* genug zum Essen im Herzen findet. Ist euer *samādhi* stabil, dann könnt ihr diese Art der Zufriedenheit erfahren. Ihr könnt in dieser Art von *samādhi* stecken bleiben, vorausgesetzt ihr habt keine höheren Stufen von Dhamma erreicht. Aus diesem Grund lehrte mich Lungphor Mann, nicht an diesem *samādhi* anzuhaften und den Weg von *paññā* einzuschlagen. Es ist wirklich leicht, in dieser Art von *samādhi* stecken zu bleiben. Ich kann es nicht vergessen, wie er mich ausgescholten hat, um mich aus diesem *samādhi* zu treiben.

Ich haftete daran wirklich an. In diesem Stadium kann man, wo auch immer man will, bleiben. Ich habe es wirklich Tag und Nacht genossen, darin unterzutauchen. Tage, Monate oder Jahre hörten auf zu existieren, da ich vollkommen zufrieden war. Als ich aus dem *samādhi* rausgehen musste, um *paññā* mit Hilfe der Untersuchung zu entwickeln, musste ich mich wirklich dazu zwingen – raus aus dem *samādhi*.

Wenn das *citta* wirklich derart friedvoll ist, muss man sich zum Untersuchen rauszwingen, um *paññā* zu entwickeln. Es ist unmöglich sich nicht zu zwingen. Hofft ja nicht, dass sich *paññā* von alleine entwickeln wird. Ich habe das selbst untersucht, da ich fünf Jahre im *samādhi* stecken geblieben war und nicht hatte erkennen können, dass sich *paññā* entwickelt. In dem Moment, wo mich Lunphu Mann rauszog, um *paññā* zu entwickeln, war mein *samādhi* bereit, die Entwicklung von *paññā* zu unterstützen. Sobald ich *samādhi* verließ, um *paññā* zu entwickeln, schoss *paññā* hervor. Nun schlief ich weder Tag noch Nacht, und meine Untersuchung lief und wirbelte herum. Das ist *paññā* bei der Arbeit. Sobald es herumwirbelt, sieht man Schritt für Schritt Resultate. Es schlägt auf die *kilesas* ein und zerstört sie und es haut wirklich ein auf das Schwergewicht *kāma kilesa*, das mit dem Körper zusammenhängt. *Sati* und *paññā* wirbeln nun ohne Unterlass herum. Haltet das aber noch nicht für automatisch, denn auf dieser Ebene scheint es mehr chaotisch zu sein. Von diesem Zeitpunkt an kann man das sehr klar erkennen.

Sobald das *kāma kilesa*, das unseren Körper mit unserem *citta* verbindet, vollkommen zerstört ist, wird diese ganze Welt leer! Es scheint dann so, als ob es keine Feinde mehr gäbe. Es war nur dieses eine *kilesa*, das schwer wie ein Berg auf unserem Herzen lastete und es am meisten quälte. Alle Lebewesen erfahren nur auf Grund dieses einen *kilesa* das größte Leid! Dazu müsst ihr auch niemanden befragen, da ihr das selbst genau beurteilen könnt. In dem Moment, wo es aus dem Herzen vertrieben wurde, ist nichts mehr übrig. Die Welt ist vollkommen leer, so leer eben, wie sie auf dieser Stufe werden kann. Es gibt da keinen Anteil von *dukkha* mehr,

der uns aufwühlen und uns Leiden oder Qualen bereiten könnte. Es gibt nur noch den starken Sog des Herzens, der nach subtileren Ebenen von *magga*, *phala* und *nibbāna* strebt. Ab jetzt könnt ihr das dann als automatisch bezeichnen.

Danach geht es an die Untersuchung der Objekte von *saññā*, das denkt und alle möglichen Dinge zusammenbraut. Der Körper hat nun seine Bedeutung verloren. *Paññā* wird den Körper nicht mehr untersuchen, da es ihn schon zur Genüge untersucht hat. Sobald der Körper hinsichtlich *kāma kilesa* vollkommen zerstört wurde, wird *paññā* von selbst von seiner Untersuchung loslassen. Habt ihr genug untersucht, dann wird es so passieren, und ihr werdet es für euch selbst erkennen! Es ist nicht so, dass ihr den Körper für ewig untersuchen müsst, *paññā* wird sich weigern, da es ihn schon vollkommen durchschaut hat. Versucht ihr das zu forcieren, dann werdet ihr es selbst erfahren.

Nun könnt ihr mit den *nāma dhammās*[11] weitermachen. Das Gebiet von *nāma dhammās* absorbiert uns nun Stück für Stück. Solange Brennstoff existiert, wird Feuer auflodern. Es gibt keinen Brennstoff in den Körperteilen mehr, deshalb hat *sati paññā* die Körperuntersuchung von selbst beendet und geht darüber hinweg. Aber solange noch irgendwo Brennstoff existiert, wird *sati paññā* ihn finden und ihn ohne Zurückhaltung verbrennen. Welches *kilesa*, mittelgroß oder fein, noch existiert, das wird als Brennstoff bezeichnet.

Denkt nicht, dass die Untersuchung *asubha*[12] betreffend schon beendet ist. Ihr müsst diese *kilesa* als Werkzeug benutzen, um euch weiterhin zu trainieren. Sobald ihr es trainiert, wird es von allein ins Herz verschwinden. Obwohl ihr wisst, dass *kāma kilesa* schon vernichtet wurde, trainiert ihr es trotzdem. Trainiert es entweder mit äußerlichen oder innerlichen *nimittas*[13]. Ihr bringt diese in euer Herz, bis keines der *nimittas* übrig bleibt. Die Probleme, die den Körper

11 *Nāma dhammās*: geistige Objekte, geistige Gefühle, Konzepte und Theorien

12 *Asubha* wird nun bezüglich der sechsten Fessel geübt, der Fessel des Anhaftens an fein materielle Existenzen und auch Formen.

13 visuelle geistige Bilder

betreffen, sind schon vorüber, jedoch dieses eine *nimitta* ist immer noch im Herz ansässig. Dieses *nimitta* wird nun das Werkzeug, um *paññā* auf dieser Ebene zu schärfen. Lasst dieses *kāma kilesa*, das extrem subtil ist, ein Stadium erreichen, wo ihr es untersuchen könnt. Wenn ihr in der Lage seid 50% zu bestehen, heißt das, dass ihr die Prüfung bestanden habt. Dies ist die Stufe, auf der die *kilesas* auf 50 % reduziert werden können. Es ist dieselbe wie die Stufe des Anāgāmī. Von hier ab werden die *kilesas* feiner und subtiler.

Jemand, der sexuelles Begehren beendet hat, ist ein Anāgāmī. Ab diesem Punkt werden die *kilesas* subtiler. Deshalb muss auch unsere Untersuchung feiner und feiner werden. Obwohl man eine Stufe erreicht hat, wo sexuelles Bedürfnis schon ausgelöscht ist, ist dieses *nimitta* ein Werkzeug, das *citta* zu trainieren, um ein Experte auf dem Gebiet der *nāma dhammās* zu werden. Welches *nimitta* auch immer hochkommt, wird, sobald es vollkommen untersucht wurde, verschwinden. Sobald das *nimitta* kreiert wurde, verschwindet es auch sofort. Sobald es erschaffen wurde, wissen wir, dass es im Herzen kreiert wurde. Welches Bild auch immer entsteht, man weiß, dass es im Herzen entsteht. Nun vergeht ein *nimitta* nach dem anderen, und das *citta* ist dann frei und leer. Welche Gedanken *saññā* auch immer aufkocht, sie werden augenblicklich wieder verschwinden. Folgt dem genau. Denn auf dieser Stufe sind die Objekte von *saññā* bezüglich *nāma dhammās* der Brennstoff. *Sati paññā* verfolgt sie und sammelt sie beständig ein, so lange bis sie zum entscheidenden Punkt kommen. Wirklich, untersucht es auf diese Weise!

Egal, was oder wo es passiert, es entsteht im *citta*. Ob nun gutes oder schlechtes Zeug zusammengebraut wird, es passiert im *citta*. Verfolgt es, bis ihr im *citta* landet. Kommt ihr dahin, dann erreicht ihr den wichtigen Kern im *citta*! Es entspringt hier und kommt hier wieder an. Oho, *avijjā* pattaya *sankhāra*[14], dieses wirklich wichtige Ding liegt hier verborgen. Seht ihr? Man kann es klar erkennen. Also geht da hinein und zerstört es an diesem Ort. Ja, es befindet sich hier an diesem Platz. Untersucht diesen Punkt, den Punkt des Ursprungs

14 *Avijjā* ist die Bedingung dafür, dass alle Phänomene entstehen können.

von allen *saññā* Objekten. Gelangt ihr bei eurer Untersuchung dort an, dann zermalmt es und macht es fertig. Dann ist wirklich nichts mehr da. Warum sollte man dann noch fragen, wo *nibbāna* ist? Das Einzige, das *nibbāna* verbirgt, sind die *kilesas*. Sobald das *citta* erstrahlt, warum sollte man sich dann noch nach *nibbāna* erkundigen?

Entengrütze (Wasserlinsen) verdecken das darunter liegende Wasser. Sobald wir die Entengrütze entfernen, wird das reine Wasser, das vollkommen von der Entengrütze bedeckt war, sichtbar. Warum sollten wir dann fragen, wo das Wasser ist? Das Wasser ist da im Teich oder im voll gefüllten Brunnen. Warum sollten wir dann fragen, wo *nibbāna* ist? Die *kilesas* sind es, die *nibbāna* zudecken. Es ist alles nur eine Angelegenheit der *kilesas*. Sobald die *kilesas* vollständig beseitigt wurden, leuchtet *nibbāna* sofort glänzend durch. Selbst wenn der Erhabene Buddha vor uns erscheinen würde, warum sollten wir Ihn irgendetwas fragen? Es gäbe keinen Grund ihn irgendetwas zu fragen. Denn all dieses ist ein und dasselbe, wir wissen und wir sehen ein und dasselbe! Es offenbarte sich in unserem Herzen, so, was sollten wir dann den Erhabenen Buddha fragen?

Von Anfang an sind wir den Spuren der Dinge gefolgt, die unsere Feinde gewesen sind und unsere Wiedergeburt verursacht haben. Nachdem wir mit Hilfe unseres Meditationswortes die Basis von *samatha* gefunden hatten, folgten wir stetig ihren Spuren mit der Körperuntersuchung. Das bedeutet, dass wir dabei den Spuren von unseren Geburten und Toden gefolgt sind. Wir kamen ins *samādhi* und entwickelten *paññā*, um das Geheimnis von Geburt und Tod aufzudecken. Das bedeutet, den Spuren der *kilesas* folgen. Was uns zur Geburt führt, ist nichts anderes als *avijjā*. Es hält uns vollständig in seinem Netz gefangen. All das ist nichts anderes als das Netz von *avijjā*. Nun geht die Untersuchung da hinein und verbrennt es entlang seiner Wege. *Tapa dhamma*[15], bestehend aus *sati*, *paññā*, Vertrauen und Beharrlichkeit verfolgt es und verbrennt es. Es wird alles, was schon zerstört ist, hinter sich lassen und was noch übrig ist, wird es verfolgen und verbrennen. Das gilt für das grobe und

15 Asketisches Feuer. Tapa ist ein lichterlohes Feuer, das die kilesas verbrennt.

mittlere *paññā*. Danach wird es die Stufe von automatischem *sati paññā* erreichen, wo es von alleine losrennt und Dinge von selbst verbrennt. So läuft es, bis es zu *mahā sati* und *mahā paññā*[16] wird. Was danach passiert, kann ich nicht mit Worten beschreiben.

Sobald sich so etwas derart in unserem *citta* offenbart, selbst wenn ihr sucht, werdet ihr es nicht in der *Tipiṭika*[17] finden. Es offenbart sich in eurem *citta*, und ihr braucht niemanden darüber zu befragen. Sobald man *mahā sati* und *mahā paññā* hinter sich lässt, was kann schon subtiler als *mahā sati* und *mahā paññā* sein? Also, das werdet ihr für euch selbst schauen. Darüber steht nichts im Kanon, aber man kann das selbst erfahren. Was kann man darüber sagen? Dies wird sich in eurem Herzen offenbaren. Das ist die Verfeinerung, von der ich spreche. Sobald man die Stufe von *mahā sati* und *mahā paññā* erreicht, ist noch dieses Etwas übrig, das noch subtiler ist. Die Verfeinerung wird dann dieses subtilste *kilesa* einäschern. Denn sie ist das Einzige, das dieses subtilste *kilesa* einäschern kann. Solch eine subtile Einsaugung! Wobei Einsaugung bedeutet, dass es dieses *kilesa*, während sie dieses aufsaugt, auch gleichzeitig einäschert. Zuletzt fällt es vollkommen auseinander und nichts mehr bleibt übrig.

Sobald alle *kilesas* vernichtet wurden, folgen nun Geburt und Tod in ihren Fußstapfen. Man hat also *avijjā* erreicht. *Avijjā* ist das, was zu Geburt und Tod führt. Es klebt am *citta* so an, dass ihr es verfolgen müsst, bis ihr das *citta* erreicht. Sobald es entwurzelt und rausgespült wurde, was könnte dann noch zu Geburt und Tod führen? Das, was zu Geburt und Tod führte, wurde schon vernichtet, und das wird euch vor euren eigenen Augen offenbart. Was könnte nun möglicherweise zu mehr Geburt und Tod führen? Das Einzige, was übrig bleibt, ist das vollkommen reine *citta*, derart hell leuchtend, dass es das ganze Universum durchdringt. Was könnte dann noch wiedergeboren werden? Wir wissen ein für allemal, dass dieses reine *citta* nicht die Ursache von Geburt und Tod ist. Derjenige,

16 *Mahā sati* und *mahā paññā* heißt überragendes *sati* und überragendes *paññā*.

17 Dreikorb der buddhistischen Schriften

der geboren wird und stirbt, ist nichts anderes als das Virus von *avijjā*, das im *citta* begraben lag. *Avijjā* war das Ding, das zu unseren Geburten und Toden geführt hat. Nun, da es vernichtet wurde, ist nichts mehr übrig, das zu Geburt und Tod führen könnte! Dieses, oh, ihr Praktizierenden, könnt ihr sehr klar erkennen, und das ist ganz sicher der Weg der Praxis.

Das Dhamma des Erhabenen Buddha kommt frisch aus dem Ofen. Lasst euch nicht von den *kilesas* täuschen, dass das Dhamma diesem oder jenem Zeitalter angehört. Welchem Zeitalter entstammen die *kilesas*? Sie werden zusammen mit den Herzen aller Lebewesen für wie viele Äonen über Äonen geboren. Und wer in der Welt weiß, wann sie angefangen haben und wann sie enden? Und seit wann werden die *kilesas* alt? Sie existierten ganz sicher seit aller Zeit! So warum behaupten die *kilesas*, dass das Dhamma veraltet und unmodern ist? Seht ihr, wie die *kilesas* uns täuschen? Verwendet das Dhamma, um sie zu enthaupten. Für wie viele Äonen über Äonen haben die *kilesas* existiert, so warum halten wir sie nicht für altmodisch und unmodern? Warum ist dann nur das Dhamma altmodisch und unmodern? Benutzt das, um auf sie einzuschlagen! Sobald die *kilesas* vernichtet sind, gibt es nichts, was das Dhamma als altmodisch und unmodern bezeichnet. Es sind nur die *kilesas*, die es derart kritisieren. Haut damit, ihr Praktizierenden von Dhamma, auf sie ein!

Ich empfinde für euch, meine Mitstreiter, wirklich Mitleid. Je älter ich werde, umso weniger *desanās* kann ich euch zum Zuhören geben, und ich habe tatsächlich nun für viele Jahre[18] damit aufgehört. Ein Grund ist, dass ich Thailand aus Mitleid und Wohlwollen helfe und ich deshalb meine Kräfte schonen muss, um dies zu erreichen.

Gerade eben habe ich von der Praxis geredet. Sobald ihr diesen Punkt erreicht, werden alle Probleme zu Ende sein und ihr braucht den Erhabenen Buddha über nichts zu befragen. Sobald ihr es erreicht habt, wird alles vollkommen offensichtlich. Also, was würdet

18 Er hat mit dem Lehren im Alter von 80 Jahren aufgehört.

ihr ihn dann fragen, wenn ihr schon die Antwort wisst? Was auch immer mit euch zusammenhängt, wird erbeben. Das ist das *citta*, und ich bringe es hervor, um darüber zu sprechen. Ich bringe es der Natur des *citta* entsprechend zur Sprache. Das *citta* weiß es, und es wird im Herzen offenbart. Ich bringe das nicht aufgrund irgendwelcher Schriften zur Sprache. Es entspringt der Wahrheit, die sich in meinem eigenen Herzen offenbart.

Sobald ihr diese Stufe erreicht habt, auf der die *kilesas* vollkommen vernichtet sind, ist all das, was in eurem *citta* übrig bleibt, diese reine Natur. Oho, all diese Dinge, von denen ich annahm, dass *nibbāna* so oder so wäre, wurden ebenfalls vollkommen ausgelöscht. Das *nibbāna*, das ich erwartete, entsprach nicht dieser reinen Natur. Es war einfach nicht das Gleiche, also nannte ich es nur *nibbāna*. Aber um sicherzustellen, dass es wirklich diese reine Dhammaessenz war, versuchte ich trotzdem für ein Mal diese reine Natur auseinanderzubrechen. Diese reine Natur des *citta* ist die Dhammaessenz. Der Erhabene Buddha brachte das ganze Universum zum Beben, als er diese reine Natur, diese letztendliche Dhammaessenz, erreichte. Jeder Arahant, der das Tor der Erleuchtung durchschreitet, wird exakt zu dieser Dhammaessenz.

Flüsse fließen in den Ozean, wie zum Beispiel der Fluss Chao Phraya oder Bang Pakong. In dem Moment, wo ihr Wasser den Ozean erreicht und in ihn einfließt, benennt man das Wasser mit demselben Namen, nämlich Ozean. Ihr Wasser ist nun das Wasser des Ozeans. Es ist nun nicht mehr möglich, es das Wasser von diesem oder jenem Fluss zu nennen. Dasselbe gilt für all die Praktizierenden, egal wer sie sind. Die Praktizierenden werden mit den verschiedenen Flüssen, die in den Ozean einfließen, verglichen. Sie werden aufgrund ihrer Praxis und ihrer verdienstvollen Handlungen entlang ihres Weges immer breiter, je näher sie dem Ozean kommen. Sobald sie dann den Ozean des Wissens erreicht haben und sich mit ihm vereinigen, werden sie ein Teil dieses Ozeans des Wissens und besitzen alle dasselbe Wissen. Auf diese Weise vergleiche ich sie mit den verschiedenen Flüssen, die in den Ozean fließen.

In dem Moment, wo unser Fluss von Wissen vollkommen gefüllt ist und in den Ozean des Wissens eintritt, wird das Erleuchtung genannt. Nun haben wir *mahā vimutti* (die große Freiheit) und *mahā nibbāna*, was nichts anderes als die Dhammaessenz ist, erreicht. Diese Erfahrung hat einen jeden der Buddhas erbeben lassen. Was und warum würdest du den Erhabenen Buddha dann fragen? Wollt ihr wissen, ob der Erhabene Buddha existiert oder nicht? Alles ist nun selbstverständlich, man hat schon seine Bestätigung erhalten! Diese Erfahrung hat jeden Erhabenen Buddha erschüttert. Wie viele Buddhas wurden erleuchtet in wie vielen Äonen von Äonen von Jahren? Können wir sie zählen? Die Anzahl der Buddhas, die seit dem Uranfang bis zum Ende erleuchtet wurden, wer ist in der Lage sie zu zählen? Alles dies aber existiert hier in dieser Dhammaessenz!

Wie groß ist die Anzahl der Arahants, die die Anhänger aller dieser Buddhas gewesen sind? In dem Moment, wo sie diesen Punkt erreicht hatten, wurden sie alle zu diesem einen Ozean, diesem offenen See, oder nennt es auch *mahā vimutti* oder *mahā nibbāna* oder die Dhammaessenz. Es ist alles ein- und dasselbe! So, wo existiert dieses Nichts[19] oder die Vernichtung, wovon die Menschen reden? Denkt mal darüber nach! Diese Dhammaessenz – ist das das Nichts? Und das Wasser des ungeheuer großen Ozeans, wenn all diese verschiedenen Flüsse in ihn einfließen, was passiert mit dem? Heißt das etwa, dass die Flüsse und der riesige Ozean sich einfach in Luft auflösen?

Dasselbe gilt für jeden Praktizierenden, dessen *citta mahā vimutti* und *mahā nibbāna* erlangt. Es ist gleichbedeutend mit den Flüssen, die den Ozean erreichen. Ist der Fluss zum Nichts geworden? Nun gut, es offenbart sich einem selbst, dass dies nicht der Fall ist, so wie könnte es sich dann in Luft auflösen? Was passiert mit der Frage, ob Lord Buddha existierte oder nicht? Es offenbart sich, oh Praktizierende, alles hier!

---

19 Er bezieht sich hier auf die Menschen, die glauben, dass *nibbāna* Auslöschung ist.

Das ist nicht dasselbe wie das, was wir von den Palmblätter Schriften gelernt haben. Je mehr wir davon lernten, desto mehr dachten wir darüber nach. Ich war genauso, also sage ich das nicht ohne Erfahrung. Ich studierte das Böse und sofort dachte ich über das Böse nach. Ich studierte Himmel und Hölle und sofort dachte ich darüber nach, ob sie wohl existieren. Was auch immer ich studierte, sofort spekulierte ich darüber und schließlich spekulierte ich sogar über *nibbāna*. Ich gelangte zu dem Punkt, wo ich mich fragte, ob *nibbāna* real war, ob es wirklich existierte oder nicht.

Seht, diese Spekulationen rühren vom passiven Studieren her. All das, was gelernt wurde, ist passives Gedächtnis und man erlebt nicht die Realität. Man erinnert sich nur an die Bezeichnungen, die Realität sieht man nicht. Alles, was wir davon haben, ist, dass wir dann diese Spekulation auf unseren Schultern tragen. Selbst wenn wir die ganze *Tipiṭika* erlernt haben, tragen wir nichts anderes als Zweifel herum. Aus diesem Grunde gilt für diejenigen, die wenig oder viel studiert haben, wenn sie noch nicht praktiziert haben, dass sie keine Grundlage und Erfahrung besitzen. Wie viel auch immer man studiert, selbst die ganze *Tipiṭika* durch, dann hat man das nur in seinem Gedächtnis beendet, und das kann nicht dasselbe wie *magga phala* und *nibbāna* sein. Man muss praktizieren, um das auseinanderhalten zu können!

Wollen wir es vergleichen, dann dient die *Tipiṭika* als ein Plan, um *magga*, *phala* und *nibbāna* zu erreichen. Das kann mit einem Plan von unserem Haus mit allem möglichen Detail verglichen werden. Besitzen wir nur den Plan mit allen Zimmern, na schön, dann ist das nur ein Plan, und er wird nicht zu einem Haus werden. Wollen wir, dass es ein Haus wird, ein Gebäude welcher Größe auch immer, dann sollten wir den Plan nehmen, ihn ausbreiten und anfangen dem Plan entsprechend zu bauen. Die Resultate werden sich von dem Moment an, wo wir das Fundament legen, zeigen. Der Erhabene Buddha nannte das den Weg zur Erleuchtung. Das ist nichts anderes als das Dhamma Studium, die Dhamma Praxis und der Weg zur Erleuchtung. Das Dhamma Studium ist nicht anderes

als der Plan von *magga*, *phala* und *nibbāna*. Die Dhamma Praxis ist nichts anderes als der Fortschritt, den wir in Hinsicht auf die Fertigung des Realen machen, mit anderen Worten *magga*, *phala* und *nibbāna*.

Das fängt damit an, wenn das *citta* in *samādhi* ist. Nun können wir klar erkennen, dass unser *citta* still ist. Das bedeutet, wir legen unser Fundament, dann wird auf der Ebene von *samādhi* die Struktur des *samādhi* anfangen zu erscheinen. Es fängt an klar zu werden, welches *samādhi* mit welcher Art von Stabilität es ist. Das kann man mit dem Bau eines Hauses vergleichen. Nachdem wir das Fundament gelegt haben, können wir die Wände errichten, das Dach und so weiter, bis wir das Haus vollständig und zu Ende gebaut haben.

Die Dhamma Praxis fängt mit *samādhi* an. Dabei wird die Notwendigkeit für die Einhaltung der Tugendregeln (fünf für Laien und 227 für Mönche) klar. Das ist der Weg der Praxis. Ihr müsst die Tugendregeln derart praktizieren, dass ihr sie werdet. Werdet nicht zu einem kahlgeschorenen Mönch, der nur prahlt, dass er die Tugendregeln und Vorschriften einhält. Es gibt Mönche, die diese nicht einhalten. Sei es gut oder schlecht, sie lassen die Regeln einfach fallen. Es gibt eine Menge von rasierten Köpfen (Mönche) ohne Tugendregeln! Wir als Mönche sollten nicht glauben, dass alle Mönche die Tugendregeln einhalten. Es gibt da die Gruppe der Geister, der hungrigen Geister und Höllenwesen, die Gruppe von Wesen, die schamlos gegenüber den Tugendregeln sind. Das ist die Gruppe, die die Tugendregeln zerstört. Diese Mönche legen die gelben Roben an, um ihren kahlen Kopf zu kleiden und geben bekannt, dass sie Mönche sind, selbst wenn sie nicht mal eine der Regel befolgen. Seht, sie studieren passiv das Dhamma, ohne irgendetwas davon zu praktizieren. Damit zerstören sie ebenso ihre Tugendregeln! Wie können sie die Regeln befolgen? Selbst die Erinnerung an Dhamma spielt bei diesen Mönchen absolut keine Rolle. Wer weiß es nicht, dass Mönche 227 Regeln befolgen müssen? Trotzdem zerstören sie alle, und keine einzige Regel bleibt bei ihnen erhalten.

Sich nur aufs Gedächtnis zu stützen kann uns zerstören, da das Gedächtnis nicht ein Teil des Weges ist, der zu Ergebnissen führt, egal welchen Abschnitt oder welche Stufe des Dhamma wir auch lernen. Studieren wir *samādhi*, wird das nur in unserer Erinnerung sein. Welche Stufe von *paññā* auch immer, es wird nur die Erinnerung daran sein. *Magga*, *phala* und *nibbāna*: es bleibt nur die Erinnerung daran, vollgefüllt mit Zweifeln. Gedächtnis ist ohne Sinn und Zweck. Menschen, die viel oder wenig lernen, aber nicht praktizieren, sollten nicht damit angeben. Ich selbst habe genug studiert, so dass ich mit Recht darüber sprechen kann. Ich habe euch erzählt, dass ich für sieben Jahre ein Bücherwurm war. Wie viel auch immer ich studierte, es hat nichts verbessert, aber ich habe gleichzeitig auch praktiziert, und das tat mir gut. Ich studierte und praktizierte, aber praktizierte eben nicht Vollzeit. Aber der Zweifel, solange ich ein Buchwurm war, war ständig präsent.

Der blieb bestehen, bis ich anfing nur noch zu praktizieren. Ich fing damit an, meine Regeln vollkommen rein zu halten. Als ich meine Regeln einhielt, fühlte sich mein Herz wohl und sicher. Die Regeln einzuhalten ist Teil der Praxis. Es ist die Praxis des Schutzes. Danach fing *samādhi* sich an zu entwickeln. Sobald ich mich entschloss zu praktizieren, war das so, als ob ich mein Haus baute. Die *samādhi* Struktur begann sich zu zeigen. Welche Stufe des *samādhi*, welche Tiefe oder Subtilität, sie wurde stetig offensichtlicher, da ich sie ständig mithilfe meiner Praxis aufbaute. Danach kam *paññā*. Welche Stufe von *paññā* es auch war, ich wusste es. Ich erzeugte eine Weitsicht von *paññā*, das heißt ich entwickelte unaufhörlich die Struktur von *paññā*. Welche Stufe von *paññā* es auch war, das Wissen darüber tauchte bis zu *mahā paññā* auf, das wurde mir sehr klar. Das unaufhörliche Aufbauen, das nennt man „*magga*, *phala* und *nibbāna* errichten“.

Ich habe es errichtet, seit ich den Reichtum von *samādhi* besaß. Danach erwarb ich mir unaufhörlich den Reichtum von *paññā*, genauso wie man ein Haus erbaut, so lange bis ich *mahā sati* und *mahā paññā* erreichte. Ich wusste nun, dass ich bald fertig sein

würde. *Magga*, *phala* und *nibbāna*; das Haus war perfekt errichtet, um *magga*, *phala* und *nibbāna* zu erreichen. Es war fast fertig. Sobald dann die *kilesas* vollkommen vernichtet waren, war das Haus perfekt errichtet und *magga*, *phala* und *nibbāna* erfüllten mein Herz. Das ist die wahrhaftige Verwirklichung der Erleuchtung.

Mein Verständnis entwickelte sich Schritt für Schritt, da meine Tugendregeln ungetrübt waren. Welche Stufe von *samādhi* ich auch entwickelte, das Wissen darüber entstand in mir. Welche Stufe von *paññā* ich auch erreichte, durch welche Tiefe von verfeinerter Untersuchung auch immer, das Wissen darüber entstand in mir. Als ich die Stufe von *mahā sati* und *mahā paññā* erreichte, entstand das Wissen darüber ebenfalls in mir, bis zur letztendlichen Befreiung. Es offenbarte sich mir, dass alles vollständig vernichtet war, ohne dass auch nur ein einziges *kilesa* übrig blieb. Mein Wissen umfasste das ganze Universum. Alles wurde selbstverständlich, warum sollte ich dann den Erhabenen Buddha darüber befragen? Auf diese Weise gehen das Dhamma Studium, die Praxis und die Erleuchtung Hand in Hand.

Würde die buddhistische Religion nur das studierte Dhamma enthalten, wäre die Religion unvollständig. Ist Praxis kein Teil davon, dann existiert es nur in der Erinnerung, und Erleuchtung ist unmöglich. Buddhismus muss normalerweise alle drei Teile, *magga*, *phala* und *nibbāna* enthalten, um als vollständig und perfekt bezeichnet werden zu können. Nur dann kann *nibbāna* verwirklicht werden. Existiert Buddhismus nur im Gedächtnis, und würden diese drei Teile nicht erhalten bleiben, dann würde es keinen Unterschied zwischen den Praktizierenden und den Studierenden geben. Ich kann keinen wirklichen Vorteil im wenig oder viel Studieren erkennen, es ist nichts anderes als ein Bücherwurm zu sein. Gibt es keine Praxis, die dem Studium folgt, dann ist das nur nutzloses akademisches Studium.

Die *Tipiṭika* des Erhabenen Buddha ist korrekt. Er lag nirgendwo falsch. Aber es geht dann schief, wenn jemand, der ein Bücherwurm ist, voll von Zweifel ist und nicht an die Wahrheit des Erhabenen Buddha glaubt, und auch nicht glaubt, was der Erhabene Buddha

in den Büchern gelehrt hat. Dieser Mensch bringt dann seine *kilesas* und seine Begierde hinein und misstraut diesem und jenem. Letztendlich lässt er die *kilesas* die Existenz von Böse, Tugend, Hölle und Himmel und die der *Brahmā*-Welten auslöschen, obwohl der Erhabene Buddha deren Existenz in den Schriften gelehrt hat. Die *kilesas* des Bücherwurms fuhrwerken hinein und löschen alles aus, und dann erzählt er uns, dass Dinge wie Hölle und Himmel, Tugenden und das Böse nicht existieren. Zum Schluss wird er zu einem nichtsnutzigem (*mogha*) Mensch oder nutzlosem Mönch. Es passiert nun überall hier im Land. Könnt ihr das erkennen? Seht her, all diese Ehrwürdigen und alle von uns hier unterscheiden sich nicht wirklich, wenn wir den *kilesas*, die unser Herz besetzen, folgen. Aber in dem Moment, in dem wir anfangen zu praktizieren, werden wir, anstatt dass uns Zweifel plagen, Schritt für Schritt verstehen.

Fangt an zu praktizieren, denn ich mache mir wirklich Sorgen um meine Freunde. Ich zweifle nicht an den Dhamma Vorträgen, die ich – egal in welcher Situation – meinen Freunden gebe. Egal welche Art, welche Stufe oder welches Thema, ich ziehe es aus meinem Herzen und lasse es zu einem Vortrag werden. Ich informiere mich nicht in der Heiligen Schrift[20]! Ihr müsst verstehen, ich schaue deshalb nicht herunter auf die Heilige Schrift, aber diese innere Schrift offenbart sich von allein in meinem Herzen. Der Erhabene Buddha hat uns in der Heiligen Schrift gelehrt, die Heilige Schrift in unserem Herzen zu finden. Wenn sich die Heilige Schrift schließlich in unserem Herzen offenbart, wo anders sollten wir nach der Antwort suchen? Seht, die Lehre wird aus meinem Herzen hervorgezogen, um euch zu unterweisen. Lehren anhand der Schriften sind etwas, was häufig falsch läuft.

Lehrt man anhand der Textbücher, heißt das, dass man aus seiner Erinnerung her inklusive seiner Zweifel lehrt. Solange man Zweifel hegt, wird das Lehren anderer einem nicht Gewissheit verschaffen, und wie kann die Person, die dem zuhört, daraus vollen

20 Er sagt *sādhu*: Es ist gut so. Das tut er, um so seinen Respekt gegenüber den heiligen Schriften zu zeigen.

Nutzen ziehen? Aber wenn das Wissen und Erkennen in unserem *citta* entsteht, und wir dann das Dhamma des Wissens und die Erkenntnis der Wahrheit aller Dinge hernehmen, dann wird jegliche Zuhörerschaft, egal welche Stufe oder Tiefe von Dhamma der Vortrag enthält, vollen Nutzen daraus ziehen. Aber nur, solange es vollkommen aus dem Herzen kommt, und wir uns dessen gewiss sind. Habt ihr das verstanden?

Der Erhabene Buddha lehrte alle Lebewesen das Dhamma, das er aus seinem Herzen zog. Das Dhamma, das er die Welt lehrte, kam direkt aus seinem Herzen. Alle Arahants benutzen das Dhamma, das direkt aus ihren Herzen kommt, um die Welt zu lehren. Andere benutzen ihre Erinnerung an die Schriften, um zu lehren, und sie suchen oder tappen herum, deshalb lehren sie andere ohne Basis oder Erfahrung, nur oberflächlich. Es ist genau so. Aber das Fundament der Wahrheit von Dhamma und die wahre Religion entspringen im Herzen. Alle Wahrheit kann im Herzen gefunden werden. Da dieses Wissen alles im Universum umfasst, was können wir dann in dieser Welt anzweifeln? Es gibt keinen Zweifel.

Die Religion des Erhabenen Buddha ist der Markt für *magga*, *phala* und *nibbāna*. Es kommt frisch aus dem Ofen. *Akāliko*, *akāliko*, hört euch das an. Seit wann gibt es eine Zeit oder einen Platz[21] für das Dhamma des Erhabenen Buddha? Dhamma steht und fällt mit dem Praktizierenden. Praktiziert man nicht, selbst wenn man die Roben des Erhabenen Buddha tragen würde, wäre das nutzlos (*mogha*). Praktiziert man, dann spielt es auch keine Rolle, ob der Erhabene Buddha schon ins Paranibbana eingegangen ist, da es *svākkhāto* Dhamma, wohl erklärt und wohl gemocht ist. Das ist der Weg, der zu gehen ist. Das ist der Plan, in dem alles stimmt. Also bringt euch dazu, auf diese Weise richtig zu praktizieren. Dann werdet ihr auch eine Person, die den Weg und die Frucht erlangt. Auf der einen Seite, wenn wir in den Fußstapfen des Erhabenen Buddha folgen, ist es so, als ob er die ganze Zeit vor uns sitzt, und als ob wir die Roben des Erhabenen Buddha tragen. Auf der anderen Seite, wenn ihr

21 *Akāliko*: unabhängig von Platz und Zeit

eure Praxis fallen lasst und euch vom Kern des *svākkhāto* Dhamma entfernt, dann, selbst wenn ihr mit dem Erhabenen Buddha zusammen seid, würde das nichts ändern. Es wäre nicht vorteilhaft für euch, denn ihr würdet eine Person oder ein Bhikkhu ohne Dhamma bleiben. Wirklich, taucht ein in die Praxis und seid entschlossen!

Ich wäre schon beinahe gestorben[22], deswegen fühlt sich das Dhamma, das ich benutze, um die Welt zu lehren, ungewohnt an. Ich verstehe es selbst nicht wirklich. Aber es mag das Schicksal oder die Bestimmung der Welt sein, oder es mag etwas mit mir zu tun haben. *Mettā* spielt darin die Hauptrolle, da es mir ermöglichte, aus Sorge um alle meine Thai Schwestern und Brüder, ihr Anführer[23] zu werden. Ich hätte nie gedacht, dass ich diese Art von Dhamma wüsste, das ich nun allen Thais anbiete. Es entspringt der Inspiration des Momentes. Sobald es seine Basis verlässt und auf die Bühne geht, muss es zuschlagen, oder nicht? Interesselos zu sein und nicht zuzuschlagen, großes Potential zu haben und nicht zuzuschlagen, die Entscheidung kommt allein aus dem Inneren. Mein Herz ist vollkommen erfüllt von diesem „klaren Wissen", genauso wie ich es meinen Thai Brüdern und Schwestern in der Rede über den Ort und den Tag meiner Erleuchtung erzählt habe. Es war außergewöhnlich, und wie könnte es nun davon abweichen?

Am 15. Mai 1950 um 23 Uhr schlug ich auf der Bergkuppe von Wat Doi Dhammachedi die *kilesas* in die Pfanne und begrub sie vollständig. Es war, als ob das ganze Universum erschüttert wurde und erbebte. Das fand in meinem Herzen statt. Als ob in diesem Moment mein Herz und die *kilesas* auseinandergerissen wurden und das ganze Universum erbebte. Es schien unmöglich, denn wahrlich Bäume sind Bäume und Berge sind Berge. Nach der Schlacht zwischen Dhamma und *kilesas* wurden die *kilesas* vernichtet und

---

22 1998 im Sommer wurde er von Tag zu Tag schwächer, da sein Magen keine Nahrung mehr verdauen konnte, und er hatte schon seine Verbrennungsstätte bauen lassen. Aber ungefähr drei Monate später zum Ende der Regenzeit kam ein chinesischer Arzt zu ihm, der ihn heilte.

23 Er war ihr Leiter in dem Projekt „Thais helft Thailand".

rausgerissen. Die *kilesas* wurden besiegt, bliesen ihren Rückzug an und flohen. Das war auch der Zeitpunkt des Begräbnisses der *kilesas*, und wahrlich das ganze Universum erzitterte.

Dann geschah dieses Wunder, oho! Sofort liefen mir die Tränen runter. Oho! Wo finde ich nun Dhamma? Wo ist das Dhamma, wo? Ein Ausruf erschien: Lasst es mich so sagen: "Ich suchte meinen Schirm(klod) tragend, meine Almosenschale über der Schulter das Dhamma und erklomm diesen oder jenen Berg, um nach dem Dhamma Ausschau zu halten. Dann fragte ich: Wo ist das Dhamma? Sobald man es natürlich weiß, wird die Antwort sein: Das Dhamma ist hier. Der Weg, den ich ging, war natürlich richtig, zeitweilig richtig. Im Moment ahme ich es nur nach und frage: Wo ist das Dhamma? Es ist hier, ich kann es schon sehen. Nun schön, ich denke, ich habe genug gute *vāsanā* (angehäufte Verdienste). Ich hätte nie gedacht oder angenommen, dass ich *nibbāna* sehen, erkennen und erreichen würde. Schön, ich nahm an, dass *nibbāna* so und so sein würde. Aber nun, diese Annahme, die ich von *nibbāna* hatte, und diese Natur, die ich jetzt erlebe, wie könnte man das vergleichen! Ich war augenblicklich all meiner Zweifel enthoben.

Will man die wahre Natur, die nun in meinem Herzen lebt, mit dem Wort *nibbāna* vergleichen, dann fühlt sich meine Annahme über *nibbāna* viel gröber an. Diese wahre Natur kann niemals vorhergesehen werden. Aber ich muss diese Konventionen der Bezeichnung eben benutzen, und deshalb fühlt sich *mahā vimutti* und *mahā nibbāna* im Vergleich zur wahren Natur viel gröber an. Nennt man diese wahre Natur Dhammaessenz, dann ist das vollkommen vereinbar. Das offenbarte sich in meinem Herzen. Es so auszudrücken, dass Dhammaessenz ein und dasselbe mit der wahren Natur ist, passt vollkommen.

Jeder Buddha und jeder seiner Arahant Schüler, sobald sie diese Stufe erreichen, wurden augenblicklich und vollständig zu dieser Dhammaessenz (Dhamma-*dhātu*). Aber ich muss für die konventionelle Welt die Bezeichnung *nibbāna* benutzen. Deshalb muss ich es als *nibbāna*, *mahā vimutti* oder *mahā nibbāna* bezeichnen. Niemand

hat jemals Dhammaessenz erwähnt. Aber ohne Zweifel spreche ich davon. Also schön, diese Dhammaessenz ist wie diese Erfahrung! Seht, das ist die Frucht der Praxis!

Seit jenem Tag ist nie mehr eines der *kilesas* wieder aufgetaucht. Nicht einmal eines, so klein wie ein Sandkorn, blieb übrig. Also habe ich nie gezweifelt wie: „Huch, ich dachte ich hätte seit jenem Tag alle *kilesas* begraben, aber da ist ein *kilesa* vor meinen Augen aufgetaucht." So etwas ist nie passiert, und ich hegte niemals Zweifel daran, dass sie alle fort waren. Denn Zweifel führt einen in Schwierigkeiten. Wie kann man erleuchtet sein, wenn man immer noch irgendwelchen Zweifel hegt? Man hat die *kilesas* ja schon vernichtet. All dieser Zweifel ist eine Angelegenheit von *samutti* (konventioneller Realität). Diese Natur besitzt weder Vergangenheit noch Zukunft noch konventionelle Realität. So, wie könnte es dann Verschlechterung oder Verbesserung geben? Bezeichnet diese wahre Natur mit dem einem Wort Dhammaessenz, das reicht aus. Es offenbarte sich mir an jenem Tag. Was soll ich bezweifeln? Die *kilesas* haben sich nie wieder gezeigt. Das nehme ich, um die Welt zu lehren.

Als ich anfing zu lehren, lehrte ich die normalen Grundlagen. Kam ich in Kontakt mit meinen Kameraden, lehrte ich auf normale Art. Ich habe niemals erwähnt, dass ich *nibbāna* verwirklicht habe, so, wie ich es heute tue, wenn ich das Land leite, indem ich sage, das weiß ich und das sehe ich. Im Moment habe ich es verkündet, und es wurde der Welt bekannt. Sie haben Augen und Ohren, sind in der Lage zu lesen, zu denken und zu untersuchen, und es soll ihnen eine Gedächtnishilfe sein. Ich habe kein Interesse an einer Gruppe mit einer Armee von *kilesas* und mit geschlossenen Augen und Ohren, die nichts anderes zu tun haben als Widerstand zu leisten. Aber es gibt noch gute Menschen, und ich lehre nur Menschen, die daraus Nutzen ziehen können. Ich habe kein Interesse, Menschen, die wertlos sind, zu lehren. Leute aus der Gruppe von *padaparama*[24] lasse ich sofort fallen.

---

24 Gruppe der "Untrainierbaren"

Das ist es, was ich euch lehre, was ich offenlege. Manchmal sorgen oder kritisieren mich verschiedene Kruba Acharns (ehrwürdige Meister) und meinen, dass ich über solche Dinge nicht sprechen sollte. Sofort antworte ich: Wie kann ich nicht darüber sprechen? Menschen sagen zum Beispiel, dass ich ein vollendeter Arahong[25] sei, so wurde über mich geschrieben. Aber selbst wenn ich sage, dass ich ein Arahant bin, wie kann das falsch sein? Sie sagen, dass, wenn ich es ausspreche, dies übel wäre. Das Übel sind die kilesas, könnt ihr das nicht erkennen? Was ist das Dhamma des Erhabenen Buddha? Es ist genau so! Die kilesas im Gegenteil sind der Feind von Dhamma, aber das lassen sie mich nicht sagen. Könnt ihr nicht erkennen, dass es die kilesas jener sind, die das sagen? Und deshalb wollen die verschiedenen Kruba Acharns nicht, dass ich es ausspreche.

Ich erwidere nur, haltet mich nicht zurück. Rottet euch nur zusammen, ihr kilesas aller drei Daseinsebenen! Im Moment ist mein Herz erfüllt mit Dhamma, das das ganze Universum einhüllt, so wie kann ich das nicht aussprechen? Der Erhabenen Buddha konnte sehen, wissen und sprechen, so warum zum Teufel soll ich, der dasselbe sieht und weiß, nicht darüber sprechen? Das kilesa, das sich wiedersetzt, soll nur kommen und mir einen Wink geben! Im Moment ist mein Herz erfüllt mit Dhamma, das das ganze Universum umspannt. Das kilesa, das denkt, es ist schlau, soll hervortreten. Ich werde es derart zertrümmern, dass es sich und alle seine Verwandten mitnimmt und von der Erde verschwindet. Könnt ihr die Furchtlosigkeit erkennen?

Das ist Dhamma und sobald es herauskommt, erfüllt es das Herz vollkommen. Die kilesas müssen dem vollständig klein beigeben. Es gibt keines von ihnen, das so tapfer ist wie das Dhamma. Selbst wenn es so tapfer wäre und sich entgegenstellen würde, stünden ihm nur die überredenden Worte der *kilesa* Bande zur Verfügung. Ich habe damit kein Problem, da es tatsächlich ihr Problem ist. Ich habe überhaupt kein Problem damit, da alles, was ich habe, *mettā* ist. Ich gebe euch diese Erklärung nur als eine prinzipielle Gedächtnishilfe, zum

25 unechter, falscher Arahant

Einsickern, damit ihr es zu eurem eigenen Nutzen verstehen könnt. Der Wunsch zu protzen, wo sollte denn dieser Wunsch herkommen, eh? So einfach ist es. Nun ist die Zeit zum Offenlegen. Dieses Jahr lege ich ununterbrochen Dinge offen und breite sie weit aus.

In den Dhammavorträgen, die ich gebe, spreche ich, wenn ich das aufdecke, unerschrocken, um die Welt zu lehren. Das geht nun seit zwei Jahren so. Viele Menschen und meine Schüler mögen denken, da ich nun schon seit so langer Zeit Dhammavorträge gebe, dass das Dhamma schwächer und schwächer wird. Ich kann nur sagen, versteht mich nicht falsch! Wer auch immer in diesen drei Daseinsebenen gescheit ist, lass ihn kommen. Das Dhamma wird ihn sofort begrüßen. Ich bin mir nicht sicher, aber wenn er Pech hat, wird er von meiner nuklearen Waffe davongeblasen. Ich kann nur so viel sagen, dass meine Nuklearwaffe noch nicht entschärft werden kann, und ich bin ehrlich, wenn ich das sage.

Wohin auch immer ich gehe, ich trage meine Nuklearwaffe in meiner Schultertasche. Würde ich versuchen sie herauszuholen, wenn es nicht passend sein sollte, dann kommt sie auch nicht zum Vorschein. Sobald die Situation erreicht ist, wo sie herauskommt, selbst wenn ich sie drinnen lassen wollte, kommt sie heraus und vernichtet alles. Es ist genauso wie das Auslegen eines Fischnetzes. Wenn es, wo immer ihr hinseht, nur getrockneten Schweine- oder Hundekot gibt, oder wenn es nur kleine Aquariumfische gibt, wenn es hochgezogen wird, ist es dann von Wert das Netz auszuwerfen? Wenn ihr es auswerft, um Schweine- und Hundekot zu fangen und danach das Netz den ganzen Tag über säubern müsst, ist es das wert? Was ist der Wert eines Fischnetzes und was der von Hunde- und Schweinekot? Dasselbe gilt für meine Dhamma-Nuklearwaffe. Macht es keinen Sinn sie herauszuholen, dann egal, was ich tue, kommt sie nicht zum Vorschein. Jedoch, wenn es an der Zeit ist, sie herauszuholen, brauche ich ihr das nicht zu sagen, und sie lässt alles in die Luft fliegen. So steht es darum.

Ich gebe nicht an, ich spreche nur aus vollem Herzen. Da ich meinem Tod nahe bin, möchte ich, dass die Welt das wahrhaftige Dhamma des Erhabenen Buddha und die Wahrheit der buddhistischen Religion sieht. Im Moment existieren nur unbedeutende Reden aus erlerntem Dhamma. Aber egal, an wie viel erlerntem Dhamma man sich auch erinnern mag, das Wahrhaftige wird nicht im Herzen erscheinen. Wie kann das von Wert sein? Letztendlich wird sich dann die Religion in die Palmenschriften zurückziehen und sicher in engen Bücherschränken eingesperrt werden. Und alles, was übrig bleibt, werden die *kilesas* sein, die die Welt vollständig zertrümmern werden.

Wenn sich das Dhamma in meinem Herzen zeigt, dann sollte es auch manchmal herauskommen. Das Dhamma ist das Wahrhaftige, so warum zum Teufel, soll es dann nicht heraus? Es kommt heraus, aus dem Herzen gezogen, um die Welt zu lehren.

Ich spreche ehrlich, ich habe ebenfalls studiert, aber ich benutze nicht die Schriften. Ich ziehe es aus meinem Herzen, wenn ich einen Lehrvortrag halte. Deshalb bin ich auch nicht ängstlich, egal welche Stufe oder Tiefe des Dhamma dabei herauskommt. Dass man mir vorwirft, an der Welt von *saṁsāra* anzuhaften, in dem Sinn, dass, wenn man mich fragt, ich stecken bleiben könnte, habe ich nie bedacht. Obwohl ich stecken bleiben kann, wenn man mich über Dinge, die man erlebt hat, befragt, die ich niemals gesehen oder gewusst habe, werde ich ihnen antworten, ohne mich an ein Selbst zu haften. Da ich in keiner Weise an einem Selbst anhafte, woran soll ich dann in diesem Universum anhaften? Das ist alles dazu. Deshalb kann ich über alles perfekt reden.

Ich bin dem Ende meines Leben nahe. Deshalb decke ich alles für meine buddhistischen Brüder und Schwestern auf, damit sie verstehen können, dass dies das authentische Dhamma des Erhabenen Buddha ist, das in sich konsistent und solide ist. Bekommt ja nicht die verrückte Idee, dass *magga*, *phala* und *nibbāna* außer Reichweite oder unmodern sind.

All dies existiert in meinem Inneren. Könnt ihr das nicht erkennen? So würde ich das ausdrücken. Mein Herz ist voll von Dhamma und hat dieses ganze Universum für 48 oder 49 Jahre schon eingehüllt, eben seit dem Jahre 1950. Aber das Dhamma wünscht sich nichts. Es ist einfach da. Ich besitze es nicht. Angepasst an die Situation und wenn es von Nutzen für die Menschen ist, die ihre Hand nach mir ausstrecken, wird das korrekte Dhamma entsprechend dem Grad und der Tiefe, wie es passt, hervorsprudeln.

Aber nun wird es nötig, dass ich unserem Thailand helfe, jetzt wo es zusammenbrechen und versinken könnte, was anderes bleibt mir übrig? In puncto materieller Dinge ist es schon zusammengebrochen, aber jetzt geht es immer mehr in puncto Herz unter. Nun, wenn ich vortrete, um zu helfen, muss ich es auf beide Arten tun. Wie ihr sehen könnt, unterstütze ich das Land auf materielle Weise, indem ich Hilfe von all meinen Thai Brüdern und Schwestern anfordere, um den Mangel auszugleichen. Das ist aber nicht das Hauptaugenmerk. Was wirklich Unterstützung braucht, ist das Gebiet von Geist und Herz von uns Buddhisten, das sehr stark auseinandergefallen ist. Deswegen muss ich mit Hilfe von vielen, vielen Vorträgen den Bereich des Herzens wiederherstellen. Aus diesem Grund ist das Dhamma, das sich im Moment ausbreitet, von großem Nutzen für die Welt. Ich kann sogar so weit gehen und sagen, dass dieses Dhamma ganz Thailand aufrüttelt.

Ehrlich gesagt hat das Dhamma noch nicht die Stufe der nuklearen Zerstörung[26] erreicht. Wenn es diese Stufe erreicht, wird es von alleine explodieren. Ich spreche wirklich furchtlos. Ich hatte nie Angst vor irgendjemandem in diesen drei Daseinsbereichen. Wovor sollte man Angst haben? Alles, was es da gibt, sind Mülleimer. Glaubt ihr, Dhamma ist ein Abfalleimer? Das Dhamma ist herausragender als Mülleimer, wie kann es dann Angst vor Mülleimern haben oder heldenhaft gegenüber Mülleimern sein? Das Problem der Welt sind die *kilesas*, und die sind nichts anderes als eine riesige Müllhalde.

---

26 Indem er ganz offen und ehrlich die Wahrheit sagt, die eben die meisten Menschen nicht hören wollen.

Wie vorzüglich ist das Dhamma des Erhabenen Buddha? Die Art, wie Dhamma die Welt sieht, ist sicherlich so, als ob sie einer riesigen Müllhalde gleich sehen würde. Warum würde es dann Angst vor Mülleimern haben oder heldenhaft gegenüber Mülleimern sein? Das vorzügliche Dhamma ist tatsächlich so!

Ich flehe alle von euch an, ernsthaft zu praktizieren. Im Moment mache ich mir große Sorgen um unsere Religion, weil ich von Laien, die zu mir kommen, so viele Geschichten höre. Ich kann ihnen keine Vorwürfe machen, da ihre Absichten gut sind und sie normalerweise die Religion unterstützen. Ihre Einschätzung der Religion hat mich tief erschüttert. Die Mönchsgemeinschaft war normalerweise vorbildlich darin, die samsarische Welt, besonders die buddhistische Welt, für eine lange Zeit mit Frieden zu versehen, alle Buddhisten sahen die Mönche als ihre eigenen Eltern an und lebten unter dem kühlen Schatten der Mönchsgemeinschaft. Das erzählten sie mir. Aber nun scheinen es die Mönche selbst zu sein, die die buddhistische Religion und den Staat gefährden. Schließlich kamen die Laien zu dem Schluss, dass die Mönche die Ersten sind, die die Religion zerstören. Hört euch nur das an, was sie sagten. Sollten wir uns nicht schämen?

Die größte Gefahr, dass Staat und Religion zerstört werden, geht von den Mönchen aus. Warum? Denkt mal nach! Sie zerstören es still und heimlich ohne Vorwarnung, ohne Fanfare oder Salutschuss, sie machen dabei nicht das kleinste Geräusch und behalten alles für sich, nichts dringt nach außen. Die Mönche sind innerlich verschmutzt. Jeder zerstört die Religion von innen heraus. Im Moment verfällt die Religion, und die Mönche sind die Ursache dafür. Sie sind der erste Grund dafür, so erklären die Laien.

Es erschüttert mich wirklich, wenn ich das höre. Denkt darüber nach, meine Freunde. Was sagt ihr dazu? Ich kann die Laien nicht kritisieren, wenn sie das sagen. Wir Mönche sind so, alle von ihnen und alle von uns. Wir sitzen hier im Moment auf dieselbe Art, so was kann ich sagen? Können wir denken, so sollten wir nachdenken, können wir es lösen, dann sollten wir es lösen. Seid nicht ohne jede

Scham und dadurch eine Bürde der Religion, zerstört sie nicht! Wir glatzköpfigen Mönche sind diejenigen, die kühlen Schatten bieten sollten. Wie ist es dann möglich, dass wir zu einer Gefahr für den Staat und die Religion werden? Das passiert nur aufgrund der erfinderischen Zerstörungskraft der *kilesas*. Sie pressen und mischen sich in die Herzen der Mönche ein und stiften sie zu dieser Zerstörungskraft gegenüber der Religion und dem Staat an. Ich möchte, dass ein jeder von euch darüber nachdenkt. Wenn ich so etwas höre, kommen mir wirklich fast die Tränen.

Man kann es den Laien, die das sagen, wirklich nicht vorhalten, denn es sind Menschen, die die Religion achten und die sich um sie Sorgen machen. Sie erleben einen jeden Aspekt persönlich und deswegen können sie darüber sprechen. Wenn sie es nicht selbst erfahren würden, wie könnten sie so darüber sprechen? Sie sehen die Mönche umherstreifen und überall im ganzen Land die Religion zerstören. Wir können es uns nicht leisten, darüber nicht nachzudenken. Sie sind derart frustriert, dass sie zu den geschätzten Kruba Acharns und zu mir kommen, um dies zu erzählen und loszuwerden. Sobald ich das vernehme, beunruhigt mich das. Ich möchte wirklich, dass ihr darüber nachdenkt. *Seid keine Gefahr für die Religion, da die Religion nie eine Gefahr für die Welt war. Wir sind Mönche und Vorbilder für die Menschen. Fügt den Menschen, dem Staat und der Religion keinen Schaden zu!* Im Gegenteil! Seid ihnen ein kühler Schatten und ihr Glück.

Wo immer wir auch in Thailand hingehen, egal in welches Dorf, wenn es kein Kloster besitzt, welken die Menschen dahin. Das heißt, wo immer wir hingehen, müssen wir ein Kloster errichten, um die Menschen dort zu behüten und ihnen eine freundliche und kühle Atmosphäre schaffen. So sollte es sein. Aber nun werden die Mönche böse, zu Dieben und tatsächlich zu einer Bedrohung fürs Land. Auf wen können sich die Menschen dann verlassen? Denkt darüber nach! Wir sollten das wirklich gründlich untersuchen. Die Religion geht nur aufgrund von uns allen unter! Wollen wir wirklich, dass das passiert? Wir sind die Vorbilder, die die Religion praktizieren,

und jetzt werden wir zu Anführern, die den Staat und seine Religion zerstören? Wollen wir uns so etwas wirklich anhören? Denkt darüber nach! Ich werde wirklich in Tränen ausbrechen, so fangt an dies zu untersuchen, seid entschlossen und ausdauernd in eurer Praxis!

Mit jedem Tag werde ich älter und ich mache mir wirklich Sorgen um die Welt. Im Moment bin ich sehr besorgt. Deshalb, wenn ich einen Dhammavortrag halte, bin ich manchmal heftig und ein anderes mal gelassener. Ich tue dies aufgrund meines Interesses für euch und aufgrund meines Wohlwollens (*mettā*). Nun bin ich müde und deswegen möchte ich den heutigen Dhamma-Vortrag beenden.

Evaṁ

… nachdem er mit dem Vortrag zu Ende ist, macht er eine kurze Pause, und während er seine Betelnuss kaut, fährt er mit folgendem erzählerischen Vortrag fort:

Die Praxis unter dem ehrwürdigen Lehrmeister Mann

Frage:
Wie lange hat der Vortrag gedauert?

Antwort:
Eine Stunde und 15 Minuten.

Der heutige Vortrag war ziemlich kraftvoll. Ist es diese Art von Dhamma, dann entsteht die *desanā* nicht nur von selbst, sondern sie schießt hervor. Nun bin ich erschöpft. Hat da drüben[27] jemand gelauscht? Ist es ein Vortrag nur für Mönche, dann kann ich voll ins Dhamma eintauchen. Aber ist da drüben eine Gruppe von Laien, der es gelungen ist heimlich zuzuhören, dann kommt das Dhamma auch nicht im vollen Maß heraus. *Desanās*, die Mönche anleiten, unterscheiden sich von denen, die ich den Laien gebe. *Desanās*, die ich für die Mönche halte, sind von der Art[28] des winzigen Topfes. Da ich heute nicht vollständig in die Tiefe gehen konnte, wurde es zum Dhamma der mittleren Ebene (kleiner Topf). Das allgemeine Dhamma (großer Topf) benutze ich momentan, um ganz Thailand zu lehren.

Die Mönche, die hierherkommen, sollen sich vertragen. Keiner von euch sollte dickköpfig, eingebildet, anmaßend oder ein Klugscheißer sein und seinen Mitstreitern in die Quere kommen. Wir

---

27 Er bezieht sich hierbei auf einige Laien, die sich heimlich eingeschlichen haben, um zu lauschen.

28 Wörtlich „Curry in einem winzigen Topf gekocht“, das bedeutet heiß und scharf. Das ist Dhamma, das in die Tiefe geht und alles erklärt. Die Bezeichnungen „kleiner und großer Topf“ beziehen sich auf die Breite und Tiefe des Dhamma. „Winzig“ bezieht sich auf unverwässertes Dhamma, das nur ganz wenige Menschen verstehen können, „klein“ bedeutet etwas verwässert, dass heißt, mehr Menschen (meist nur Mönche) können es verstehen. Ein großer Topf ist derart verwässert, dass es eine Menge von Menschen verstehen können.

sind die Art von Mönchen, die am leichtesten vergeben und die sich vernünftig verhalten. Seid ihr stolz oder eingebildet, ähnelt ihr mehr einem Ungeheuer, aber nicht einem Mönch. Ich möchte keinen davon hier im Kloster antreffen! Ich habe euch dementsprechend bis zum heutigen Tag angewiesen. Selbst jetzt, wo ich meinem Tod nahe bin, werde ich ein solches Verhalten hier nicht dulden!

Die *Desanā* heute dauerte 75 Minuten, nicht wahr? Heute sprudelte es wirklich hervor, da es Dhamma für die Unterweisung von Mönchen war.

Ich werde mich nicht um irgendetwas kümmern, was die Klosterpflichten[29] betrifft. Denn das ist eure Arbeit, mit der ihr mich unterstützt. *Acariyo me bhante hohi*[30], ihr habt alle vorhin diesen Eid geleistet. Ich erwarte von euch allen, dass ihr mich als euren Lehrer respektiert, der euch führt, warnt und anleitet! Eure Verantwortung für mich ist im Einklang mit eurer Bitte um Abhängigkeit. Haltet diese Pflicht entsprechend ein. Jeder von euch sollte sich nur um seine eigenen Pflichten kümmern. Das ist es, was ich „meine Bürde schultern“ nenne. Das ist im Einklang mit „Ich bitte dich darum, mein Lehrer zu sein“. Macht euch um mich keine Sorgen, sorgt euch nur um die Arbeit, die ich euch bitte zu tun.

Wo ich dies sage, fällt mir etwas ein, was der ehrwürdige Lehrmeister Mann, in dessen Nähe ich so gut wie immer war, mir einmal mitteilte. Sobald ich irgendein Geräusch von ihm hörte, war ich der Erste, der seine Kuti[31] betrat. Ich brachte dann für meine Mitmönche die Mönchsutensilien heraus. Die Mitmönche warteten draußen, während ich in die Kuti ging. Ich brachte nur die Sachen heraus. Ich

---

29 Pflichten, wie zum Beispiel das Kloster sauber oder instand halten oder das Organisieren von Festivitäten.

30 Das Gelübde ist: „Ehrwürdiger, bitte sei mein Lehrer, ich werde in Ihrer Abhängigkeit leben, ich werde Ihre Bürde sein, und Sie werden meine Bürde sein“. Darauf bezieht er sich, wenn er von den Pflichten der Mönche spricht.

31 Eine Kuti ist eine kleine Hütte auf Stelzen, die entweder aus Holz oder Bambus gefertigt ist.

tat diese Art von Arbeit für eine lange Zeit. Dann überlegte es sich Lungphu Mann anders und sagte uns:

"Die Mönche, die eine Menge *pansa*[32] haben, müssen sich nicht mehr so um mich kümmern. Es ist genug, wenn sie alles aus der Ferne überwachen. Die Mönche und Novizen, die neu ordiniert haben und noch nicht wissen, wie man sich ordentlich verhält, sollten die Pflicht aufnehmen und sich um mich kümmern. Sonst lernen sie nicht, wie man sich ordentlich verhält."

Ich werde nie vergessen, wie er das sagte: „Die älteren Mönche sollten aus der Ferne überwachen, es reicht, nur aus der Ferne zu beobachten und zu überwachen. Die Gruppe der jüngeren Mönche kann dann die Kuti betreten und den Pflichten nachkommen. Ansonsten werden diese Mönche nicht die ordnungsgemäßen Gewohnheiten entwickeln." Das ist, was er sagte.

Der ehrwürdige Lehrmeister Mann sprach wirklich unverblümt. Danach betrat ich seine Kuti nicht mehr. Aber ich zeigte meinen Mitmönchen, wie man sich um alles zu kümmern hatte. Ich ordnete an, welcher Mönch hineingeht und die Mönchsutensilien herausbringt. Ich erlaubte dem Mönch, der den Raum betreten sollte, hineinzugehen und die Utensilien herauszubringen, damit sie die anderen empfangen konnten. Wer auch immer eines der Utensilien erhielt, die anderen durften sich dabei nicht einmischen. Ich ordnete das strikt an. Jedem wurde eine andere Aufgabe zugeteilt, und die Mönche durften sich nicht untereinander einmischen. Ich überwachte sie von außerhalb.

An einigen Tagen ging ich zu seiner Kuti hinauf, an anderen wartete ich an der Treppe, aber jeden Tag fegte ich um seine Kuti herum. Manchmal ging ich hinauf zu seiner Kuti, ansonsten wartete ich an der Treppe und überwachte die Mönche und Novizen, um zu sehen, wie sie die Utensilien herausbrachten. Auf diese Weise

---

32 Pansa heißt übersetzt Regenzeit. Das Alter eines Mönches wird an der Anzahl der Regenzeiten gemessen. Hat jemand zwei Regenzeiten als Mönch gelebt, dann heißt das, dass er seit zwei Jahren Mönch ist.

kümmerte ich mich um die Mönche, Novizen und den ehrwürdigen Lehrmeister Mann. Ich war wirklich auf ihn fixiert.

Wenn Lungphu Mann mich für zwei oder drei Tage nicht zur Kuti hochkommen sah, erkundigte er sich nach mir. Aber meistens waren nicht mehr als drei Tage vergangen, bevor ich am Morgen, wenn er aus seinem Zimmer kam, wieder hochging. Wenn zwei Tage verstrichen waren, ging ich am dritten Tag hoch. Manchmal fragte er die Mönche und Novizen, ob sie mich gesehen hätten. Versteht ihr das? Sein Radar war immer auf mich gerichtet. Er hielt mich tatsächlich unter seinen Fittichen, und es war wirklich offensichtlich.

Wenn er mich nicht raufkommen sah, fragte er: „Ist Than Mahā[33] schon da?“ Er fragte die Mönche und Novizen nur so, nicht weil er mich für irgendetwas brauchte. Hätte er irgendetwas gesagt, was mich betraf, hätten die Mönche und Novizen mir sofort alles übermittelt.

Er fragte: „Ist Than Mahā heute schon gekommen?”, und sie antworteten: „Ja, er ist. Er ist unten.“ Und damit war alles gesagt gewesen. Seht ihr, wie er mich einfing? Als ob ich ihn verlassen hätte und das Interesse verloren hätte, mich um ihn zu kümmern. Das meinte er damit, wenn er fragte, wo ich sei und sie ihm antworteten, dass ich unten warten würde. Nicht mehr als zwei Tage vergingen, dass ich nicht zu seiner Kuti raufging. So tat ich es jedes Mal: Ich ging hoch und wartete, dabei beobachtete ich die Mönche und Novizen, wenn er sein Zimmer verließ. Wenn ich nicht raufging, wartete ich unten an der Treppe, und erst nachdem ich den Platz ganz gekehrt hatte, machte ich Gehmeditation. Das war mein normales Verhalten ihm gegenüber all die Zeit. Ich konnte mich aber nicht weit entfernen, da sich die Mönche und Novizen töricht und ungeschickt verhielten. Das war etwas, was, wenn ich in Nong Phö verweilte, wirklich schwer auf mir lastete. So schwer, dass ich meinte, mein Herz würde zerreißen, aber ich ertrug es meinem ehrwürdigen Lehrmeister Mann zuliebe.

---

33 Er bezieht sich hier auf Than Acharn Mahā Bua.

Aus diesem Grunde sage ich, dass das Leben hier in Baan Taad so ziemlich dasselbe wie in Nong Phö ist. Wer sich um die Mönche und Novizen kümmern muss, dessen Brust zerberstet. Selbst hier im Kloster gibt es Unruhestifter, die nur herkommen, um im Weg zu stehen und jedem in die Quere kommen. Diese Art von Mönchen wird sofort rausgeschmissen, sie können hier nicht bleiben. Ich habe euch alles Wissenswerte gelehrt, und es gibt nichts mehr, was ich euch lehren könnte.

Jeder von euch sollte beharrlich auf die Ausübung seiner Pflichten achten. Glaubt ihr wirklich, dass ihr hier bleiben könnt, wenn ihr faul und ungeschickt seid? Woher stammt diese ungezähmte Kraft, wenn nicht von den *kilesas* der Leidenschaft? Kommt nicht hier ins Kloster um euch querzulegen. Das hier ist ein Kloster, in dem wir die *kilesas* loswerden. Derjenige, der sich behindernd verhält, sollte seine Behinderung loswerden.

Ich bemühe mich wirklich bis zum Äußersten um euch als meine Mitstreiter, genauso wie es für mich war, als ich mit Lungphu Mann lebte. Ich habe euch gerade davon erzählt. Ich habe es ihm zuliebe auf mich genommen.

Oho! Meine Brust war wirklich, wenn ich mich um die Ordentlichkeit der Mönche und Novizen und um alles andere kümmerte, am explodieren, denn sie waren recht schlampig. Ich musste die ganze Zeit in ihrer Nähe sein und mich um sie kümmern. Wer auch immer sich schlecht verhielt, den musste ich sofort ermahnen. Wirklich die ganze Zeit. Es ist also kein Wunder, dass die Mönche und Novizen andauernd Angst vor mir hatten. Niemand konnte mir gegenüber frech werden. Ich gab niemals jemandem einen Grund sich an mir zu rächen, da mein Verhalten und Benehmen in allem angemessen war.

Ich passte auf meine Mitstreiter auf, da sie sich schlampig verhielten. Als ich bei Lungphu Mann lebte, fühlte er den Unterschied, ob ich da war oder nicht. Denn wenn ich nicht da war, fiel das

schlampige Verhalten der Mönche auf. War ich aber da, dann konnte er nichts davon bemerken.

Wenn ich weg war, fragte er: „Wohin ist denn Than Mahā für so lange hingegangen? Than Mahā ist nun schon seit ein paar Tagen fort. Ich habe nichts von ihm gehört." Ich sage das jetzt nicht, um anzugeben! Ich habe niemals gehört, dass er sich über das Wie und Wo von anderen Mönchen erkundigt hätte, aber ständig fragte er nach mir, und es waren die Mönche und Novizen, die mir das erzählten. Er hätte mir gegenüber niemals das Geringste davon erwähnt. Aber was auch immer er sagte, das leiteten die Mönche und Novizen, die es gehört hatten, an mich weiter. Das veranschaulicht, wie sehr ich unter seinem Radarschirm stand.

Es sah so aus, als ob der ehrwürdige Lehrmeister Mann und ich unzertrennlich wären. Er bekam alles von mir mit. Selbst wenn ich dachte, dass er nicht wusste, was ich vorhatte, letztendlich fand er es doch heraus. Hätte er es wissen wollen, wenn er an mir kein Interesse gehabt hätte? Ich benutzte meinen ganzen Witz, um es ihn nicht herausfinden zu lassen, aber letztendlich rannte ich gegen eine Wand, da ich ihm nicht gewachsen war. Meine Weisheit war die Weisheit eines Blinden, und das verglichen mit der Weisheit von jemandem mit guten Augen. Seine Weisheit war scharf und erleuchtend verglichen mit der meinen, die dunkel war und den Augen eines blinden Mannes glich. So also, jedes Mal, wenn ich all meine Gewitztheit einsetzte, rannte ich nur gegen eine Wand, da er mich ständig austrickste. Er war immer in der Lage mich einzufangen.

Solange ich mich um die Probleme, die mit den Mönchen und Novizen im Kloster entstanden, kümmerte, machte er sich keine Sorgen. Er kannte wahrscheinlich meinen Charakter. Da ich verantwortlich war für die Mönche und Novizen, die Probleme bereiteten, nahm ich alle Schuld auf mich, wenn etwas schief ging. Ich ging wirklich so weit. Ich beschützte die Mönche und Novizen, wenn sie etwas falsch gemacht hatten. Ich machte es dann zu meinem Problem, ging zu ihm und gestand es als meinen Fehler ein. So etwas ließ ihn vollkommen unberührt. Wenn ich ihn mit dieser Art

von Problemen aufsuchte, ließ ihn das unberührt, und die Mönche, die den Fehler begangen hatten, wurden von ihm still übergangen, da ich ihre Schuld auf meinen Schultern trug. Letztendlich konnte ich immer einen Weg finden, um zu zeigen, wie ich in das entstandene Problem involviert war und dass ich es war, der die Probleme bereitete. Dann suchte ich ihn auf und bat ihn um Vergebung, da ich erklären konnte, dass ich diese Probleme verursacht und mich nicht korrekt verhalten hätte. Das ließ Lungphu Mann unberührt. Er bekam mich immer zu fassen, könnt ihr das erkennen?

Dann, wenn die Zeit für ein tüchtiges Ausschimpfen gekommen war, sagte er: „Wenn die Mönche und Novizen etwas hier falsch machen, ist dann immer Than Mahā dafür verantwortlich? Egal welcher Mönch sich falsch verhalten hat, es ist immer Than Mahā daran schuld. Ihr seid taub und blind und ihr macht Fehler, aber ist es immer Than Mahā, der dafür gerade stehen muss? Wie kann der Mönch Than Mahā denn so töricht sein?“ Solch eine Lektion erteilte uns Lungphu Mann!

“Werden Fehler gemacht, dann ist es immer Than Mahā. Warum ist Than Mahā derart dumm?“ Auf diese Weise schimpfte er uns aus. Er ging für eine Weile darüber hinweg, aber dann schimpfte er uns auf diese Weise aus. Natürlich verstand er, dass ich meine Mitstreiter aus *mettā* und Mitgefühl beschützen wollte.

Wenn jedoch meine Mitstreiter irgendetwas falsch machten, dann stieg ich ihnen sofort aufs Dach. Ich fragte sie, warum sie das täten, ich klopfte ihnen wirklich auf die Finger. Die ganze Zeit jedoch, die ich im Kloster verweilte, nahm ich alle Schuld auf mich.

Manchmal konnte es passieren, dass die Fehler nicht mit mir in Zusammenhang gebracht werden konnten, aber trotzdem versuchte ich die Schuld auf mich zu nehmen, ich wollte mich vor meine Mitstreiter stellen. Lungphu Mann würde das natürlich wissen, dass ich dies zum Schutz meiner Mitstreiter tat. Er wusste, dass ich für meine Mitstreiter einstehen würde, und er wusste ebenfalls, dass ich auf jede Art Verantwortung für sie übernehmen würde.

Ab und zu ließ er dann ein Donnerwetter los: „Mönche und Novizen, die blind und taub sind, begehen die Fehler, aber wer ist dafür verantwortlich? Wer liegt falsch? Ist es nur Than Mahā? Oho! Dieser Than Mahā ist in der Tat dumm, nicht wahr?“ Dieses Donnerwetter konnte man nicht auf die leichte Schulter nehmen. Wir saßen nur still da, waren sprachlos, und er ging dann darüber hinweg. So war das, als ich mit Lungphu Mann lebte.

Oho, er stand ständig auf meinen Füßen, aber er nahm mich auch wirklich unter seine Fittiche. Aufgrund seiner körperlichen Verfassung wollte er, als er sehr alt war, nicht mehr, dass ich wegging. Ich war mir darüber klar. Aber er wollte mir auch nicht verbieten zu gehen, da er meine guten Absichten sah. Wann ich auch immer Zeit hatte und nicht viel los war, ging ich zu ihm und bat ihn um Rat. Ich wäre niemals zu ihm gegangen, um ihn direkt um die Erlaubnis gehen zu dürfen zu bitten. Ich fragte ihn also zuerst um Rat, wie zum Beispiel die Arbeit der Mönche und der Novizen innerhalb des Klosters arrangiert werden könnte. Hätte Lungphu Mann geantwortet, dass es im Moment nichts zu tun gäbe, dann hätte ich mich verbeugt und ihn um Erlaubnis gebeten für eine kurze Zeit auf *tudong*[34] gehen zu dürfen. Er hätte nichts dagegen gehabt, aber aufgrund seines körperlichen Zustandes wollte er nicht wirklich, dass ich gehe.

Wenn es dann für mich an der Zeit war zu gehen, ich meine Robe angelegt hatte und ihn besuchte und mich verabschieden wollte, konnte es passieren, dass er dann sagte: „Ha, du kannst nirgendwohin gehen, da du hier bei mir bleiben musst.“ Das sagte er, obwohl er vollkommen einverstanden war, dass ich ging. Oho, das verblüffte mich vollkommen, denn wenn er mir nicht seine Erlaubnis erteilen würde, würde es mir nicht möglich sein fortzugehen. Ich konnte nichts machen. Sobald wir einig waren, dass ich gehen konnte, und es an der Zeit war für mich zu gehen, würde ich meine Robe anle-

34 Kontemplative Wanderung der Mönche. Ein Mönch geht auf Wanderschaft durch die Berge und Wälder, um einen geeigneten Platz für seine Praxis zu finden. Nach einer Weile verlässt er den Platz, um weiter zu wandern und einen neuen Platz zu finden.

gen, zu ihm hochgehen und mich vor ihm verbeugen, um mich für *tudong* zu verabschieden.

Dann vermochte er zu sagen: „Than Mahā geht nirgendwohin, nicht wahr? Wir werden beide hier bleiben, nicht wahr?“ Er sagte dies, als ich die Robe schon anhatte. Nur diese Art von Reaktion verblüffte mich, und wenn er mir nicht die Erlaubnis erteilte zu gehen, ging ich zurück zu meiner Kuti und blieb da.

Eine Art, wie er mir die Erlaubnis erteilte, war, mir ein Rätsel aufzugeben: „Kannst du Kraft tanken, wenn du hier bleibst, und kannst du Kraft tanken, wenn du fortgehst, dann ist es besser, wenn du hier bleibst. Kannst du keine Kraft tanken, wenn du hier bist, und du kannst Kraft tanken, wenn du fortgehst, dann ist es besser für dich zu gehen.“ Der ehrwürdige Lehrmeister Mann benutzte diese Form des Vergleiches: „Kannst du Kraft tanken, wenn du hier bist, und kannst du Kraft tanken, wenn du fortgehst, dann ist es besser, wenn du hier bleibst.“ Er meinte damit, egal ob du hier bist oder ob du fort bist, wenn du dabei dieselbe Energie hast, dann ist es besser zu bleiben. Und „Wenn du keine Kraft tanken kannst, wenn du hier bist, und Kraft tanken kannst, wenn du fortgehst, dann ist es besser fortzugehen. Kannst du keine Kraft tanken, wenn du fortgehst, und bekommst Energie, wenn du hier bleibst, dann ist es besser für dich hier zu bleiben.“ Er betonte es auf diese Weise.

Sobald er so etwas sagte, zollte ich meinen Respekt und informierte ihn: „Wenn es nichts Notwendiges zu tun gibt, dann würde ich gerne für eine Weile fortgehen, um zu praktizieren. Ich werde nicht lange fortbleiben und ich werde ganz sicher zurückkehren, um meinen verehrten Lehrmeister wiederzusehen.“ Das war es, was ich ihm sagte. Er fragte mich daraufhin, in welche Richtung ich gehen würde, und ich erzählte ihm, dass ich dieses Mal in diese oder jene Richtung gehen würde.

Er selbst hatte so ziemlich alles durchwandert, da er wirklich lange Zeit gewandert war. Welchen Platz auch immer ich erwähnte, er kannte ihn. Wenn er dazu sagte: „Weißt du, das ist ein guter

Platz“, bedeutete dies, dass er meine Entscheidung gut hieß und unterstützte.

Dann fragte er mich, wie viele Mönche denn gehen würden. Es war eine Frage, bei der er wirklich unnachgiebig war. Wenn er fragte: „Wie viele Mönche werden gehen?”, antwortete ich: „Ich gehe alleine.“

“Schön“, antwortete er dann. „Than Mahā geht alleine, so kann ihn niemand stören!“ Er machte das absolut klar und deutete auf die anderen Mönche, die herumsaßen und zuhörten, dabei sagte er: „Than Mahā geht alleine, so dass niemand ihn stören kann!“

Ich antwortete dann lachend: „Es gibt da nichts außer dem Schatten der Bäume, so was könnte mich stören?” Ich hatte kein Interesse daran, dass mir jemand folgte, da ich nur auf mich alleine konzentriert war, so mit wem sollte ich mich dann einlassen?

Manchmal neckte er mich auch, da er meine Charakterzüge kannte, indem er sagte: „Benimm dich anständig, ah, lass es dir gut gehen, nicht wahr? Nun kannst du gehen! Benimm dich anständig, ist das klar?“ Er neckte mich gerne, da er mich gut kannte.

Jedes Mal wenn ich zurückkam, sah ich aus wie ein Skelett. Es war immer dasselbe mit mir, wann immer ich zurückkehrte, ich war so dünn wie ein in Haut gewickeltes Skelett und sah aus wie ein 80- oder 90jähriger Greis[35]. Da war kein Fleisch mehr auf meinen Rippen, nur noch Haut und Knochen. Das kam daher, weil ich mit aller Kraft die *kilesas* bekämpfte. Sobald ich Lungphu Mann verließ, kämpfte ich ohne aufzugeben. Ich war zu allem entschlossen. Das ist der Grund, warum ich nun all dies so furchtlos sagen kann.

Immer wenn ich wieder zurückkam, erkannte ich gleich, wie unbeholfen meine Mitstreiter waren, ich konnte das kaum mitansehen, aber ich ertrug es. Ich schloss einfach meine Augen und Ohren dazu.

---

35 Zu dieser Zeit war er in seinen Dreißigern. Er war im Alter zwischen 27 und 36 bei Lungphu Mann.

Wie zum Beispiel, wenn ein Mönch Zahnpasta auf die Zahnbürste tat und seine Zähne putzte und gleichzeitig endlos sein Gesicht wusch.

Ich beobachtete ihn. Oho, es war wirklich erbärmlich ihm zuzusehen und es machte mich traurig. Er würde dahocken und seine Zähne für eine Stunde lang putzen. Ich war nicht sicher, ob er *sati* hatte, ich wusste es wirklich nicht. Wenn jemand so handelte, dann sagte ich gewöhnlich: „Er ist reif dafür wie ein Schwein geschlachtet zu werden." Es war wirklich ein Schandfleck, den ich da ansehen musste.

Ja, die Mönche heutzutage sind genauso. Ich weiß wirklich nicht, ob sie *sati* haben oder nicht. Sie putzen ihre Zähne endlos auf eine weltliche Art. Zahnpasta auf die Zahnbürste tun, und dann die Zähne putzen und gleichzeitig endlos das Gesicht waschen. Sie wissen gar nicht was sie tun, sie sind vollkommen abgestumpft, nur bereit „wie ein Schwein abgeschlachtet zu werden." Oho, das ist so erbärmlich und traurig für mich, diese Art von Beharrlichkeit mitansehen zu müssen!

So bin ich nie gewesen. Wasche ich mein Gesicht, dann zack zack. *Sati* ist immer dabei. Seht, deswegen ertrug ich auch die fürchterlichsten Schmerzen, ich lebte fast in der Hölle. Ich behielt diese Art der Beharrlichkeit für neun Jahre bei, und deshalb war es mir möglich durchzuhalten. Hört euch das an! In dieser Zeit war es mir egal, ob ich lebte oder umkam. Ich beharrte nur ungeheuerlich und erlaubte mir nicht, darin nachzulassen!

Das ist der Grund, warum ich es nicht mitansehen kann, wenn ich meine Mitstreiter bei ihrem Tun beobachte. Darum schließe ich heutzutage meine Augen, um es nicht sehen zu müssen, da es nicht im Einklang mit dem *kammaṭṭhāna* Verhalten ist, sich so zu verhalten. Und zu dem Vorfall sein Gesicht zu waschen... es stundenlang zu waschen und an nichts Interesse zu haben, ach, das ist doch genauso, wie sich Kühe benehmen. Und genauso ist es, wenn sie ihre Zähne putzen, ach, es ist wirklich zu traurig mitanzusehen.

Na schön, so steht es also zur Zeit um die Mönche, die angeblich wirkliche *kammaṭṭhāna* Mönche sind. Wir sollten gar nicht erst diejenigen erwähnen, die außerhalb des Zirkels der *kammaṭṭhāna* Tradition stehen. Allein hier die *kammaṭṭhāna* Mönche zu beobachten macht mich schon traurig und betrübt genug. Warum sollte ich mir dann die Mönche außerhalb der *kammaṭṭhāna* Tradition ansehen. Ich wüsste nicht, was ich mir da ansehen sollte. Sie sind nur ein Schandfleck. Ich muss die *kammaṭṭhāna* Mönche beobachten und überwachen, da sie zu meiner Tradition gehören, deswegen muss ich sie beobachten und dies untersuchen. Ich habe kein Interesse an Mönchen außerhalb dieses Zirkels. Ich bin um keinen Preis an ihnen interessiert! Deren Inneres besteht komplett nur aus Abfall, was sollte ich mir da ansehen wollen?

Sind es meine Mönche und Novizen, dann ist das eine andere Sache, dann muss ich sie beobachten. Deswegen dürft ihr hier im Kloster nicht achtlos und unbeholfen sein. Kriege ich das mit, schmeiß ich euch sofort raus. Treffe ich euch streitend an, dann zeige ich kein Erbarmen! Ich hab genug davon. Meine Brust droht schon zu bersten. Könnte ich all dem gegenüber gleichgültig sein, oh wäre das schön!

Ich habe euch wirklich genug beigebracht. Ich ermahne euch, dass ihr unter keinen Umständen Eingebildetsein, Leidenschaft und *kilesas* zur Schau stellen dürft. Das ist nichts als Scheiße, die das Dhamma verdeckt. Dazu stehe ich fest entschlossen, und es gibt nichts, das meine Meinung darüber ändern könnte. Diese *kilesas* nehmen mich zu sehr mit. Zeigt mir ja nicht ein solches Verhalten hier im Kloster, denn das wird euer Tod sein. Sind die Mönche hier nicht bereit, diese Dinge aufzugeben, bereit diese *kilesas* wegzuwaschen, was können sie denn sonst reinigen?

All das sind Angelegenheiten der *kilesas*, die diese unbekümmert und offen zur Schau stellen. Gibt es hier so etwas? Zeigt mir so etwas ja nicht! Ich werde so etwas nicht, absolut nicht tolerieren! Ich habe schon genug von meinen Mitstreitern, die herkommen, um mit mir zu leben, erduldet. Ich habe euch schon alles in meinen *desanās*, die

ich gebe, mitgeteilt. Ich erzähle euch offen die Wahrheit, und es gibt nichts in den drei Daseinsebenen, wovor ich Angst hätte. Ich kann das wirklich so sagen. Ich kenne weder Angst noch Kühnheit. Um das mit aller Stärke auszudrücken: Meine wahre Natur steht über und jenseits von allem!

Versucht einmal diese wahre Natur mit irgendetwas, zum Beispiel mit den *kilesas*, zu vergleichen. Versucht einmal den Punkt der Reinheit der *kilesas* zu erörtern. Die Reinheit der *kilesas* – oho – ihr müsst sie herausputzen, schmücken, und ständig polieren. Welche Plage! Es fehlt ihnen ständig an etwas. Ihr müsst sie, bis sie glänzen, polieren. Das Bett, Kopfkissen und Moskitonetz, nur wegen der *kilesas* muss dies alles üppig verziert sein! Wozu das alles? Nur für diesen Körper, nur für die Bequemlichkeit zu leben, zu essen und diesen Körper zu benutzen! In Wirklichkeit ist der Körper nur dazu da, dass man ihn ernährt und sich um ihn kümmert.

Was die Reinheit betrifft..., es gibt nichts, was sie berühren kann. Der Körper jedoch ist vollständig dreckig. Könnt ihr es erkennen, dass die *kilesas* versuchen ihn zu erhalten? Er ist aber dreckig, deshalb müssen sie alles polieren, bis es glänzt, denn nur dann sind die *kilesas* befriedigt.

Seht, das ist die Reinheit der *kilesas*. In den Augen von Dhamma sind die *kilesas* der Superlativ von Schmutz. Könnt ihr das erkennen? Untersucht es für euch selbst. Welche Art von Dhamma ist notwendig, die *kilesas* zu verdammen, die sich selbst für die modernste Erfindung der Reinheit halten? Die *kilesas* machen das mit allen Lebewesen. Sie machen alle Lebewesen verrückt nach ihnen, aber zur selben Zeit verhindern sie, dass sie es merken. In den Augen von Dhamma sind die *kilesas* der Superlativ von Schmutz. Wer kann es als das erkennen und wer ist es, der es ausspricht? Also schön, ich kann es sehen, also warum sollte ich nicht darüber sprechen? Denn ich kann es so klar wie Kloßbrühe sehen.

Die *kilesas* halten alle Lebewesen vollständig zum Narren, sie lassen uns diesen Körper ernähren, das ist wirklich ulkig. Jedoch

kümmern sie sich nicht um das Herz. Das Herz, das das wichtige Zentrum ist, wird von den *kilesas* abgeschlossen und verheimlicht. Es wird stetig unter den Dreck der *kilesas* gedrückt und es wird ihm nicht erlaubt sein Gesicht zu zeigen. Was mich nun traurig macht und mein Mitleid erregt ist, dass die *kilesas* jetzt das ganze Land durchstreifen.

Das kann ich klar erkennen, denn das Dhamma offenbart sich in meinem Herzen. Nichts ist verborgen. In dem Moment, wo es sich auftat, zeigte es seine unglaubliche Strahlkraft. Normalerweise spreche ich nicht darüber, da ich nicht ehrgeizig bin oder irgendetwas zu erreichen suche. Es ist so, aber ich benehme mich so, als ob es nicht existierte, denn das ist die Art von Dhamma. Das Dhamma „ist einfach" all die Zeit. Es gibt nichts, was drückt, schiebt oder es forciert. Ist es angemessen, dann wird es mehr oder weniger herauskommen. Ist es unangebracht, selbst wenn ich es versuche herauszuziehen, wird es nicht erscheinen. Das ist es, was man Dhamma nennt, es ist immer angemessen und angebracht.

Die Angelegenheiten der Welt sind im Moment wirklich derart dreckig. Wo immer ich hingehe, um eine *desanā* zu geben, spreche ich wieder und wieder über die Wichtigkeit, das Herz zu trainieren. Ich beobachte meine Mönche und Novizen wirklich. Im Moment brechen die *kilesas* das Tor ein, um ins Waldkloster von Baan Taad einzutreten. Außerhalb des Klosters haben die *kilesas* es erfolgreich geschafft jede Nische des sozialen Lebens zu besetzen.

Wenn ihr ins Badezimmer geht, müsst ihr wie auf Eiern gehen. Seid ihr nicht vorsichtig, werdet ihr ausrutschen und euer Genick brechen. Alles glänzt und ist sauber und es gibt im Badezimmer so viel Zubehör – oho – so viele Sachen. Das mitanzusehen macht mich wirklich traurig, da dies alles Sachen sind, die nur der Pflege des Körpers dienen. Nichts davon kann zur Reinigung des Dreckes im Herzen benutzt werden.

Wie viele verschiedene Sachen gibt es denn in den Klos und Badezimmern? Schaut und seht es euch an! Da ist Schminke, eine

Dusche und wie viel mehr Sachen und wie viele verschiedene Marken? Hilfsmittel um den Körper sauber zu halten sind im ganzen Badezimmer verteilt; sie füllen das ganze Zimmer aus. Ich habe es gesehen, nur kann ich mich nicht dazu bringen, dies mitanzusehen. Und wenn du nun diese Badezimmer betritt, musst du wirklich sehr vorsichtig gehen, denn sonst rutscht du aus und brichst dir das Genick. Lungphu Khao zum Beispiel ging in eines dieser Badezimmer in Bangkok, dabei rutschte er aus und fiel derart unglücklich, dass er beinahe dort drinnen starb. Nur weil er in den immer so reinen Badezimmern der *kilesas* in Bangkok ausrutschte!

Sie attackieren uns mit ihrer Reinheit, und das Resultat davon ist ein gebrochenes Genick. Was für eine Art von Reinheit ist das? Untersucht es! Egal wo ihr heutzutage hingeht, könnt ihr so etwas antreffen, das geht so weit, bis ihr die Badezimmer der *kilesas* nicht mehr betreten könnt. Begreift ihr das? Es sind nur die *kilesas*, die für sich werben. Jeder von euch sollte sich das genau ansehen!

Dieser Vortrag war wirklich kraftvoll. Ich habe nicht auf eine normale Weise gesprochen. Was ich zu sagen hatte, entströmte meinem Herzen. Ich kann die Tricks und Methoden der *kilesas* klar erkennen, was soll ich denn sagen? Wenn ich es nicht auf den Punkt bringe, wie könnt ihr dann die *kilesas* abtöten? Geben sie sich derart zu erkennen, warum sollte ich das nicht offenlegen?

Und wenn ich mich in meinem Kloster umsehe, sehe ich, dass sich die Horde der *kilesas* schon langsam einschleicht. Dieses und jenes sickert herein, Backsteine und Zement für Bauprojekte strömen ins Kloster, obwohl ich dies derart oft kritisiert habe. Seht ihr, wie sich die Angelegenheiten der *kilesas* reindrängen? Wann war es schon jemals einfach, sich mit ihnen auseinanderzusetzen? Nur weil wir sie nicht kennen, ist es so.

Wenn ich zum Beispiel hinter den Vorhang von Wat Pa Baan Taad schaue, dann gibt es nichts, was besser ausgestattet ist, als dieses Kloster. Die *kilesas* haben alles im Griff und nichts bleibt übrig. Übrig sind nur überall die Toiletten der *kilesas*. Was ich ausmachen

kann ist, dass sie sich wirklich anfangen reinzudrängen. Es interessiert mich nicht, was Menschen oder Laien außerhalb der Klostermauern tun, es berührt mich nicht. Aber innerhalb der Mauern kann ich es nur so weit zulassen, wie es angemessen ist. Trotzdem passe ich mich an, und obwohl es mir das Herz bricht, ich ertrage es.

Die Kultivierung fängt damit an, dass sich Sofas und Stühle ausbreiten! Oho, nehmt an, ich würde das zulassen, im Nu würde dieses Kloster mit Stühlen und Sofas, Bequemlichkeiten für die Mönche, angefüllt sein. Würde ich dann hierhin oder dorthin gehen, sähe ich nur brandneue Stühle, Betten und Kissen. All diese Matratzen, Kissen und was auch immer dienen nur der Bequemlichkeit des Körpers! Aber in welchem Zustand ist unser Herz? Wir bemühen uns nicht einmal, uns dies anzusehen.

Unsere Herzen sind in einem schlimmeren Zustand als die Toiletten, aber wir schauen sie uns nicht an. Diese feinen und kultivierten äußeren Dinge sind nur mehr Brennholz für das Innere, das schon schlampig genug ist und als Brennstoff dient, um das Herz zu verbrennen. Ich kann das nicht mitansehen. Es macht mich wirklich traurig, da der wahre Feind in unserem eigenen Herzen sitzt.

Diese äußeren Dinge sind gerade einmal Verzierungen der *kilesas*, die nur die Narren täuschen. Die *kilesas* können aber nicht die klugen Menschen und nicht das Dhamma täuschen. Die *kilesas* stehen immer unterhalb der Autorität des Dhamma. Das Dhamma sieht alles, was können sie also tun?

Luxus, Kultur – autsch – das ist derart widerlich, ich spreche hier die Wahrheit, dass ich mir das nicht ansehen kann. Ich spreche das nur frei heraus, so dass meine Mitstreiter es mithören können. Ich habe niemals zuvor darüber gesprochen, aber ich habe es mit eigenen Augen gesehen und wäre fast tot umgefallen, und trotzdem blieb ich unbeteiligt. Oho, was macht denn diese Welt, dass es derartig abläuft? Ihr solltet begreifen, dass alles *anicca*, *dukkha* und *anattā* ist, und dabei solltet ihr es belassen.

Ihr solltet sorgfältig darüber nachdenken, um euer Gewahrsam wiederzuerlangen. Geht und untersucht das. Lasst die *kilesas* nicht euren Hals würgen. Mir kommen fast die Tränen. *Alles, was ihr seht, ist nichts als die kilesas, die, indem sie dies oder das im Kloster verschönern, den Verstand der Mönche irreführen. Lasst euch ja nicht darauf ein und beobachtet ständig genau euer Herz! Lasst ja nicht ab zu praktizieren! Denn seit seiner Gründung ist das das Grundprinzip dieses Klosters, und ich selbst praktizierte so.* Ich bin hier, um meine Mitstreiter zu betreuen und sie zu lehren, auf diese Weise zu praktizieren. Zeigt mir ja nicht euren Eigensinn. In dieser Welt könnt ihr nichts Vorzügliches finden. Alles, was es in ihr gibt, ist eine Angelegenheit der *kilesas* und deren Täuschungsmagie, die den Geist aller Lebewesen irreführt. Lasst nicht zu, dass sie den Geist der Menschen, die Dhamma praktizieren, in die Irre führen. Entlarvt sie!

Was kann ich schon sagen. Ich sehe alles so klar und strahlend. Auf welche Art die *kilesas* auch immer kommen, sie versuchen dies natürlich zu verschleiern. Ich aber weiß, was sie vorhaben, und trotzdem handeln sie so, als ob ich es nicht wüsste.

Heutzutage, da ich der Welt mit all meiner Kraft helfe, bin ich ständig erschöpft. Wohin auch immer ich gehe, ich gebe *desanās*, die man nicht in den Schriften lesen oder finden kann. Was kann ich sagen, wann immer ich auf Tour gehe, gebe ich zwischen 20 bis 30 *desanās*. An den Orten, von wo ich gerade komme, habe ich 18, 19 oder sogar 20 *desanās* gegeben. Hört euch das an!

Es wäre mir nicht möglich diese vielen *desanās* anhand der Schriften zu geben. Mir würde nach ein oder zwei Tagen das Material ausgehen. Ich müsste dann die Textbücher erneut öffnen und einen neuen Text finden, der mir eine Idee für eine neue *desanā* gibt. Ich erzähle euch nur die Wahrheit, wenn ich sage, dass ich es nicht auf diese Weise machen könnte!

Heute bin ich nicht mehr in der Lage scholastische Vorträge zu geben, da ich mich wirklich nicht, so wie ich es früher konnte, an

dieses oder jenes Kapitel erinnern kann. Ich kann es nicht zurückrufen, da meine Erinnerung einfach verblasst und kaum noch etwas übrig ist, was ich benützen könnte.

Wo immer ich heutzutage auch hingehe, ist es so, als ob ich einen Sack von Erinnerungen in das Fahrzeug schmeiße. Ich weiß, dass es in dem Sack ist, aber ich kann es nicht mehr benutzen, da ich nicht weiß, aus welchem Text es stammt. Selbst wo ich gerade war vergesse ich heutzutage sofort und weiß nicht mehr, wo ich gewesen bin. Ich war hier und vergesse es, und ich war dort und vergesse es sofort, da ich mich einfach nicht mehr erinnern kann. Manchmal finde ich nicht mal mehr den Weg zu meiner eigenen Kuti. Mein Gedächtnis hat mich wirklich verlassen. Alles, was übrig bleibt, ist passives Wissen, und das bin ich nicht in der Lage zu benutzen. So ist das einfach.

Die *desanās*, die ich im Moment gebe, kommen überhaupt nicht aus dem Gedächtnis, da es *desanās* sind, die der Wahrheit entstammen und im Herzen entspringen. *Sie sind grenzenlos und sie entstehen ehrlich auf diese Weise. Mein Tod ist nahe, deswegen gebe ich alles preis, damit es meine Mitstreiter wenigstens einmal zu hören bekommen. Die desanās, die ich gebe, sind grenzenlos und sind wahrlich dazu da, um die Daseinsebenen zu lehren, angefangen bei der Brahmā Welt bis hinunter zu dieser Welt. Warum sollte es mir dann nicht möglich sein, diesen menschlichen Müllhaufen zu lehren, der so eingeschränkt in seiner Ausdrucksweise ist?* Ich würde es so ausdrücken: Soll es mir etwa nicht möglich sein, *desanās* für Müllhaufen zu geben, während ich *Indra*, *Brahmā*, *devas* und Göttern *desanās* geben kann, ohne um Worte verlegen zu sein? Ich kann noch *desanās* für Wesen, höher als die menschliche Ebene, geben, warum sollte es mir dann nicht möglich sein, *desanās* für Menschen zu geben? Das ist der Grund, warum ich euch erzähle, dass im Moment mein Herz sich öffnet und vollständig leuchtet.

Ich möchte das wirklich absolut klar stellen: *Seit meiner Erleuchtung kann ich jede Frage, die mir gestellt wird, beantworten.* Ist es an der Zeit kühn zu sein, dann bin ich wirklich kühn, denn mein

citta ist solides Gold, und es ist diese Dhammaessenz, die das ganze Universum einhüllt. Wie kann ich dann um Antworten verlegen sein? Selbst die großen Ozeane haben Küstenlinien, aber das Dhamma kennt keine Grenzen. Man kann die Fläche der Ozeane und ihre Tiefe berechnen und man kann ihre Größe abmessen. Jedoch diese Dhammaessenz ist unermesslich, sie hüllt dieses Universum vollkommen ein; sie ist grenzenlos, hat keinen Ursprung und umhüllt alles. Aus diesem Grunde nennt man es *vimutti*. Es besteht jenseits der konventionellen Realität und ist grenzenlos. Was kann ich schon sagen? So sieht mein Herz aus. Es öffnet sich in diesem Maße. Ich erwähne das nicht häufig, da es normalerweise nicht von Vorteil ist. Aber wann immer es angebracht erscheint, spreche ich darüber.

Nun da die Zeit meines Todes naht, enthülle ich dies meinen Mitstreitern. Alle *desanās*, die ich halte, werden genau aus diesem Herz gezogen. Ich kann keine scholastische *desanās* mehr geben. Es war gut, dass ich alle buddhistischen Schriften studiert habe, aber wenn ich eine *desanā* gebe, würden diese Erinnerungen ehrlich gesagt für die vorliegende Situation nicht passen. Kommt es aus dem Herzen, dann trifft es genau den Punkt. Das, was auch immer angebracht ist, wird gesagt. Die Situation entsteht, und das Dhamma entspringt sofort, es sprudelt heraus. Da alles in diesem Herzen Dhamma ist, was wäre in der Lage dies zu vereiteln? So würde ich es beschreiben. Ansonsten sage ich einfach nichts.

Dasselbe gilt für Fragen. Was auch immer gefragt wird, die Antwort springt sofort hervor, außer es ist unangebracht zu antworten. Die Antwort wird der Situation entsprechend gegeben. Ich spreche oder antworte entsprechend der Situation. In dem Moment, wo ich spreche oder antworte, kommt es zu hundert Prozent.

Sobald die Frage gestellt wird, entsteht sofort die Antwort. Es ist alles hier drin. Das Herz ist voll davon, so wie könnte man es unterdrücken? Ist es unangebracht die Antwort zu geben, dann wird auch nicht geantwortet. Oder die Antwort wird zu dem Grad gegeben, so dass sie der Fragende verstehen kann. Als Beispiel soll es zu hundert Prozent herauskommen, dann wird es auch voll zu hundert

Prozent erscheinen. Nun muss es derart unterteilt werden, dass es der Zuhörer verstehen kann, und so kommt es dann heraus. Kann er nur 50 oder 70 Prozent verstehen, dann werden nur 50 oder 70 Prozent gegeben. Es gibt wirklich keinen, der 100 Prozent verstehen könnte. Meist werden es nur 20 oder 30 Prozent sein. Wenn es weniger als 30 Prozent sind, werde ich es heutzutage nicht mehr antworten, da es mich zu sehr erschöpft, also verharre ich in Schweigen. Auf diese Weise antworte ich. Ist es unangebracht zu antworten, verharre ich in Schweigen, obwohl im Inneren die Antwort erscheint. Ich spreche sie einfach nicht aus, da es nicht vorteilhaft ist.

Sobald eine Frage gestellt wird, ist es, obwohl die Antwort erscheint, meine Absicht die Fähigkeiten des Empfängers miteinzubeziehen. Wie viel von dieser Frage kann beantwortet werden, so dass es der Empfänger gut verstehen kann? Das passiert aber ganz von allein, ich muss nicht nach der Antwort suchen oder sie ausgraben. Denn im dem Moment, wo gefragt wird, taucht die Antwort auf.

Stellt eure Lauscher auf, so dass ihr es klar versteht. So ist es, wenn das Dhamma und das Herz ein und dasselbe werden. Wie könnte es dann unterdrückt werden?

Ist da kein Vorteil, kann ich auch nicht antworten oder sprechen und kann einfach in Schweigen verharren. Manchmal fragen mich die Leute immer wieder dasselbe. Das geht mir auf den Wecker, und ich vermag sie dann scharf anzusehen.

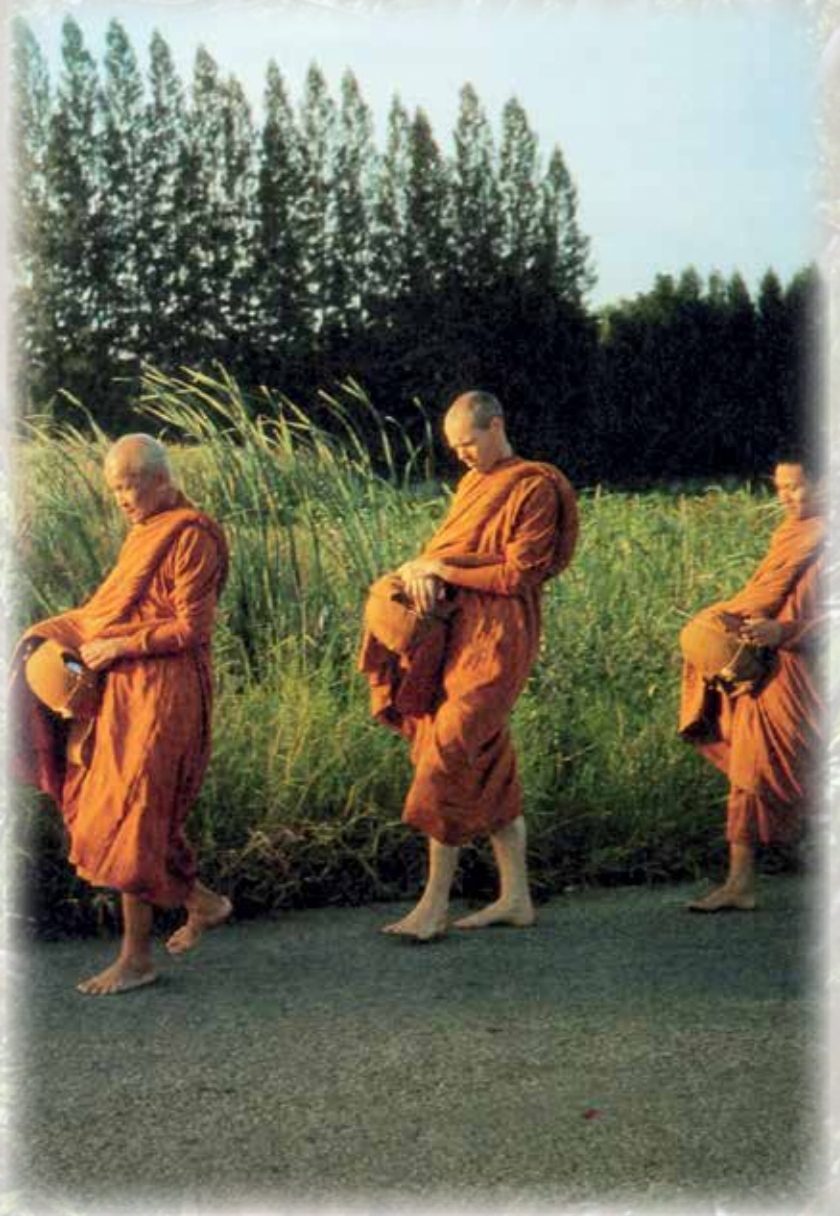
Oho, wenn ich diese Welt beobachte, bringe ich es wirklich kaum fertig das mitanzusehen. Es ist wirklich widerlich, wenn ich es mit dem Dhamma vergleiche. Ich habe gerade den Unterschied von Reinheit zwischen Dhamma und *kilesas* erklärt. In den Augen des Dhamma ist die Reinheit der *kilesas* der Superlativ von Dreck. Hört euch das an! Betrachtet nun, welcher Grad von Dhamma-Reinheit gebraucht wird, um die *kilesas*, die sich selbst als den Superlativ von Reinheit betrachten, zu verdammen! In den Augen des Dhamma werden diese zu dem allergrößten Dreck. Vergleicht das mal. Wie viel erhabener ist das Dhamma? Wie viel überlegener ist das Dhamma?

Worte können das gar nicht beschreiben, und erst recht kann man nicht darüber spekulieren.

Nun schön, das sollte für jetzt genügen. Das war alles, was ich sagen wollte.

evaṁ

...seinen Hunden wird nun erlaubt hochzukommen, und er spielt mit ihnen für eine Weile, dann erhebt er sich und geht zu seiner Kuti zurück um Gehmeditation zu machen...



Der Schwergewichtsweltmeister im dukkha

Alles dukkha entspringt dem kilesa der sexuellen Begierde

Ich habe keine Zeit mehr, meine Freunde zu unterweisen, da ich, wie ihr bereits gemerkt habt, ständig andere Aufgaben zu erledigen habe. Da dies der Fall ist, müsst ihr euch auf eure Praxis konzentrieren. Nehmt nichts anderes zu eurer Leitschnur als *sati*, das auf Dhamma und Vinaya ausgerichtet ist. Das Prinzip von Dhamma und Vinaya ist der einzige Weg, der uns zum Ende von allem *dukkha* führt. Abgesehen davon gibt es nichts, was der Erhabene Buddha uns garantiert hätte. Menschen, die die Richtlinien von Dhamma und Vinaya überschreiten, in der Hoffnung Glück, Fortschritt und das Ende von *dukkha* zu erlangen, landen in einer Sackgasse, sie kommen nicht weiter. Aus diesem Grund sollten wir Praktizierende uns so fest an den Grundsatz von Dhamma und Vinaya halten als ob er unser eigenes Herz wäre. Entwickelt genügend *sati*, um auf der Hut zu sein, auf euch aufzupassen und euch zu stärken!

Verschwendet nicht eure Zeit, um über *magga*, *phala* und *nibbāna* nachzudenken – ob sie nun jetzt oder später, an diesem oder jenem Ort entstehen. Solche Gedanken sind Zeitverschwendung. Benützt nichts anderes als *sati* zusammen mit dem Dhamma, das wir uns für jede Körperhaltung zum Geistestraining ausgewählt haben. Das ist die Beharrlichkeit von jemand, der direkt auf *magga* und *phala* zusteuert. Etwas anderes gibt es nicht. Das ist unsere einzige Versicherung. Lasst uns nicht nach irgendetwas anderem Ausschau halten. Das wäre nur der Wunsch der *kilesas*. Sie blenden uns mit diesen Wünschen derart, dass wir uns an ihnen wie an einem Anker festhalten und nach diesem oder jenem greifen. Folgen wir den *kilesas*, geben sie uns nichts als Schund. Das Einzige, was sicher ist,

ist das *savakkhata* (gut gelehrte) Dhamma, das von dem Erhabenen Buddha dargelegt wurde. Das ist nichts anderes als Dhamma und Vinaya. Haltet euch gut daran fest, denn das ist der Weg, der euch direkt zu *magga*, *phala* und *nibbāna* führt und unabhängig von Zeit und Zeitalter ist. Jemand, der sich immer vollkommen strikt an Dhamma und Vinaya festhält und in seiner Beharrlichkeit weder schwach wird noch aufgibt, ist einer, der Schritt für Schritt dem Erhabenen Buddha folgt. Also bitte ich einen jeden von euch hartnäckig zu praktizieren.

In den 54 oder 55 Jahren, in denen ich all meine Dhammafreunde unterweise, habe ich nie die geringsten Zweifel gehabt. Es gab nie einen Punkt, wo Zweifel am Dhamma, das ich euch lehre, auf welcher Ebene auch immer hochkamen. Ich habe euch immer mit einer Sicherheit, die aus meinem Herzen kommt, gelehrt – einem *citta*, das alles vollkommen glasklar weiß. Deshalb gibt es auch nicht den geringsten Zweifel an der buddhistischen Religion. Sie ist die Nummer eins. Es gibt in ihr keinen Punkt, der irgendwelche Zweifel oder Misstrauen hervorruft.

Deswegen bitte ich euch aus ganzem Herzen, dem Dhamma und Vinaya entsprechend zu praktizieren. Das ist der Weg, der zum Ende alles *dukkha* führt. Was wir uns erwerben müssen ist Durchhaltevermögen. Weicht nicht vom Grundsatz des Dhamma und Vinaya ab! Die Regeln der Vinaya sind extrem wichtig. Glaubt ja nicht, dass die Vinaya vernachlässigbar ist. Sie ist von außerordentlicher Bedeutung. Derjenige, der denkt sie übertreten zu können, indem er sie verletzt, ist jemand, der danach keinen Weg mehr zu gehen hat und keinen Fortschritt mehr erlangen wird. Jeder, der ständig *hiri ottapa*, Scham und Scheu, besitzt gegenüber dem Dhamma, das der Erhabene Buddha verkündet und uns vorgeschrieben hat, ist jemand, der dem Erhabenen Buddha nachfolgt. Da gibt es keine Ausnahme, denn er wird den Weg gehen, um *dukkha* zu überwinden.

Dem Dhamma zufolge findet Beharrlichkeit in unserem Herzen statt. Jeder Praktizierende sollte in der Anfangszeit seiner Praxis, in der er noch keine Erfahrung hat, auf welcher Ebene, in welchem Abschnitt des Dhamma er sich befindet, das *parikamma* (Meditationsobjekt),

welches auch immer er gerade verwendet, zum Anker seines Herzen machen. Ebenso solltet ihr beflissen mit *sati* praktizieren und ganz speziell *sati* auf euer Meditationsobjekt ausrichten und es festhalten. Dieses Meditationsobjekt wird dafür sorgen, euer Herz im Griff zu halten. Das *citta* von jemand, der auf diese Weise praktiziert, wird garantiert und ohne Zweifel in einen Zustand der Ruhe gelangen. Denn in dem Moment, in dem das *citta* nachlässig wird, ergreifen es sofort die *kilesas*. Deswegen kann man es dann auch nicht mehr konzentrieren. Selbst wenn es sich schon entwickelt hat, wird es sich verschlechtern. So wie ich es euch schon früher einmal erzählt habe.

Ich habe das selbst zur Genüge ausprobiert, bis ich verstand: „Wenn ich an den verschiedenen Dingen, die ich entwickelt und dann wieder verloren hatte, zweifelte, dann nur deshalb, weil ich kein *parikamma* benutzt hatte." Denn ich besaß nur interesseloses *sati*, das leicht abwandern konnte. Ich entschloss mich also, neu anzufangen, und nahm mir ein *parikamma* und *sati*, das nicht vom *parikamma* abweichen durfte. Ich war nicht dazu bereit, das *citta* abschweifen zu lassen. Ich erlaubte ihm nicht irgendetwas anderes zu denken als das *parikamma*. Denn nur die herumstreunenden Gedanken waren es, die mein *citta* abstürzen ließen. Würde ich es so machen, war ich mir ziemlich sicher, dass es klappen würde, außerdem hatte mich das ja schon mein Phor Mä Kruba Acharn gelehrt. Also stellte ich nun ganz sicher, dass ich einzig und allein beim *parikamma* blieb. Ich setzte nun alles auf dieses *parikamma*, es war mir dabei egal, ob ich es überleben oder dabei draufgehen würde. Nichts anderes war erlaubt!

Das möchte ich mit einem Glockenschlag in einem Boxkampfes vergleichen. In dem Moment, wo die Glocke läutet, fängt der Kampf an. So hallte es in meinem Herz wider, genau wie dieser Glockenschlag: Von nun an bleibe ich beständig bei meinem *parikamma* und weiche nicht davon ab! Das genau bezeichne ich als Glockenschlag. Unverzüglich fing ich an mich während des ganzen Tages fest an das *buddho* zu heften. Ich wählte *buddho*, weil es meinem Charakter entspricht. Ich erlaubte mir nicht davon abzu-

weichen. Oho, wohin kann es abwandern, wenn *sati* angeheftet ist. Oho, *dukkha* ist *dukkha*, selbst wenn ich sterben müsste, würde ich es nicht abwandern lassen. Ich würde *buddho* mit Hilfe des *sati* nicht loslassen. So weit ging ich. Ich werde das nie vergessen, es ist noch wie frisch in meinem Gedächtnis eingebrannt. Am Anfang, als ich *sati* an das *buddho* heftete, hatte ich sehr viel *dukkha*. Weil das *citta*, das ständig den *kilesas* folgend Gedanken und Ideen produziert, wie ein Springbrunnen ist, der all dies aus dem Herzen sprudelt. Ich zwang mit dem Wort *buddho* all dieses aufzubrechen und rauszuschmeißen, da der Springbrunnen der *kilesas* im *citta*, seiner Aufgabe entsprechend, wie gewohnt alles heraussprudelte.

Deswegen musste ich stur alles daransetzen, das *citta* zu zwingen nichts mehr anderes als das Wort *buddho* zu denken. Und *sati* brachte es dazu, dass es dabei blieb. Ich hielt strikt daran fest. Das erzeugte heftiges *dukkha*, aber wichtig war, dass ich nicht aufgab. Aufgeben gab es nicht. Ich hielt dies für mehrere Tage durch. Wirklich strikt. Am ersten Tag war das *dukkha* richtig heftig. Am zweiten Tag fing es an langsam nachzulassen. Genauso wie das *citta* nachließ abzuwandern. Der dritte und vierte Tag waren viel weniger intensiv, da der Springbrunnen der *kilesas* substantiell nachgelassen hatte. Die Dhammasubstanz, das *parikamma* Wort, lief immer besser, und *sati* war den ganzen Tag fest angeheftet, so dass das *citta* nicht abwandern konnte. Langsam und kontinuierlich wurde dies zur festen Grundlage des *citta*.

Das nehme ich nun her, um meine Freunde hier zu lehren. Ich selbst habe das alles bis hin zu der Stufe jenes Glockenschlags praktiziert. In dem Moment, wo ich überzeugt war, fing ich an wirklich zu kämpfen und erzielte die gerade beschriebenen Resultate. Derjenige von euch, der sein Herz derart und mit allem Einsatz ausrichtet, kann ganz sicher sein, dass sein *citta* friedlich wird – da gibt es keine andere Möglichkeit. Hat er es vollbracht, wird dies auch vollkommen offensichtlich in seinem Herzen. Anders als vorher, wo der Zustand des *citta* nach einer Weile den Bach runterging, blieb es nun stabil. Ich ließ einfach Verschlechterung Verschlechterung sein

und Entwicklung Entwicklung. Denn Entwicklung zu wollen und Verschlechterung abzulehnen, so sehr wir uns das auch wünschen mögen, wird nur dazu führen, dass der Zustand des *citta* sich vor unseren Augen verschlechtert. Also beschäftigt euch nicht mit eurer Entwicklung oder Verschlechterung, stellt nur sicher, dass ihr nicht von eurem *parikamma* Wort verknüpft mit *sati* ablasst! Seid bereit mit diesen beiden zu sterben. Von nun an praktiziert derart!

Als ich dann an den Punkt gekommen war, wo sich mein *citta* normalerweise verschlechterte, verschlechterte es sich nicht mehr, denn ich hatte schon losgelassen, mich darum zu kümmern. Ich war bereit mit dem *parikamma* Wort, das ich fest an mich geheftet hatte, zu sterben. Von nun an ging es nur noch bergauf und nicht mehr bergab und entwickelte sich stetig. Deshalb konnte ich auch das Grundprinzip verstehen: Ja, der Grund für meine frühere Verschlechterung war einzig, dass ich unachtsam wurde, da ich kein *parikamma* Wort benutzte, das mein *citta* in Schach hielt. Schön! Alles, was ich früher gemacht hatte, war unspezifiziertes *sati*, und das kann natürlich wandern. Also, von nun an machte ich es anders, und siehe da, das *citta* wanderte nicht mehr, und ich erfuhr zweifelsfrei das Resultat davon. Seitdem hat es sich stetig entwickelt. Nun benutze ich diese Erfahrung, um diejenigen, die mit der Praxis anfangen und eine feste Basis in ihrem Herzen entwickeln wollen, darin zu unterweisen. Wollt ihr, dass in euer Herz Kühle und Frieden einkehren, die eurer Beharrlichkeit, die ihr entwickelt habt, entstammen, dann macht es bitte so wie ich.

Praktiziert nicht halbherzig! Hängt nicht Gedanken und Vorstellungen nach, mit denen euch die kilesas seit unvorstellbarer Zeit hinters Licht geführt haben. Zeigt kein Bedauern! Wir haben schon so viel nachgedacht. Lasst dies nun alles vollkommen los. Schluckt die bittere Medizin! Die kilesas glauben, dass wenn man das parikamma Wort erzwingt, dies so bitter wie Borapet[1] ist. Ihr jedoch werdet merken, dass sich das Bittere in Süßes verwandelt. Von da an wird es kontinuierlich angenehmer. Dann wird auch das citta hell

1 Borapet ist eine Kletterpflanze mit sehr bitterem Geschmack.

erstrahlen. Merkt euch das wirklich gut! Ich bitte euch Praktizierende wirklich, in eurem Herzen ein Fundament zu schaffen. Seid nicht halbherzig oder unentschlossen, denn geht ihr halbherzig an die Sache, was auch immer ihr macht, es bringt nichts, und ihr könnt es gleich bleiben lassen. Welches parikamma oder welche Art von Praxis ihr auch immer verwendet, Halbherzigkeit wird es zerstören, und ihr werdet nur auf die Schnauze fallen. Seid ihr ernsthaft bei dem, was auch immer ihr anpackt, wenn es richtig ist und ihr es festhaltet, dann werdet ihr Erfolg haben.

Sati ist immer, egal welche Stufe des Dhamma ihr erreicht habt, von außerordentlicher Wichtigkeit. Lasst sati niemals los! Am Anfang der Praxis ist sati ein wichtiges Fundament! Danach wird das *citta* Schritt für Schritt gut gedeihen und den Weg der Weisheit beschreiten. Am Anfang bildet *sati* das Fundament, und *paññā* wird es nur in sehr kurzen Intervallen geben. Bis dann *paññā* zu arbeiten anfängt, den Körper, der ein ganz bedeutender Bestandteil von uns ist, zu enthüllen. *Es gibt kein kilesa in den Herzen der Wesen, das gewaltiger ist als kāma (sexuelle Lust) kilesa oder rāga taṇhā (Sinneslust). Schreibt euch das gut hinter die Ohren, denn dieses kilesa ist am tiefsten in unserem Herzen eingegraben!* Als ob all die anderen *kilesas* sich in diesem einen verkörpern, oder als ob nur dieses eine *kilesa* existiert. Es ist stärker als all seine Genossen. Es nötigt uns zu Gier und Hass und womit auch immer es sich vermischt, das wird ausschlaggebend.

Wird dieses *kilesa* weniger, dann werden sich auch Gier und Hass vermindern, nur dadurch, weil dieses eine abgeschwächt wurde. Untersucht den Körper mit Hilfe von *asubha* (widerlich). Untersucht ihn, indem ihr ihn in seine Bestandteile zerlegt. Schaut euch das Innere und Äußere an. Unsere Haut ist extrem dünn, also schaut genau hin. Diese Haut ist es, die Menschen in eine Schönheitskönigin verwandelt, und obwohl sie extrem dünn ist, hält sie uns zum Narren! Sie lässt uns sogar glauben, dass diese Person eine Schönheitskönigin ist. Ist dieses *kilesa* nicht enorm? Schaut, wie sehr es uns zum Narren halten kann! Also taucht ein und enthüllt es nach und nach. Am

Anfang sind wir noch ungeschickt, also müssen wir bestrebt sein uns im Untersuchen zu trainieren. Aber bevor wir damit beginnen, muss unser *citta* ruhig genug sein. Selbst wenn es dem *citta* nicht nach Sinnesablenkungen dürstet, wenn es noch nicht genug Ruhe hat, und wir es trotzdem für die Untersuchung von Weisheit benutzen, wird das nur in *saññā* (Erinnerungen) ausarten. Das *citta* wird dann umher streunen, vom Weg abkommen und so zum Spielzeug der *kilesas* werden.

Aus diesem Grunde lehrte uns der Erhabene Buddha, dass *samādhi* das Werkzeug ist, das Herz so zu nähren, dass wir Sinneseindrücken nicht mehr folgen und dann den Weg der Untersuchung zur Entwicklung von Weisheit einschlagen. Das entspricht exakt dem, was uns der Erhabene Buddha gelehrt hat: „*Sīla paribhavito … paññā paribhavitam*[2]“ Er hat uns von Anfang an gelehrt, dass wir *sīla* und *paññā* Schritt für Schritt nähren müssen, so dass sie sich gegenseitig unterstützen können. Diesen Punkt dürfen wir nie vergessen. *Magga*, *phala* und *nibbāna* befinden sich in unseren Herzen. Glaubt ja nichts anderes, denn damit täuschen euch die *kilesas* nur. Es hängt alles von unserem Eifer ab, also nährt ihn fleißig. Die Untersuchung dieses Körpers hängt von der Spitzfindigkeit des Einzelnen ab. Von den Methoden und Tricks des Einzelnen hängt es ab, die dieser benutzt, um die Wahrheit seines eigenen Körpers klar zu erkennen. Also nehmt euch das zu Herzen!

Ihr sollt euren Körper untersuchen, indem ihr ihn als etwas Verfaulendes, Stinkendes und Verwesendes betrachtet. Brecht ihn auseinander und lasst ihn vollständig kaputt gehen. Untersucht das Äußere, dafür könnt ihr jemanden anderes, sei es Frau oder

---

2 Nur für Interessierte: Die vollständige Aussage lautet: *Sīla paribhavito samādhi mahapphalo hoti mahanisamso, samādhi paribhavita paññā mahapphala hoti mahanisamsa, paññā paribhavitam cittam sammadeva asavehi vimuccati, seyyathidam, kamasava, bhavasava, avijjasava*. Der Sinn lautet ungefähr: *Samādhi*, das mit Hilfe von *sīla* entwickelt ist, ist erfolgreich und trägt reiche Frucht, Weisheit, die mit Unterstützung von *samādhi* entwickelt wird, führt zu Ergebnissen und trägt reiche Frucht, und das *citta*, das mit Hilfe von Weisheit entwickelt wird, ist in der Lage dazu sich endgültig zu befreien.

Mann, hernehmen. Untersucht es so: „Genauso sieht es bei uns aus! Wir sind aus dem gleichen Holz geschnitzt.“ All dies ist *samudaya*[3]. Wir haften an beidem an, dem Äußeren und dem Inneren. Läuft die Untersuchung *magga* entsprechend, dann ist beides, die Untersuchung des Äußeren wie des Inneren, der richtige Weg (*magga*). So müsst ihr untersuchen! Denn das ist der richtige Weg, um euch von *dukkha* zu befreien. In dem Moment, wo euer *citta* genug innere Stille aufweist, öffnet euch das die Tür, um *paññā* zu benutzen. Ruht euch nicht nur einfach in dieser Stille aus, sie hält zwar beständig an, aber das ist auch alles! Außer dieser Stille gibt es nichts weiter Faszinierendes, was zur Einsicht führen könnte. Ich selbst machte diese Erfahrung, für fünf Jahre in diesem vollen *samādhi* zu stecken.

Es gab aber auch nichts, worüber ich nachdenken wollte. Denn dies hätte nur gestört. Weilt man in dieser unerschütterlichen Stille, dann gibt es nur diese. Man kann den ganzen Tag, egal wo man sich befindet, darin verbringen. Man ist damit vollkommen zufrieden und merkt nicht, dass man an *samādhi* anhaftet. Man will *paññā* nicht benutzen. Aus diesem Grund muss man sich herausreißen. Hat man genug Energie in der Stille getankt, muss man heraus und den Weg der Weisheit einschlagen. Am Anfang will man gar nicht heraus. Man glaubt, es würde diese Stille des *samādhi* nur stören. Also muss man sich herausreißen. Merkt euch das gut, was ich euch gerade gesagt habe. Ich habe mich also herausgerissen, um die Einzelteile des Körpers zu untersuchen. Fängt die Untersuchung an zu laufen, dient *samādhi* zu ihrer Unterstützung. Denn dann ist man der Sinneseindrücke überdrüssig, also denkt man auch über nichts anderes als über die Entwicklung von Weisheit nach, tief versunken untersuchend. Man untersucht auf diese Weise, und allmählich wird *paññā* immer findiger.

Untersucht die Widerwärtigkeit (*asubha*) des Körpers. Untersucht immer und immer wieder, wie man eine Egge durch den Acker zieht. Genau so! Vor und zurück, so lange bis man alle Erde gepflügt, aufgeharkt und in Stücke gebrochen hat. Wir reißen raus

3 *Samudaya* ist die zweite Edle Wahrheit über die Ursache von *dukkha*.

und pflanzen ein, und wieder reißen wir raus und pflanzen ein[4]. Das heißt es, immer und immer wieder zu untersuchen. Solange bis wir in unserer Untersuchung von *asubha* nach und nach große Geschicklichkeit und Wendigkeit entwickelt haben. Nun wird sich langsam Weisheit entwickeln, und wir werden die Resultate der Untersuchung erkennen. Das ist ein sehr wichtiger Schritt. Danach macht so weiter, wie ich euch in meinem Vortrag zum Eintritt in die Regenzeit erklärt habe. Ihr werdet euch dann in der *asubha* Betrachtung so fortentwickeln, dass ihr dort an diesem Punkt die Sinneslust (*rāga taṇhā*) vernichten könnt. Aber im Moment ist sie noch nicht geschickt genug, ihr kommt so noch nicht weiter. Ich habe euch die Methode schon aufgezeigt, also merkt ein jeder von euch sich das gut, denn *das ist der Weg zu magga, phala* und *nibbāna.*

Lasst *paññā* nicht los und legt es auch nicht beiseite. Haben wir uns genug Stille erarbeitet, dann öffnet uns das den Weg, um uns in die Untersuchung zur Entwicklung von Weisheit zu vertiefen. Das Wissen unseres Herzens, das anfängt mit Weisheit zu verstehen, wird sich immer mehr und weit gefächerter enthüllen, sich ausbreiten und verfeinern. Das ist genau das Gegenteil von *samādhi* – ihr erinnert euch, dass ich über *samādhi* gesagt habe, es sei nichts anderes als der Schlaf eines Toten. *Samādhi löst nicht das Problem mit den kilesas, im Gegenteil, nur paññā ist dazu in der Lage!* Man wird das für sich selbst erfahren, dass *paññā* die *kilesas* aushebelt und sie Schritt für Schritt besser erkennt. Aber verweilen wir in *samādhi*, dann wissen wir nichts anderes, als dass es tief und einspitzig (*ekagga-tācitta*, *ekaggataramana*) ist. Gehen wir den Weg der Weisheit, dann werden wir geschickt und erfinderisch. Deshalb benutzt bitte Weisheit sorgfältig zur Untersuchung von *asubha*.

4 So wie man ein Reisfeld umpflanzt. In dem einen Feld, in dem der Reis zu dicht wächst, wird er rausgerissen und dann ins andere Feld in Abständen wieder eingepflanzt.

Dieses *kilesa* (*kāma rāga*) ist extrem verstrickt und es lastet sehr schwer auf uns[5]. In dem Moment, wo es abgeschwächt wird, wird alles, wirklich alles andere auch entsprechend leichter. Deshalb werden wir dann auch klar erkennen können, dass diese sexuelle Begierde (*kāma rāga*) außerordentlich gewaltig ist. Ziehen wir in die Schlacht, dann ist aber auch alle Macht in diesem einen *kilesa* vereinigt. Schwächen wir dieses ab, dann wird auch alles andere entsprechend abgeschwächt. Trennen wir nur dieses eine *kilesa* ab, so dass es verschwindet, werden alle anderen Dinge, die mit ihm zusammenhängen, gleichzeitig abgeschnitten werden. Denn dieses eine ist wirklich der größte Machthaber! Also müsst ihr dieses genau untersuchen.

Ich sorge mich wirklich um all meine Dhamma-Freunde. Ich befürchte, dass sie nicht den Pfad und die Frucht (*magga*, *phala*), so wie es der Erhabenen Buddha uns gelehrt hat, erreichen werden, obwohl wir alle zusammen *kammaṭṭhāna*[6] Mönche sind und tagein tagaus *kammaṭṭhāna* praktizieren. Seit ihr begonnen habt zu praktizieren, bis zum heutigen Tag, zeigt eure Dhammapraxis bezüglich eures Geistestrainings noch keine Resultate. Das finde ich überhaupt nicht gut. Das macht keinen Sinn und bringt uns nichts. Das ist nutzloses *kammaṭṭhāna*. Aus diesem Grunde legt Nachdruck auf eure Praxis! Ist es *samādhi*, dann müsst ihr diese Stille erreichen! Ist es *paññā*, dann müsst ihr die Stufe der Geschicklichkeit erreichen! Denn sobald *paññā* erfinderisch genug ist, fängt man nach und nach an die Bedeutung von *asubha* zu verstehen. Es läuft wie geschmiert bis zu der Stufe, wo *paññā* nur noch wild um sich sticht und dann herausschießt, um alles zu vernichten. Das nenne ich geschicktes *paññā*. All dies, was ich euch erzählt habe, habe ich selbst erfahren.

---

5 So wie ein ganzer Fels auf unserem Herzen (unserer Brust) lastet. Und wenn das *kilesa* dann vernichtet wurde, kann man sagen „Mir ist ein Stein vom Herzen gefallen“.

6 Wörtlich: Basis der Praxis, bezieht sich aber auch auf die grundlegenden Meditationsobjekte.

Aber erst als ich auf der Stufe angelangt war, auf der ich mich von der Lust befreien konnte, was ich euch schon früher einmal erklärt habe, war es mir möglich den Weg dahin klar zu beschreiben. Aber nie habe ich den Punkt des Abtrennens erwähnt, denn das dient den Praktizierenden nur als Vorstellung. Ich möchte, dass es zu eurer eigenen Erfahrung (*sandiṭṭhiko*) wird, die in euch hochsteigt: „Ah, so ist das!“ Ist es nun abgetrennt oder nicht, ihr werdet das selbst wissen. Wenn ich euch erzähle, so und so müsst ihr vorgehen und so und so sieht es aus, dann geht ihr nur nach euren Vorstellungen vom Geheimnis, und glaubt dann, eure Vorstellung vom Geheimnis wäre die Wahrheit. Alles, was ihr damit erreicht, ist, euch nur tiefgründig hinters Licht[7] zu führen. Aus diesem Grunde hatte Than Acharn Mann dieses Dhamma niemals preisgegeben. In dem Moment, wo ihr dort hinkommt und es zerstört, wird euch das selbst in eurem Herzen klar!

Ab diesem Punkt hat Than Acharn Mann zwar weiter gelehrt, aber diesen Punkt hat er nie erklärt. Derjenige, der dort hinkommt, muss es selbst untersuchen. Ich wünsche mir nur, dass ihr bezüglich der Praxis von *asubha* geschickt und gewandt seid und an den Punkt gelangt, den ich erwähnt habe. Stellt nur sicher, dass ihr diesen Punkt gründlich untersucht. Interpretiert nichts in ihn rein. Ob er sich bewegt, woher er kommt, wohin er geht, wird man dort erfahren. Wo die letztendliche sexuelle Lust abzutrennen ist, ist genau an diesem Punkt. Niemand muss das euch erklären! Ihr werdet es selbst wissen: „Aha, also so ist das!“ Würde ich es euch im voraus erklären, dann stellt ihr es euch nur detailliert vor und haltet diese entscheidende Vorstellung für *magga* und *phala*. Das ist natürlich zwecklos! Merkt euch das gut! Aus diesem Grunde werde ich es euch auch nicht erklären. Ich lehre euch nur die Methode, die ihr praktizieren müsst, um dorthin zu gelangen. Seid ihr dort angelangt, dann beobachtet es selbst.

---

7 Mit anderen Worten: Wenn ich euch den Trick verrate, diesen verheerenden Schlag auszuteilen, dann haltet ihr nur nach dieser Geheimtür Ausschau und nehmt eure Vorstellung von dieser Geheimtür als Wahrheit an.

Reicht eure Untersuchung noch nicht aus, dann macht weiter mit der *asubha* Praxis. Lasst alles in diesem einen Punkte zusammenkommen. Zerstört *asubha* nicht, fixiert euch darauf und beobachtet. Beobachtet die Bewegungen von *asubha*, das wir vor unseren inneren Augen aufgebaut haben, wo kommt es her, wo geht es hin, in diesem einen Punkt. Zerstört *asubha* nicht, oder lasst es nicht absichtlich verschwinden. Belasst es seiner Natur entsprechend. Wenn es nun verschwinden will, dann nur aus sich heraus. Geht es rein, oder kommt es aus diesem Haufen von *asubha*? Ihr müsst das selbst erfahren! Dort, an diesem Punkt, fällt dann die Entscheidung bezüglich der sexuellen Lust, wo sie sich nun befindet, das brauchen wir dann nicht mehr fragen. Haben wir uns von der sexuellen Begierde befreit? Auch das müssen wir dann nicht mehr fragen. Richtig, diese Erkenntnis entsteht ganz von allein. Die Erforschung dieses einen Punktes ist extrem wichtig!

Kann man jedoch noch nicht die Bewegung von *asubha*, wo es herkommt, wohin es geht, erkennen, dann müssen wir unsere Untersuchung so lange wiederholen, bis wir genug Fertigkeit entwickelt haben. Danach stellen wir es wieder auf und beobachten. Wollt ihr ausprobieren, ob ihr die Wahrheit von *asubha*, an welchem Punkt das *ashubha* ausgelöscht wird, erkennen könnt, dann nehmt euch diesen Punkt vor. Wo findet das Ende statt? Das werdet ihr hier erkennen. Aber zeigt es sich danach noch einmal, dann werdet ihr dies sofort wissen. Erreichen wir diese Stufe, dann ist das eine Phase, in der das *citta* wirklich sehr wild mit *asubha* kämpft. Es wirbelt herum und trainiert sich, so wie ich es euch schon mal erklärte. Danach, wenn es fort ist, werdet ihr stetigen Fortschritt erzielen und der Prozess automatisiert sich. *Kāma rāga* ist also das erste Hindernis, das wir überwinden müssen. Deswegen wünsche ich mir, dass all ihr Mönche *kāma rāga*[8] *entschlossen mit Hilfe von asubha, dukkha, anicca und anattā angeht. Bemüht euch darum mit all eurer Kraft!*

Das sind *magga*, *phala* und *nibbāna*. Ist sexuelle Gier ausgelöscht, dann gibt es auch gar keine schwere Bürde mehr, die uns runter-

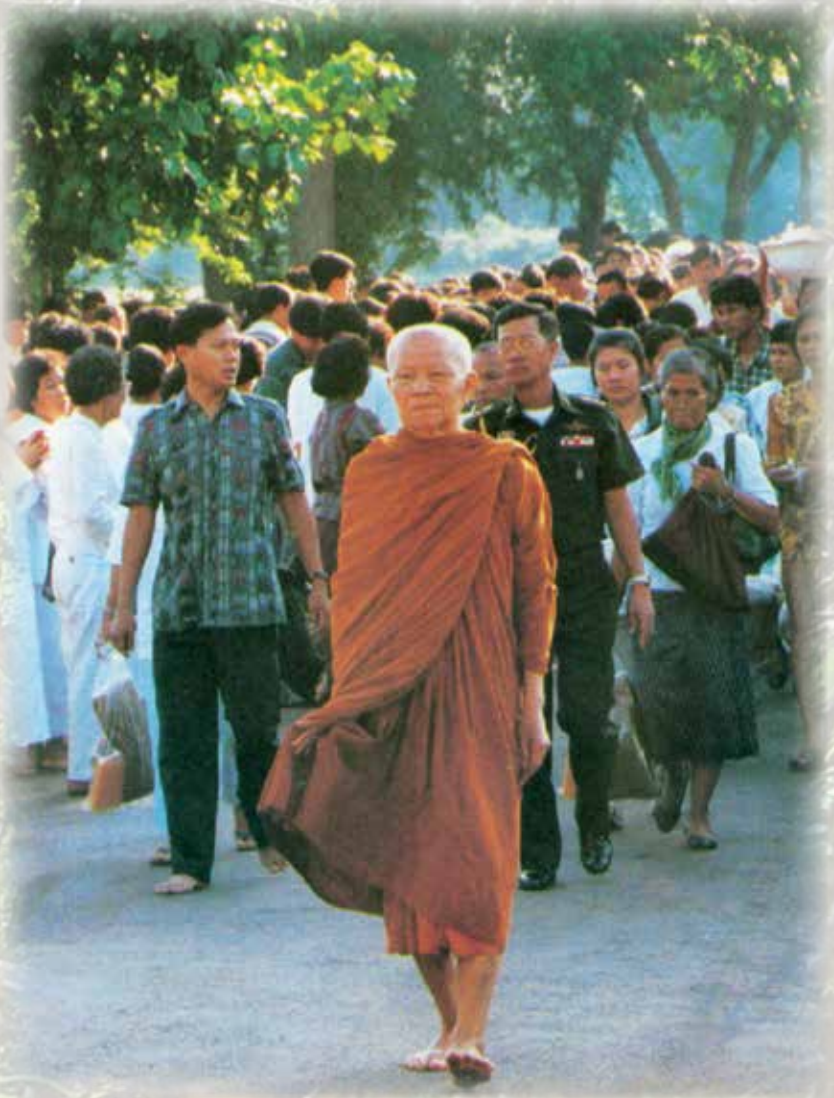
8 *kāma rāga*: Sinneslust, Sinnesbegierde, Sexuelle Lust, sexuelle Begierde

drückt. *Dieser ganze Berg von dukkha entsteht einzig und allein nur durch dieses eine kāma kilesa.* Ist dieses eine *kilesa* vernichtet, dann gibt es nichts mehr, was uns runterzieht. Nur dieses eine *kilesa* zieht uns runter, seine Bürde drückt uns nieder. Unglaublich, es ist wirklich wie Leben und Tod. In dem Moment, wo es vernichtet ist, arbeitet sich das *citta* beständig nach oben, so wie ich es euch schon erzählt habe: Ein Anāgāmī fällt nicht mehr herunter. Was würde er auch da drunten (in der sinnlichen Welt) suchen? Da die Sinnesbegierde vernichtet wurde, wird er sich beständig nur noch nach oben entwickeln. Das entsprechend den Stufen der Daseinsebenen, die uns der Erhabene Buddha aufgezeigt hat, und im Einklang mit dem Dhamma, das das *citta* verwirklicht hat. *Aviha*, *atappa*, *sudassa*, *sudassī*, *akaniṭṭha*[9] sind die Daseinsebenen, auf denen das *citta* dem Dhamma entsprechend für eine bestimmte Zeit verweilen wird. Auf welcher Ebene auch immer das *citta* sich befindet, es entwickelt sich im Einklang mit dieser Stufe – höher und höher steigend. Absteigen gibt es da nicht. Schreibt ein jeder von euch sich das gut hinter die Ohren!

So, heute lehrte ich nur bis zu diesem Punkt. Weiter bin ich nicht gekommen. Ich habe euch das, was angemessen war, gegeben. So, das soll nun genügen.

Evaṁ

9 Die fünf reinen Aufenthaltsorte *(suddhāvāsa)*, in denen nur ein Anāgāmī wiedergeboren wird. Auf welcher Ebene er wiedergeboren wird, hängt davon ab, wie viel der fünf höheren Fesseln er schon durchtrennt hat. Wenn er die letzte Fessel durchtrennt, wird er automatisch zum Arahant. Der Anāgāmī wird auf jeder dieser Ebene maximal zehntausend Jahre verbringen.



Das citta eines Arahants ist leer

Heute beginnt der Eintritt in die Regenzeit. Ich bitte einen jeden Mönch und Novizen, einen jeden für sich, rigoros seine Praxis durchzuführen und die Regeln einzuhalten. Verbannt die *kilesas* der Faulheit vollkommen. Seid jederzeit beharrlich in eurer Praxis, mit der Ausnahme von Schlaf. Fahrt unbeirrt mit der Ausrottung des *kilesas* der Faulheit, was ein wirklich wichtiger Anführer ist, fort. Bringt euch dazu und macht es möglich sie auszurotten. Ich kann das Maß an Eifer nicht bestimmen, also müsst ihr euren Fähigkeiten entsprechend all eure Beharrlichkeit aufbringen. Bringt alles, was ihr an Anstrengung habt, auf, denn eure eigene Kraft ist der ausschlaggebende Faktor. Wenn ihr manche Nacht nicht schlaft, könnt ihr dadurch eine beständige Ausdauer entwickeln. Das nennt man Beharrlichkeit. Führt Sitz- und Geh-Meditation durch. Lasst dieses Dhamma zu einem festen Prinzip in euren Herzen werden. Geht vollkommen in eurer Praxis auf!

In dieser Regenzeit werden wir dieses Kloster nicht verlassen. Treten wir hier in die Regenzeit ein, dann werden wir nirgendwo anders übernachten. Wir sind die ganze Zeit hier. An dem Ort, an dem wir die Regenzeit verbringen, werden wir unsere Anstrengungen in jeder Körperhaltung aufbringen. Ihr sollt dem wirklich Beachtung schenken. Das Aufbringen unserer Beharrlichkeit ist von wirklich großer Bedeutung. Welche Art von *kilesas* auch immer, sie können ganz sicher unserer Beharrlichkeit nicht Stand halten. Beharrlichkeit ist von großer Bedeutung. Vernichtet alle *kilesas* in euren Herzen. Wenn alle *kilesas* vollständig aus dem Herz entfernt wurden, dann ist unser Herz auch leer. Ein jeder soll sich das zu Herzen nehmen.

In dem Moment, wo das *citta* vollständig von den *kilesas* befreit worden ist, sind diese Welt und unser *citta* vollkommen leer. Das bezeichnet man auch als „Die Arbeit ist vollbracht, und es gibt keine

weitere Aufgabe mehr zu erledigen".[1] Der Arahant hat keine Arbeit mehr zu tun, und es wird auch nichts mehr kommen, was er noch tun müsste. Die *kilesas* sind der Feind unserer Beharrlichkeit. Also rottet sie alle aus! Sobald diese *kilesas* vollständig aus unserem *citta* ausgerissen wurden, ist es auch vollkommen leer. Derjenige, der keine *kilesas* mehr hat, hat auch nichts mehr zu tun. Sein *citta* ist vollkommen frei. Das bezeichnet man als leeres *citta*, ein *citta* das vollkommen offen ist. Wo auch immer sich der Arahant befindet, sein *citta* ist beständig vollkommen leer. Er hat nichts mehr zu tun. Der Arahant, der keine *kilesas* mehr hat, hat seine Arbeit beendet. Es wird auch nichts mehr kommen, was er noch tun muss. Denn die Arbeit ist es, die *kilesas* zu entfernen, und sind die *kilesas* vollständig entfernt, dann gibt es auch nichts mehr, so wie früher, was kompliziert und düster ist, und was man noch tun oder erreichen müsste. Nehmt euch dieses wirklich zu Herzen!

Sobald sich das *citta* der *kilesas* entledigt hat, ist es vollkommen frei, vollkommen leer und klar. Lasst das in eurem Herzen passieren, dann könnt ihr es selbst klar erkennen. Es ist nicht dasselbe, wenn wir in die Herzen anderer sehen, als wenn wir in unser eigenes Herz, aus dem die *kilesas* vollkommen spurlos verschwunden sind, schauen. Das Herz ist vollkommen frei, und es gibt keine Arbeit mehr zu tun. Das Herz eines Arahants ist die ganze Zeit leer! Er hat die *kilesas* vernichtet, und deshalb ist es beständig leer. Es spielt keine Rolle, ob tagsüber oder während der Nacht, ob er geht, sitzt oder schläft, sein Herz ist zu jeder Zeit leer. Es gibt nichts, was sich in sein Herz einschleichen könnte. Nehmt euch dieses wirklich zu Herzen! Das ist alles, was ich im Moment zu sagen habe. Würde ich weiter sprechen, dann würde mich das erschöpfen.

Wie viel Mönche verbringen die Regenzeit hier im Kloster? 61, keine Novizen? Es gibt einen. So alles in allem, sind es 62. Also reißt euch am Riemen und praktiziert eifrig, um die *kilesas* in eurem

---

1 „Die Arbeit ist vollbracht, es gibt nichts mehr zu tun." Das ist der Ausspruch des Erhabenen Buddha, wenn er den Zustand von *nibbāna* oder den eines Arahants beschreibt.

Herzen zu vernichten. *Seid weder faul noch träge. Faulheit ist der Feind, der uns daran hindert, auf dem Weg zur Freiheit von allem dukkha weiterzukommen. Faulheit ist wirklich einer der Anführer. Lasst uns das citta befreien. Lasst uns das für uns selbst erfahren! In dem Moment, wo die kilesas fort sind, ist wirklich alles leer. Es gibt dann nichts mehr zu tun. Der Arahant hat keine Aufgabe mehr zu erledigen, es gibt nichts mehr für ihn zu tun. Ansonsten könnte man das nicht als vollständig fertig bezeichnen. Der Arahant, der fertig ist und keine kilesas mehr hat, hat auch keine weitere Aufgabe zu erledigen. Er ist jederzeit leer. Die Freiheit des Geistes bedeutet, dass das citta eines Arahants sich von der Gesamtheit aller kilesas befreit hat! Merkt euch das gut, wenn ihr praktiziert!* Gebt nicht nach, wenn ihr euch in Beharrlichkeit übt. Stellt sicher, dass ihr ständig fortschreitet. Den Rückzug anzutreten ist nicht der Weg, um sich von allem *dukkha* zu befreien. Uns beständig weiterentwickeln, das nennt man den Weg zur Überwindung alles dukkhas zu gehen. Das ist alles, was ich heute zu sagen habe.

Nachdem die Mönche gegangen sind, unterhält sich Luangta mit den Laien, und diese wünschen ihm Gesundheit und Lebenskraft. Daraufhin antwortet er ihnen:

Natürlich würde ich auch gerne kräftiger sein, aber von Tag zu Tag werde ich halt schwächer. Was kann ich machen? Ich hab einfach keine Kraft mehr. Die Körperkräfte nehmen zwar von Tag zu Tag ab, aber das gilt nicht für mein *citta*, da dies kein Altern kennt. Das *citta* kennt weder Stärke noch Schwäche. Selbst wenn die Körperkräfte von Tag zu Tag abnehmen, das *citta* tut es ihm nicht gleich.

Aus diesem Grunde bezeichnete der Erhabene Buddha nibbāna als unveränderlich. Das Herz ist unveränderlich. Ein Herz ohne kilesas ist ein Herz ohne konventionelle Realität (sammuti). Wenn im Herzen keine Konventionalität mehr existiert, gibt es auch dort keine Veränderung mehr. Es gibt nichts mehr, was sich verändern könnte – vollkommen dauerhaft! Der Erhabene Buddha sagte, dass *nibbāna* beständig ist, und das heißt, dass das Herz einer Person,

die sich von den *kilesas* befreit hat, unveränderlich ist. Gibt es noch *kilesas* im Herzen, so existiert noch Veränderung – ein Herz, das abgelenkt und unstetig ist. Hat sich das Herz von den *kilesas* befreit, dann ist es unveränderlich. Ob man nun sagt, *nibbāna* ist dauerhaft oder das Herz ist die unveränderliche Dhamma Essenz, ist ein und dasselbe.

Jetzt ist der Eintritt in die Regenzeit. Die Mönche dürfen die Nacht über nicht außerhalb des Klosters verbringen. Es gibt für sie nichts anderes zu tun als Beharrlichkeit zu entwickeln. Lasst euer *citta* hell leuchten. Hat irgendwer von euch schon ein *citta* gesehen, das sich von allen *kilesas* befreit hat – vollkommen leer? Ein *citta* mit *kilesas* besitzt nichts anderes als Dornen, Stacheln und Spitzen, die beständig dem *citta* zwischen die Füße geworfen werden. Wo immer wir uns überlegen hinzugehen, gibt es nur Dornen und Stacheln, die uns begleiten. Deshalb finden wir auch keine Zufriedenheit und kein Glück. Erwägen wir einen guten Weg, so begleiten uns nur Dornen und Stachel. Erwägen wir einen extrem schlechten Weg, begleiten uns nur Dornen und Stachel, die sich in das Herz einbohren. Hat sich das Herz der *kilesas* entledigt, worüber auch immer wir nachdenken, das Herz wird vollkommen unbesetzt und klar bleiben. Genau das solltet ihr einmal erleben!

Da ich dies gerade erwähne, die Edlen, die diese Art von Reinheit innehaben, sind natürlich der Erhabene Buddha selbst und alle Arahants. Außer dem Erhabenen Buddha und den Arahants besitzt niemand diese Reinheit. Ein jeder Arahant besitzt dieselbe Art der Reinheit, und sein *citta* ist vollkommen leer. Es gibt nichts was auch immer, was das Herz eines Arahants verletzen könnte, denn sein *citta* ist vollkommen leer. Aus diesem Grund wünscht sich jeder nur *nibbāna* zu verwirklichen. *Nibbāna* ist leer auf diese Art. Es gibt wirklich nichts, was das Herz betrüben könnte, und aus diesem Grund wird das als „Die Arbeit ist vollendet“ bezeichnet. Die Arahants, die alle *kilesas* vernichtet haben, haben keine Aufgabe mehr zu erledigen. Es gibt wirklich nichts mehr zu tun. Solange noch *kilesas* in unserem Herzen wohnen, sind Gedanken, die entstehen, nichts

weiter als eine Angelegenheit der *kilesas*. Sobald keine *kilesas* mehr im Herzen sind, entspringen Gedanken wunschlos (ohne *kilesas*), da das *citta* dann Dhamma und vollkommen Dhamma ist. Das bezeichnet man dann als das *citta* ist Dhamma. Welcher Gedanke auch immer entsteht, er ist vollkommen Dhamma und nicht *kilesas*.

Was ich gesagt habe, dient nur als Beispiel. Macht es so, damit ihr es selbst seht! Genau so steht es um einen Arahant. Der Erhabene Buddha und all die Arahants sind vollkommen gleich. Es gibt auch nichts, was Zweifel hervorrufen könnte, da nichts mehr im *citta* vorhanden ist. Lasst dies sich in eurem Herzen offenbaren! Das ist nur möglich im Herzen eines Praktizierenden. Verschiebt das nicht auf später! Ein jeder, der mit aller Kraft und mit all seinen Fähigkeiten praktiziert, wird dies auch erreichen können: Sein *citta* wird vollkommen leer sein – von den *kilesas* befreit. Da keine *kilesas* mehr im Herzen wohnen, ist dieses Herz dann auch vollkommen leer. Ein leeres *citta* ist das *citta* eines Arahants. In einem leeren *citta* kann es auch nichts mehr geben, das das Herz behindert oder blockiert. Es ist ein *citta*, das beständig leer ist. Das nennt man ein leeres *citta*, leer auf diese Art. Es gibt keine *kilesas* mehr, und wie viel man auch denkt, es sind einfach nur Gedanken, ohne dass sich *kilesas* darin verbergen.

Nun möchte ich meinen Segen geben.

Anhänger:
Ich möchte mich verabschieden,
um nach Bangkok zurückzukehren.

Luangta:
Und ich habe meine Kuti und ich werde mich nun
in meine Kuti verziehen.

Heute ist der 27. Es ist der Eintritt in die Regenzeit, wie viele Regenzeiten bin ich schon ordiniert? 76. 76 Mönchsjahre. Dies ist meine 76. Regenzeit. Eine lange Zeit. 76 Jahre bin ich schon ordiniert. Es gibt für mich nichts anderes als weiterhin ordiniert zu bleiben und keineswegs werde ich die Roben ablegen. Das *citta* rührt sich

nicht, also gibt es für mich nur noch vorwärts zu gehen und auf den Tod zu warten. Meine Zukunft besteht darin, auf den Tod zu warten. Ich meine nicht darauf zu warten die Roben ablegen zu können[2]! Ich warte auf den Tod. Alles und wirklich alles ist beendet. Keine Sorgen, keine Nöte! Alles, aber auch alles, ist in meinem Herzen zu Ende gekommen. Verwirklicht diese Art von zu Ende gehen in eurem Herzen! Kein einziges der *kilesas* ist in meinem Herzen verblieben. Alle Sorgen sind zu Ende, alles ist vollkommen leer.

Ich habe im Jahr 2477 (1934) im Alter von 20 Jahren und 9 Monaten ordiniert. Seitdem war ich kontinuierlich Mönch bis zum heutigen Tag. Wie viele *Pansa* habe ich? 76 Jahre bin ich nun schon Mönch. Meine Mutter wünschte es sich sehr, dass ich ordiniere, und ich fühlte mich ihr gegenüber verpflichtet. Sie meinte: Ordiniere und wenn du ordiniert hast, dann, wann immer du willst, kannst du die Robe ablegen. Hast du ordiniert, und dein Mönchsvater hat die Halle noch nicht verlassen und du willst die Robe ablegen, dann lege sie ab, und deine Mutter wird dir Anerkennung zollen. Sie wollte mich nur sehen, wie ich die gelben Roben während meiner Ordination trage.

Als ich dann ordiniert hatte und Mönch war, zog dies mein Herz an. Es fesselte mich derart, dass ich selbst später nicht mehr davon abließ. Es zog mich kontinuierlich vorwärts, so dass der Wunsch, die Roben abzulegen, aufhörte zu existieren. Es zog mich nur kontinuierlich immer tiefer rein bis zum heutigen Tag. Den Gedanken, die Roben abzulegen, gab es nicht mehr und gibt es auch heute nicht. Der Gedanke, die Roben abzulegen, existiert einfach nicht. Ich warte nur auf den nächsten Moment, und das ist genau, was ich tue: Warten auf den nächsten Moment.

Das war auf seine Art auch gut. Das *citta* tauchte nach und nach immer tiefer ein und wollte dann auch nicht mehr aufgeben. Es ging kontinuierlich so weiter bis zum heutigen Tag. Es war gut ordiniert zu haben, denn das *citta* wurde beständig immer tiefer davon berührt. Der Gedanke die Roben abzulegen, kam, seitdem ich ordiniert hatte,

2 Er spricht im Scherz und die Menschen lachen, denn im Thai klingt das Wort für Sterben und Können sehr ähnlich.

nicht mehr hoch. Der Gedanke die Roben ausziehen existiert nicht. Es gab nur dieses beständige Eintauchen bis zum heutigen Tag. Aus diesem Grund existiert der Gedanke, die Roben auszuziehen, auch heute nicht. Es gibt ihn nicht. Den Gedanken, die Roben ausziehen, gibt es nicht. Lasst es mich so ausdrücken: Ich kann nur noch, bis ich sterbe, auf den nächsten Moment warten. Es gibt nicht den Wunsch, und den bis zu meinem Tod hin, die Roben ausziehen. Was kann ich schon tun, wenn das *citta* die Roben nicht ablegen will?

Es gibt nichts mehr, also lasst uns hier zum Ende kommen. Ihr solltet nun gehen und praktizieren. Da wir nun in die Regenzeit eintreten, solltet ihr nichts anderes mehr im Kopf haben als zu praktizieren!

evaṁ

Die Schönheit entsteht im Inneren

Ein Ärzteteam kam und bat Luangta um Erlaubnis ihn untersuchen zu dürfen, da er ermattet war und es ihm kalt war. Außerdem hatte er Fieber und es war ihm so übel, dass er sich fast übergeben musste. Luangta nahm die Gelegenheit wahr und gab den anwesenden Mönchen und Ärzten einen Dhammavortrag:

Ihr könnt zwar alles herrichten, aber ist es euch nicht klar, dass dies die Aufmerksamkeit der Mönche auf sich zieht? Schaut euch euer *citta* an. Seht ihr die *kammaṭṭhāna* Mönche auf dem Weg laufen? Haben sie gutes *sati* oder nicht? *Sati sabbattha satthiya* (Man soll danach streben, unter allen Umständen *sati* zu haben). *Sati* ist das Werkzeug, um Gefahren zu eliminieren. Haben wir kein *sati*, dann bemühen wir uns nicht. Haben wir *sati*, dann ist auch Beharrlichkeit da. Ich habe wirklich lange genug gekämpft, oder etwa nicht? Es ist nicht so, als ob ich die *kilesas* nicht bekämpft hätte. Ich habe die *kilesas* so lange bekämpft, bis sie sich unterwarfen.

Mein Gehen hat sich nun zu einem Hin- und Herschwanken entwickelt. Wie sieht es bei mir im Inneren aus, das möchte ich euch wirklich mal fragen. Wie schaut unser Inneres wirklich aus? Das ist es, was ich euch wirklich mal fragen wollte.

Würde entsteht im Inneren. Wie das anmutige Gehen eines *kammaṭṭhāna* Mönches. Wo immer du dich befindest, du hast *sati*, um Gefahren zu eliminieren. Das nennt man immer auf der sicheren Seite sein. Genauso ist es, und ich sage das nicht ohne Grund. Wenn ich heutzutage gehe, dann schwanke ich hin und her, geradeso wie jemand ohne Wert. Jedoch ist mein Herz voller Würde und strahlt. *Sati* ist das Werkzeug, das Gefahren erkennt und beseitigt. Wisst ihr, solch ein Werkzeug ist nicht einfach zu finden.

Die Menschen wissen nicht wirklich etwas über mich. Mein *citta* zerstörte alle *kilesas*, so dass diese sich ergeben und fliehen mussten.

Mein *citta* ist, wo auch immer ich hingehe, majestätisch und hat Rundumsicht. Viele Menschen sind sich dessen nicht bewusst, denn sie kennen nur wenige der Puzzelsteine (dieser Rundumsicht). Was können sie denn auch schon wirklich wissen?

Wie lange ist es her, seit die Erleuchtung des Erhabenen Buddha die Welt erschütterte? Die Menschen haben daran kein Interesse mehr, und aus diesem Grunde schenkte der Erhabene Buddha diesen Menschen auch keine Beachtung. Aber nun ist für mich die Zeit gekommen etwas zu sagen, und deswegen drücke ich es auch aus. Es gelang mir, die *kilesas* zu vernichten, und das Dhamma war der einzige Grund, warum sie sich unterwarfen. *Kammaṭṭhāna* bedeutet gar nichts, wenn das eigene Verhalten wertlos ist. Ist unser Verhalten wertvoll, dann sind wir würdevoll, und dann gibt es nichts, was mehr Wert hat als ein *kammaṭṭhāna* Mönch. Die *devas Indra* und *Brahmā* glauben an sie und paradieren voller Huldigung um sie herum.

Glaubt ihr wirklich, dass es keine *devas* gibt? Selbst wenn die *devas Indra* und *Brahmā* sich um *kammaṭṭhāna* Mönche, die majestätisches Dhamma in sich entwickelt haben, versammeln und ihnen folgen, würden diese kein Wort darüber verlieren, da ansonsten die Menschen sie für verrückt erklären würden. Die Menschen sind es, die verrückt sind, aber wenn er ihnen dies sagen würde, würden sie ihn für verrückt erklären.

Nun ein Gespräch mit dem Ärzteteam:

Wie viel Uhr ist es? Es ist 18 Uhr 30.

Arzt: Luangta, gerade im Moment ist Euer Fieber hochgegangen.

Luangta: Wie bitte?

Arzt: Luangta, ich bitte Sie, da Euer Fieber hochgegangen ist, Euren Körper ein wenig untersuchen zu dürfen.

Luangta: Es gibt keinerlei Anlass für eine Untersuchung, da Luangta ständig seinen Körper untersucht.

Arzt: Bitte lasst mich Euren Blutdruck messen.

Luangta: Ich untersuche ihn die ganze Zeit, und meine Art der Untersuchung ist viel gründlicher als eure. Verstehst du eigentlich, was ich sage?

Arzt: Ja, ich verstehe es, danke.

Luangta: Ansonsten denkt ihr, dass Luangta verrückt ist. Ihr selbst seid töricht, aber ihr wisst es nicht. Verstehst ihr das?

Arzt: Ja, danke.

Luangta: Das ist alles, was ich sagen wollte. Ich habe für euch einen Vortrag zum Zuhören gehalten. In der letzten Zeit gebe ich nur sehr selten *desanās*, einige für diese und einige für jene Personen. ...

Arzt: Ja, und herzlichen Dank.

Später dann, abends um 20 Uhr, setzte er sich in seinem Bett auf und äußerte einen Dhammaspruch:

Im Kloster von Doi Dhammachedi war das *citta* strahlend erleuchtet. Je tiefer man in den Wäldern ist, desto heller leuchtet das *citta*. Es gibt kein subtileres Wunder, als ein *citta*, das eins mit dem Dhamma ist, und das Dhamma, das eins mit dem *citta* ist.

Wo auch immer ich mich hinbegebe, es begleitet mich stets eine Gruppe himmlischer Wesen (*devas*), die sich um mich kümmern.

Ende

Anhang

Liste der Vorträge

Gehalten am	Titel/Wo	Seite
2. Mai 2002	Tränen vergießen im Angesicht der Wahrheit Vortrag an die Laien in Wat Pa Baan Taad nach dem Essen	13
3. November 2007	Haltet euch gut an *sati* fest! Vortrag an die Mönche im Waldkloster Baan Taad	31
26. August 2004	*Kammaṭṭhāna* sind ebenfalls *kilesas* Vortrag an die Laien in Wat Pa Baan Taad nach dem Essen	47
29. August 2004	Nur wir selbst können uns um unser *citta* kümmern Vortrag an die Laien in Wat Pa Baan Taad nach dem Essen	66
28. Juli 1999	Dhamma, das aus dem Herzen kommt und Die Praxis unter dem ehrwürdigen Lehrmeister Mann Vortrag an die Mönche in Wat Pa Baan Taad	85 133

16. Oktober 2003	Der Schwergewichtsweltmeister im *dukkha* (Alles *dukkha* entspringt dem *kilesa* der sexuellen Begierde) Vortrag an die Mönche im Waldkloster Baan Taad (zur Feier des Austritts aus der Regenzeit)	155
27. Juli 2010	Das *citta* eines Arahants ist leer Der letzte Dhammavortrag an die Mönche in Wat Pa Baan Taad bei der Gelegenheit des Eintritts in die Regenzeit	169
4. Dezember 2010	Schönheit entsteht im Inneren Vortrag in Luangtas Kuti in Wat Pa Baan Taad	177

Thai Glossar

In den Texten benutze ich häufig thailändische Wörter, da deren Übersetzung manchmal kompliziert oder ungewöhnlich ist. Hier die Liste, der von mir benutzten Wörter:

Wat	Kloster
WatPa	Waldkloster
Baan	Dorf
Taad	Taad ist der Name des Dorfes, in dem Luangta Mahā Bua geboren wurde.
Sālā	Versammlungsgebäude in einem Kloster, eine Halle, in der die Mönche sich treffen und essen. Die Halle wird auch für Aktivitäten innerhalb des Saṅgha und für Dhammavorträge benutzt.
Pansa	Regenzeit
Phra	Normalerweise bedeutet das Mönch. Es dient zum Ansprechen eines Mönches, aber manchmal wird es auch zur Anrede an Laien, die sich der Praxis hingeben, benutzt. Um sicher zu stellen, dass es nur Mönch bedeutet, sollte man das Wort PhraSong benutzen.
Than	Ehrwürdiger; wird normalerweise benutzt, wenn man von einem Mönch spricht oder einen Mönch anspricht.
Kruba	(Das Isaan Wort für Than) Ehrwürdiger, Ansprache an einen Mönch
Acharn	Auch Acharn, Ajaan oder Achaan, eine höfliche Art und Weise einen Mönch mit mehr als zehn *Pansa* anzusprechen oder zu adressieren. Es geht aus dem Pāli Wort *ācariya* hervor.
Kruba Acharn	(Wort aus dem Isaan) siehe auch Than Acharn

Luangta	"Verehrter Onkel', eine ehrfurchtsvolle Bezeichnung für einen älteren Mönch
LuangPhor	"Verehrter Vater", eine ehrfurchtsvolle Bezeichnung für einen dienstälteren Mönch
LuangPhu	"Verehrter Großvater", eine ehrfurchtsvolle Bezeichnung für einen sehr alten Mönch
Phor	Vater
Mae	Mutter
Than Acharn	"Ehrwürdiger Meister", eine ehrfurchtsvolle Bezeichnung für einen dienstälteren Mönch, oder einen Abt
Phor Mae Kruba Acharn	"Vater, Mutter und verehrter Lehrer". Dies ist eine sehr höfliche und sehr ehrfurchtsvolle Art einen dienstälteren Mönch anzureden oder von ihm zu sprechen. Dieser Mönch ist dann normalerweise ein berühmter Lehrer, der von Laien und Mönchen sehr geliebt und hoch verehrt wird. Eigentlich gibt es nur zwei Mönche, die so bezeichnet werden: Lungphor Mann und Luangta Mahā Bua.
Dhammayut	Ist eine der zwei großen Gruppen von Mönchen. Dhammayut (wörtlich übersetzt: Dhamma Ende-Stop) ist die Gruppe von Mönchen, die sich ganz strikt an die Mönchsregeln hält und sich auch mehr darauf konzentriert das Dhamma in Form von Geh- und Sitzmeditation zu praktizieren. Die andere Gruppe wird Mahanikay bezeichnet.
Mahanikay	Wörtlich: die große Gruppe. Die meisten Mönche in Thailand gehören dieser Gruppe an, die auch die älteste Gruppe von Mönchen in Thailand ist.

Pali Glossar

Kurze Vorbemerkung:
Um das Pali der lateinischen Schrift anzupassen, verwendet man sogenannte diakritische Zeichen, um Laute anzuzeigen, die nicht durch einfache lateinische Buchstaben ausgedrückt werden können. Ein *ñ* bedeutet, dass es wie nj ausgesprochen wird, z.B. bei paññā, also wie panja ausgesprochen. Vokale können kurz oder lang sein, wenn sie lang ausgesprochen werden, wird das durch einen waagrechten Strich über dem Vokal angezeigt. Allgemein gilt, dass die Endsilbe eines Wortes niemals betont wird, auch nicht, wenn der Endvokal lang ist.

Ācariya	Lehrer, Lehrmeister. Häufig wird dieses Wort auch als respektvolle Anrede für rangältere Mönche verwendet.
akāliko	Zeitlos, unabhängig von Zeit
akaniṭṭha	Die fünfte reine Daseinsebene. Siehe auch im Anhang die reinen Daseinsebenen.
āloko	Licht, hell
anattā	Nicht-Selbst, nicht zu einem gehörend, unpersönlich. Die fünf *khandhas* sind weder im Einzelnen noch als Gesamtes das Selbst. Auch in Herz und Geist (*citta*) kann nirgendwo ein Selbst oder eine Identität gefunden werden. *Anattā* ist eine der drei universellen Eigenschaften aller Dinge und aller Erscheinungen. Die anderen zwei sind *anicca* und *dukkha*.
Anāgāmī	Nicht-Wiederkehrer. Jemand, der die fünf unteren Fesseln abgeschnitten hat und nie wieder auf diese Welt zurückkehrt. Siehe im Anhang die reinen Daseinsebenen und die Vier Edlen Wesen.

anicca(ṁ) Die instabile, vergängliche und fließende Natur aller Dinge auf allen Daseinsebenen. Mit anderen Worten: Alle Dinge entstehen und vergehen, sie unterliegen der Veränderung und wandeln sich um. *Anicca* ist eine der drei universellen Eigenschaften aller existierenden Dinge.

appanā Erreichen; den Geist fokussieren; es bezieht sich auf das tiefe *samādhi*, das auch als Einspitzigkeit bezeichnet wird.

asubha Das, was wir als unangenehm, widerlich, eklig empfinden. Genau das Gegenteil von dem, was wir uns erwünschen.

atappa Die zweite reine Daseinsebene. Siehe auch im Anhang die reinen Daseinsebenen.

attā Das Gegenteil von *anattā,* es bedeutet „Ich“ oder „Selbst“.

aviha Die erste reine Daseinsebene.
Siehe auch unter die reinen Daseinsebenen.

avijjā Grundlegende Unwissenheit. Ein wichtiger Aspekt, der hier zu erwähnen ist, ist der Wille: Wissen wollen aber nicht wissen können, verstehen wollen aber nicht verstehen können. *Avijjā* ist das Fehlen jeglichen Wissens höherer Natur, das über konventionelles Wissen hinausgeht, oder Wissen, dem es an Einsicht mangelt. *Avijjā* ist Unwissenheit, eine in sich vollkommene Blindheit, die so tiefgehend, so tiefgreifend ist, dass sie sich selbst vollkommen verschleiert, sich selbst so perfekt täuscht und so vollkommen in sich selbst erscheint, jedoch

alles so durcheinanderwirbelt, dass sie uns glauben macht, dass das, was falsch ist, richtig sei, und dass das, was richtig ist, falsch sei. Mit Unwissenheit ist hier nicht das Wissen, das wir uns im Leben, auf der Schule oder Universität angeeignet haben, gemeint, sondern das Fehlen von Einsicht und Erkenntnis über die wahre Natur der Dinge oder einfach trügerisches Wissen. Man kann *avijjā* auch als Fata Morgana bezeichnen, eine Luftspiegelung, die wir sehen, die aber nicht real ist. *Avijjā* scheint in sich das vollendete Produkt zu sein, die Dualität von Himmel und Hölle, von Gut und Böse, so dass es äußerst schwierig ist, es als etwas Transzendentes (Vergängliches) zu betrachten. Jedoch muss *avijjā* überwunden werden, um die Erleuchtung zu verwirklichen.

Brahmā — „Der Großartige"; Wesen in den oberen Himmeln der Form oder Formlosigkeit.

buddho — Dies ein Meditationswort, das im Geiste rezitiert wird. Es soll uns zu unserer Buddha-Natur führen.

citta — Wird normalerweise mit Geist und Herz übersetzt. Es ist aber präziser ausgedrückt das Wesen des Geistes, die dem Geist zugrundeliegende Essenz, die sich auch als Gefühl, Gedächtnis und Assoziationen, Gedanken und Bewusstsein manifestiert. Das *citta* ist zentral, weil alle diese Manifestationen Randerscheinungen sind. Es ist die Art von grundlegendem klaren Wissen oder klarem Erkennen im Herzen – das, was um die Dinge weiß – aus dem alles andere entspringt. *Citta* ist beides, das unreine (von den *kilesas* verunreinigte) *citta* und das reine. Im Moment der Erleuchtung, wenn *avijjā* und *kilesas*

endgültig aus dem *citta* verschwinden, bleibt nur noch das reine, leuchtende und strahlende *citta*, ein *citta* aus purem Gold, übrig. *Citta* wird auch als Herz bezeichnet, da diejenigen, die gut meditieren können, erfahren, dass alle Ereignisse inklusive des Beobachters sich im Herzen zu einer Einheit zusammenziehen. Aus diesem einen Punkt, dem Herzen, entspringen dann auch alle Manifestationen. Auf Grund dessen ist es ratsam, die Tendenz zu vermeiden, den Geist als etwas im Gehirn Lokalisierbares zu betrachten. Solange das *citta* noch mit *avijjā* behaftet ist, erzeugt es Absichten. Absichten erzeugen *kamma*, das sich ans *citta* anheftet. Aus diesem Grunde kann man das *citta* als den Fahrer oder Programmierer des Fahrzeugs ‚Körper' sehen, wohingegen der Körper selbst nur ein biologischer Roboter ist. Hat das *citta* die Absicht zu denken, zu fühlen, zu erinnern oder sich zu bewegen, tut es das, indem es den Körper dafür benutzt.

dantā — Zähne

desanā(s) — Ein Dhammavortrag; die Darlegung der Lehre.

deva(s) — „Strahlende Wesen", die Bewohner der Himmel der sinnlichen Freude, Glückseligkeit. Diese Himmel befinden sich direkt über (nicht geographisch) der menschlichen Ebene.

dhammās — Im Plural bedeutet es Geistesobjekte, Auffassungen, Meinungen und Theorien.

dhātu — Essenz, Element(e); Natürliche Erscheinung. Die vier Elemente sind Erde (Festigkeit), Wasser (Flüssigkeit), Feuer (Hitze) und Luft (Bewegung).

dhutaṅga — Die asketischen Übungen, siehe Anhang.

dukkha(ṁ)	Leiden, Schmerz, Unzufriedenheit, Ruhelosigkeit, Langeweile und Unbefriedigtsein. Es ist die unbefriedigende Natur aller Phänomene. *Dukkha* ist eine der drei universellen Eigenschaften aller Phänomene.
ekaggatācitta	Die Einspitzigkeit des Geistes; sie ereignet sich normalerweise im tiefen *(appanā) samādhi*.
evaṁ	So, in diesem Sinn. In Thailand wird dieser Ausdruck als formaler Abschluss einer Lehrrede gebraucht.
hiri	Schamgefühl, moralisches Schamgefühl.
indra	eine der großen indischen Gottheiten
kāma	Sinnesbegierden, vor allem die sexuelle körperliche Begierde
kamma	Willentliche Handlungen durch Körper, Sprache und im Geist. Es ist das Gesetz von Ursache und Wirkung, das uns im Kreislauf von Geburt, Tod und Wiedergeburt gefangen hält. Alle Handlungen durch Körper, Sprache oder im Geist, die gut, neutral oder schlecht sind, bringen unwiderruflich gute, neutrale oder schlechte Ergebnisse mit sich. (Nach dem Motto: was du säst, das wirst du ernten).
kammaṭṭhāna	Wörtlich: „*Kamma* ist Aktion und *thāna* ist eine Region oder ein Platz. Häufig benutzt als die Basis der Praxis, oder die Objekte der Praxis, auf die man sich konzentriert oder die man untersucht. Dazu gehören die 32 Teile des Körpers, der Atem an der Nasenspitze, die Meditationswörter *buddho*, *dhammo* und *saṅgho*.
kathina	Am Ende der Regenzeit gibt ein Fest, an dem die Laien den Mönchen, die die Regenzeit an einem Ort verbracht haben, Stoff schenken, damit sich diese neue Roben schneidern können.

kesa	Haupthaar. Ist eines der fünf Meditationsobjekte, die ein Mönchsvater einem neu ordinierten Mönch als Aufgabe mit auf den Weg gibt.
khandha(s)	Anhäufungen, Gruppe, Haufen oder Aggregate. Es sind die fünf Bestandteile, die unsere Persönlichkeit ausmachen, nämlich Körper, Gefühl, Gedächtnis und seine Funktionen, Denken und Bewusstsein. Es sind die physikalischen und geistigen Komponenten, durch die diese ganze Welt der Sinneserscheinungen möglich wird.
kilesa(s)	Es sind die Handlanger von *avijjā*. Sie sind das, was das Herz verschmutzt, befleckt und verunreinigt. Die übliche Liste der *kilesas* enthält Gier, Hass, Abneigung und Verblendung in ihren verschiedensten Formen, wie Leidenschaft, Neid, Scheinheiligkeit, Einbildung, Eitelkeit, Stolz, Geiz, Sorgen, Angst, Zweifel, Widerspenstigkeit, Selbstzufriedenheit, Faulheit, Unruhe, Rastlosigkeit, Schamlosigkeit, Unmoral und all ihre Arten von subtileren Variationen.
lakkhaṇa	Ein Grundmerkmal, siehe *ti-lakkhaṇa*.
loma	Körperhaar. Ist eines der fünf Meditationsobjekte, die einem neu ordinierten Mönch als Aufgabe mit auf den Weg gegeben werden.
magga	Der Weg, der Pfad. Normalerweise bezieht man sich auf den achtfachen Pfad, der zu *nibbāna* führt. Wird *magga* im Zusammenhang mit *phala* und *nibbāna* benutzt, dann bedeutet das eine der vier Stufen auf dem aus *dukkha* herausführenden Weg. Siehe Anhang Vier Edle Wesen.
mahā	Der Große; auch überlegen. In Thailand auch ein Abschluss im Pāli Studium.
mettā	Güte, Wohlwollen

moha	Verblendung, Vernebelung
mogha	Leer, nutzlos
nakhā	Nägel von Hand und Fuß
nāma	Bezeichnung (Name), Bedeutung; auch die vier geistigen Gruppen der fünf *khandhas*.
Ñāṇasampanno	Vollendet in Einsicht und Weisheit
neyya	Die Gruppe der „Trainierbaren“. Jemand, der ausgebildet und erzogen werden kann. Siehe auch im Anhang die vier Arten von Wesen.
nibbāna	Wörtlich: ausgelöscht. Befreiung, Freiheit, die Unbedingtheit (frei von Bedingung). Es ist das Abtrennen, das nicht mehr Anhaften an den geistigen Ausflüssen (siehe *āsava*). Es ist das Durchtrennen der zehn Fesseln, die einen an den Kreislauf der Wiedergeburt binden. Da dieser Begriff auch verwendet wird, um sich auf das Auslöschen von Feuer zu beziehen, beinhaltet er auch etwas von Ruhe, Kühle und Frieden. (Der Physik zufolge, die zur Zeit des Buddhas gelehrt wurde, haftet ein brennendes Feuer an seinem Brennstoff an, wird von ihm ergriffen. Wird das Feuer ausgelöscht, dann ist es ungebunden, ist es frei.) *Nibbāna* ist das endgültige, letztendliche Ziel der buddhistischen Praxis.
nimitta(s)	Ein Zeichen. In der Meditationspraxis ist das normalerweise ein bedeutsames geistiges Bild oder eine Vision.
nirodha	Die Auflösung aller Phänomene.
padaparama	Die Gruppe der „Untrainierbaren“. Jemand, der nicht ausgebildet und erzogen werden kann. Siehe auch Anhang die vier Arten von Wesen.

paññā	Weisheit, Einsicht, Einsehen. Wissen, das aufgrund von Erfahrung entsteht.
parikamma	Vorbereitendes Meditationsobjekt, auf das man sich konzentriert. Vorbereitend, da man dieses Objekt dazu benutzt, um den Geist zu konzentrieren. Häufig wird der Atem oder auch die mentale Wiederholung des Wortes „*buddho*“ verwendet.
parinibbāna	Es ist das endgültige *nibbāna*, das der Erhabene Buddha oder die Arahants nach ihrem Ableben erreichen.
phala	Frucht, Früchte seiner Arbeit. Ganz besonders die Frucht einer der vier Stufen auf dem Weg. (siehe *magga*)
puñña	Verdienste, Rechtschaffenheit
rāga	Lust, Anhaftung, Begierde
Rukkhamūla senāsanaṃ	Am Fuß eines Baumes leben.
rūpa	Form (eines sichtbaren Objekts), körperliche Form. Alle materiellen Formen, seien sie von grober oder auch von feiner Natur.
saddhā	Vertrauen, Glaube, Überzeugung
sādhu	Ehrerbietige Zustimmung; es bedeutet: es ist gut so, wohl gesagt.
Sakadāgāmī	Einmal-Wiederkehrer. Jemand, der die ersten drei Fesseln, die einen an den Kreislauf der Wiedergeburten binden, durchschnitten und die zwei Fesseln von Gier und Hass abgeschwächt hat. Nach seinem Tod wird er in dieser Welt nur noch einmal wiedergeboren werden, um dann *nibbāna* zu verwirklichen. Siehe im Anhang die Vier Edlen Wesen.

sālā	Versammlungsgebäude in einem Kloster, eine Halle, in der die Mönche sich treffen und essen. Die Halle wird auch verwendet für Aktivitäten innerhalb des Sangha und für Dhammavorträge.
samādhi	Ruhe, Stille, Festigkeit und Stabilität; Vertiefung. *Samādhi* hat drei verschiedene Stufen der Vertiefung: kurz, angrenzend und tief.
samatha	Ruhe, Stille
sammā	Richtig, korrekt
sammutti	Konvention, relative Wahrheit, konventionelle Wirklichkeit
saṁsāra	Alle möglichen Daseinsebenen, in denen Wesen wiedergeboren werden können. Aber im Thai auch häufig die Abkürzung für *saṁsāra vaṭṭa*: Der endlose Zyklus der Wiedergeburten mit all seinen dazugehörigen Daseinsebenen.
samudaya	Ursprung, Entstehen. *Samudaya-sacca* ist die Wahrheit von der Ursache von *dukkha*.
sandiṭṭhiko	Sichtbares, das was im Hier und Jetzt gesehen werden kann.
Saṅgha	Die Gemeinschaft der Schüler des Buddha. Im normalen Sprachgebrauch ist damit der buddhistische Mönchsorden gemeint. Im engeren Sinn bezieht es sich auf die Anhänger des Buddha, seien sie Laien oder Ordinierte, die eine der vier Stufen des Edlen Weges (siehe *Ariya*), der in der Arahantschaft gipfelt, verwirklicht haben. (Im weitesten Sinne sind alle Menschen, seien sie Buddhisten oder Angehörige anderer Religionen, die eine dieser vier Stufen verwirklicht haben, Teil dieser Saṅgha.)

sankhāra Formationen, Bedingtheit.

1.) Es ist das, was mit Hilfe der fünf *khandhas* das kreiert, was wir als Dinge, Phänomene und schließlich als unsere Welt serviert bekommen. Dass die einzelnen *kandhas* sich allerdings nur gegenseitig bedingen, wie Seifenblasen aufsteigen und zerplatzen, können wir normalerweise nicht erkennen. Wir sehen nur die fertigen Endprodukte (Formationen) und nicht die Zutaten, aus denen sie entstanden sind.

2.) Als das vierte *khandha* bezieht es sich auf Denken, d.h. auf kurze Gedankenformationen, die dann durch *saññā* zu Vorstellungen, Meinungen und Ansichten, etc. werden.

saññā Gedächtnisfunktionen; eine der geistigen Aggregate der Persönlichkeit (*khandha*). *Saññā* ist Erinnerung, Zuordnen von Sinn und Bedeutung zu Unbekanntem, Erkennen des Bekannten und alle Arten von Assoziationen. All diese Funktionen färben und bedingen unsere persönliche Wahrnehmung.

sati Gewahrsamkeit des Körpers. Sati umfasst mehrere Arten der Gewahrsamkeit: Gewahrsamkeit von Aus- und Ein-Atmung, von der Körperhaltung, von körperlichen Aktivitäten; den Körper in seine Teile zerlegen, den Körper in die vier Elemente *(dhātu)* zerlegen und die Kontemplation, dass der Körper dem Tod und dem Zerfall unterliegt.

sīla Tugend, moralisches Verhalten, Tugendregeln

Sotāpanna Strom-Eingetretener; jemand, der die ersten drei Fesseln durchschnitten hat und somit in den Strom, der zu *nibbāna* führt, eingetreten ist. Siehe auch im Anhang die vier Edlen Wesen.

subha	Das, was wir als unangenehm, widerlich, eklig empfinden. Genau das Gegenteil von dem, was wir uns erwünschen.
sudassa	Die dritte reine Daseinsebene. Siehe im Anhang die reinen Daseinsebenen.
sudassī	Die vierte reine Daseinsebene. Siehe im Anhang die reinen Daseinsebenen.
suddhāvāsa	Die reinen Daseinsebenen, das sind fünf Daseinsebenen, auf denen nur Wesen erscheinen können, die die Stufe des Anāgāmī erreicht haben. Siehe im Anhang die reinen Daseinsebenen.
sutta	„Roter Faden“, die Lehrreden des Erhabenen Buddha.
svākkhāto	Wohl gelehrt
taco	Haut; eines der fünf Meditationsobjekte, die einem neu ordinierten Mönch als Aufgabe mit auf den Weg gegeben werden.
taṇhā	Begehren, sich sehnen nach: es ist die Ursache von *dukkha* – die drei Formen annimmt: Sinnesbegierde, Begierde zu existieren und Begierde nicht zu existieren.
tapa Dhamma	Asketisches Feuer. *Tapa* ist ein lichterlohes Feuer, das die *kilesas* verbrennt.
Tathāgata	Der „So Dahin Gegangene“, der Vollendete, eine Bezeichnung, die der Erhabenen Buddha benutzte, wenn er von sich sprach.
Tipiṭaka	Die drei Körbe, das heißt die drei Gruppen von Büchern, Vinaya, Dhamma, und Abhidhamma, aus denen der buddhistische Kanon besteht.
udapādi	Erscheinen, z.B. das Erscheinen von Wissen oder Einsicht

ugghatitaññu	Von schnellem Verstehen, Siehe im Anhang die Vier Arten von Wesen.
vāsanā	Tendenzen und Ausrichtungen aus der Vergangenheit. Das heißt alle angehäuften guten und schlechten Verdienste, die man sich in der Vergangenheit erworben hat.
vaṭṭa	Kreis, Runde. Normalerweise bezieht sich das auf den Kreislauf der Wiedergeburten. Siehe *saṁsāra*.
vedanā	Gefühl, das Empfinden von angenehmen bzw. freudvollen, neutralen oder schmerzhaften Gefühlen. Gefühl ist eines der geistigen Aggregate der Persönlichkeit (*khandha*).
vijjā	Wissen, Kenntnis; im Gegensatz zu *avijjā* – Nicht-Wissen
vimutti	Freiheit, Befreiung, Erlösung
viññāṇa	Bewusstsein, die geistige Bestätigung von eingehenden Sinneseindrücken. Bewusstsein ist eines der geistigen Aggregate der Persönlichkeit (*khandha*).
vipacitaññu	Jemand, der die Wahrheit nur nach längerer Erklärung schaut. Siehe auch im Anhang die vier Arten von Wesen

Die asketischen (dhutaṅga) Übungen

Jede dieser verschiedenen Übungen dient dazu, ganz spezifischen *kilesas* entgegenzuwirken oder sie zu bekämpfen. Deshalb werden sie von dem Praktizierenden nur dann angewendet, wenn eine Notwendigkeit dafür besteht, und meist nur so lange, bis diese spezifischen *kilesas* ausgemerzt sind.

Die Liste der Übungen ist folgende:

1. Nur das Tragen von Roben, die geflickt und ausgebessert wurden.
2. Nur das Tragen der drei prinzipiellen Gewänder und keine zusätzlichen.
3. Sein Essen nur mit Hilfe eines Almosengangs zu erhalten.
4. Kein Haus auf seinem Almosengang auszulassen.
5. Nur einmal pro Tag essen und das in einer Sitzung.
6. Nur aus der Almosenschale zu essen.
7. Hat man sich satt gegessen, darf man kein weiteres Essen akzeptieren.
8. Im Wald zu leben.
9. Unter einem Baum zu leben.
10. Nur im Freien zu leben – weder unter dem Schutz eines Baumes noch eines Daches.
11. Auf einem Leichenplatz oder einer Beerdigungsstätte zu leben.
12. Sich mit dem Schlafplatz oder Bett zufrieden geben, das einem zugeteilt wird.
13. Die Sitzer-Praxis, mit anderen Worten: sitzen, stehen oder gehen, aber sich niemals hinzulegen.

Die reinen Daseinsebenen (suddhāvāsa) des Anāgāmī

Hat der Anāgāmī noch keine der fünf höheren Fesseln durchschnitten, wird er nach seinem Tod im Himmel der (*aviha*) Wesen erscheinen. Nach dem Durchleben der Stufe *aviha* wird er automatisch im Himmel der unbesorgten (*atappa*) Wesen erscheinen. Nachdem er diese Stufe durchlaufen hat, wird er im Himmel der klar sehenden (*sudassa*) Wesen erscheinen. Von dort aus gelangt er in den Himmel der hellsichtigen (*sudassī*) Wesen und ganz zum Schluss in den Himmel der höchsten (*akaniṭṭha*) Gottheiten. Dort wird er seine letzte Fessel abschneiden und den Heiligen Pfad erlangen, das heißt von dort aus ins *nibbāna* gehen. Solch ein Wesen nennt man "Jemand, der die Leiter zu den höchsten Gottheiten hinauffällt". In einem jeden dieser Himmel wird er allerhöchstens 10 000 Jahre verbringen.
(Anm. Wesen und Gottheiten können beliebig ausgetauscht werden.)
Hat ein Anāgāmī schon zu Lebzeiten eine oder mehrere der höheren Fesseln durchschnitten, dann wird er nach seinem Tod in dem dementsprechenden Himmel erscheinen.

Das heißt:

1. Anhaftungen an Formen wird vom Anāgāmī überkommen auf der Stufe *aviha*
2. Anhaftungen an formlose Phänomene auf der Stufe *atappa*
3. Dünkel (Ego) auf der Stufe *sudassa*
4. Rastlosigkeit, Unruhe auf der Stufe *sudassī*
5. Unwissenheit (*avijjā*) auf der Stufe *akaniṭṭha*.

Hat der Anāgāmī schon zu seinen Lebzeiten den Dünkel überwunden, dann wird er nach seinem Tod auf der Stufe *sudassī* erscheinen.

Die zehn Fesseln

Dieses sind die zehn Fesseln, die alle Wesen an den endlosen Kreislauf der Wiedergeburten binden. Will man aus diesem Kreislauf der Wiedergeburten ausbrechen, muss man diese zehn Fesseln abschneiden. Hier nur eine kurze Auflistung, wer sich für eine sehr ausführliche Beschreibung interessiert, dem empfehle ich in dem Buch "Ein Leben innerer Werte" das Kapitel „Die höchsten Verwirklichungen".

Die fünf unteren Fesseln:

1. Die Auffassung von Selbstidentität. Das heißt, die Meinung, dass der Körper Selbst ist oder das Selbst der Körper.
2. Unsicherheit, Zweifel, wie zum Beispiel darüber, ob es Wiedergeburt, *Kamma* und die Resultate von *kamma* gibt.
3. Unzuverlässigkeit im Einhalten von Praxis und Tugendregeln (sie einhalten und dann wieder nicht einhalten).
4. Sinnes-Gier (Zuneigung, Verlangen, Begehren)
5. Hass (Abneigung, Ablehnung, Ärger)

die fünf oberen Fesseln:

6. Anhaftungen an Formen
7. Anhaftungen an formlose Phänomene
8. Dünkel (Ego)
9. Rastlosigkeit, Unruhe
10. Unwissenheit (*avijjā*)

Die vier Edlen Wesen

1. Sotāpanna:
Jemand, der in den Strom eingetreten ist, der zu *nibbāna* führt. Er hat die untersten drei Fesseln durchschnitten. Dies ist die erste Stufe: der Stromeintritt. Sie garantiert einem, dass man nicht mehr auf den niederen Stufen der Daseinsebenen (d. h. nicht unter die Stufe der menschlichen Geburt) rutscht und allerhöchstens noch sieben Mal wiedergeboren wird.

2. Sakadāgāmī:
Die zweite Stufe ist die des Einmal-Wiederkehrers. Das Edle Wesen, das nur noch einmal wiedergeboren wird, bevor es *nibbāna* erreicht. Es hat die Fessel von Gier und Hass auf die Hälfte reduziert.

3. Anāgāmī:
Die dritte Stufe ist die des Nichtwiederkehrers: Er kehrt nicht mehr in die Daseinswelten zurück, sondern wird nach seinem Tod in einer der reinen Daseinsebenen (siehe oben) erscheinen, solange bis er *nibbāna* erreicht.

4. Arahant:
Die vierte und höchste Stufe ist die des Vollkommenen Heiligen.
Das Edle Wesen, das schon zu seinen Lebzeiten alle zehn Fesseln durchtrennt hat und noch in diesem Leben ins *nibbāna* eintritt.

Die vier Kategorien von Menschen

Nachdem der Erhabene Buddha erwacht war, d.h. *nibbāna* verwirklicht hatte, überlegte er sich, ob er das Dhamma, das er gesehen hatte, lehren sollte oder nicht. Er stellte fest, dass es vier Arten von Wesen gibt:

- Diejenigen, die das Dhamma schnell begreifen (*ugghatitaññu*) würden und nach einer kurzen Erklärung des Dhamma erwachen würden.

- Diejenigen, die nur nach einer längeren Erklärung (*vipacitaññu*) des Dhamma erwachen würden.

- Diejenigen, die nur nach Anleitung und Führung durch die Praxis (*neyya*) erwachen würden,

- und die größte Gruppe, die der (*padaparama*), die untrainierbar sind und aus diesem Grunde nur einen Weg zu gehen haben: den Weg in die Hölle.

Ränge und Titel innerhalb der thailändischen Mönchshierarchie

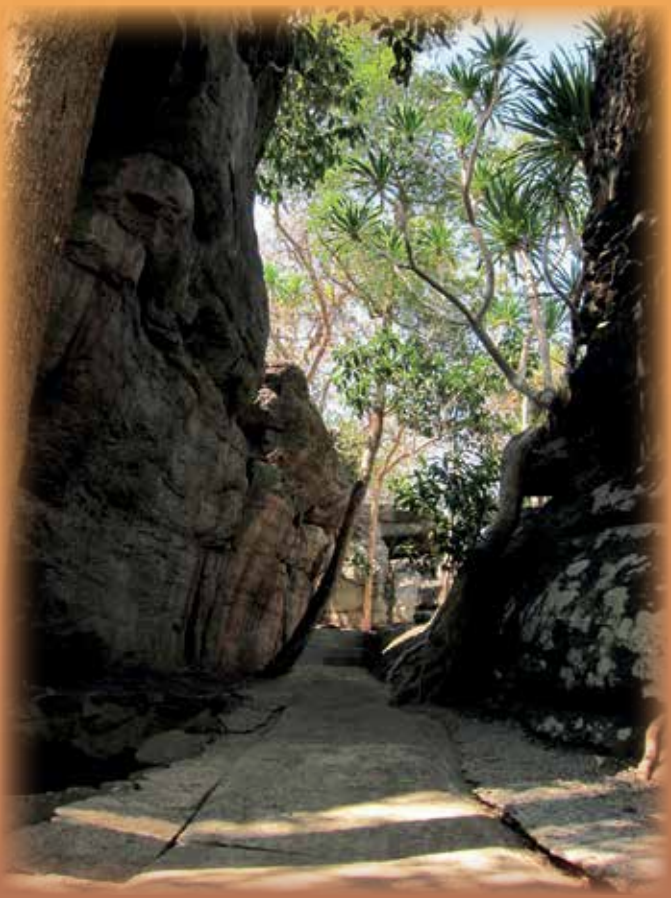
Mahā: ein Mönch, der den dritten Grad des Pāli (Parian 3) Examens bestanden hat. (Dies ist kein Rang und ist hierarchisch unbedeutend, sondern es ist nur ein Titel).

Phra Kru und seine verschiedenen Abstufungen, wie **Samu** und **Baidiga** sind die ersten unteren Ränge.

Chao Khun und seine verschiedenen Abstufungen.

Somdet (Patriarch) und seine verschiedenen Abstufungen; der allerhöchste Rang in der Hierarchie ist der "Oberste Patriarch" auch König der Mönche genannt (Sangha Rat).

Wer Interesse an einer ausführlichen Beschreibung aller Ränge und deren Abstufungen von Mönchen in Thailand hat, kann sich gerne auf der webseite *http://www.thaibuddhism.net/ranks.htm* darüber informieren.



Doi Dhammachedi, der Ort,
an dem Luangta Mahā Bua am 15. Mai 1950
nibbāna verwirklicht hat.

Dieses Buch ist ein Dhammageschenk
und darf nur kostenlos verteilt werden!