

Menno Doden (Hrsg.)



vom Leid zur Erleuchtung

Eine Quintessenz
der Reden BUDDHA's

BoD-VERLAG

Inhalt

1. DAS LEIDEN

- 1.1. 3 MERKMALE BEDINGTEN ENTSTEHENS**
- 1.2. 12 GLIEDER des BEDINGTEN ENTSTEHENS**
- 1.3. 3 Arten des DASEINS**
- 1.4. 4 Arten von „NAHRUNG“**
- 1.5. LEBENSDRANG**
- 1.6. Entstehung der PERSÖNLICHKEIT**
- 1.7. 4 JOCHE, 4 Wogen**
- 1.8. 4 KONZEPTE**
- 1.9. BEDINGTES ENTSTEHEN von Unwissenheit und Daseinsdurst**
- 1.10. Die 2 EXTREME**
- 1.11. Die 3 TRIEBE**
- 1.12. 3 UMGARNUNGEN**
- 1.13. 10 FESSELN**
- 1.14. 7 FESSELN**
- 1.15. 3 FESSELN, 3 Wurzeln des Unheilsamen**
- 1.16. 5 unerreichbare Dinge**
- 1.17. Die EDLE WAHRHEIT VOM LEIDEN**
- 1.18. 5 SKANDHAS, 5 Stücke des Anhaftens**
- 1.19. 5 Gefühle des LEIDENS**
- 1.20. Zweierlei DURST, Begierde**
- 1.21. Vom GEFÜHL zum ANHAFTEN**
- 1.22. 4-fach angehafteter Mensch**
- 1.23. 4-faches ANHAFTEN**
- 1.24. 3-facher RAUSCH**
- 1.25. 3-facher WAHN**

- 1.26. **3-fache UNERSÄTTLICHKEIT**
- 1.27. **3 Arten von GESTALTUNGEN**
- 1.28. **10 unheilsame VERHALTENSWEISEN**
- 1.29. **3 unheilsame Gedanken**
- 1.30. **5 schwer zu vertreibende Dinge**
- 1.31. **7 Neigungen**
- 1.32. **16 HERZENSTRÜBUNGEN**
- 1.33. **8 WELTGESETZE**
- 1.34. **8 üble Dinge**
- 1.35. **4-fache Ergebenheit**
- 1.36. **Die 4 ARTEN von MENSCHEN (a)**
- 1.37. **4 Arten von Menschen (b)**
- 1.38. **5-erlei alltägliche Menschen**
- 1.39. **27 heillose Gesprächsthemen**
- 1.40. **5 Arten der Furcht**
- 1.41. **5 HEMMUNGEN**
- 1.42. **4 zeitweilige Arten von Glück**
- 1.43. **4 SEGNUNGEN**
- 1.44. **3 Arten von WÜNSCHEN**
- 1.45. **5 ERWÜNSCHTE DINGE, die schwer zu erlangen sind**

2. DIE ENTSTEHUNG DES LEIDENS

- 2.1. **Die 6 ELEMENTE - Die 6 Artungen**
- 2.2. **Die 6 Grundlagen der SINNENEINDRÜCKE**
- 2.3. **Die 6 Arten des SINNENBEWUSSTSEINS**
- 2.4. **Die 6 Arten der WAHRNEHMUNG**
- 2.5. **Die 6 Arten von GEFÜHLEN, Empfindungen**
- 2.6. **Die 6 Arten der WILLENSFORMATIONEN**
- 2.7. **Die 3 EMPFINDUNGEN**
- 2.8. **18 geistigen ERWÄGUNGEN**
- 2.9. **108 Fährten des BEGEHRENS**

2.10. **6 Arten von VERLANGEN, Begierdenwohl**

2.11. **6 Elemente des ENTRINNENS durch
WANDLUNG**

2.12. **6 zu überwindende Dinge (a,
Erkenntnisblick erreichen)**

2.13. **6 zu überwindende Dinge (b, *Heiligkeit
erreichen*)**

2.14. **6 WISSEN vermittelnde Dinge**

3. DIE BEENDIGUNG DES LEIDENS

3.1. **Die 3 KÖRBE, Tripitaka, Der Dreikorb**

3.2. **Betrachtung mit RECHTER WEISHEIT**

3.3. **3 ÜBUNGEN**

3.4. **Die 4 GRUNDLEHREN**

3.5. **Die 4 KERNPUNKTE der LEHRE**

3.5.A **NICHT-ICH**

3.6. **4 Glieder zum STROMEINTRITT**

3.7. **6 förderliche Dinge für die SPIRITUELLE
AUSRICHTUNG**

3.8. **5 SEGENSREICHE BETRACHTUNGEN**

3.9. **7 SEGENSREICHE BETRACHTUNGEN**

3.10. **10 BETRACHTUNGEN**

3.11. **Die BEDACHTSAME EIN- und AUSATMUNG**

3.12. **10 ARTEN der WAHRNEHMUNG**

3.13. **2 KRÄFTE**

3.14. **Die 4 GEISTIGEN KRÄFTE**

3.15. **4 KRÄFTE gegen die 5 Arten der Furcht**

3.16. **5 SCHULUNGSKRÄFTE**

3.17. **7 RECHTE EIGENSCHAFTEN**

3.18. **Die 5 MACHTFÄHRTEN**

3.19. **4 MÄCHTE**

3.20. **5 KAMPFESGLIEDER**

- 3.21. **5 Eigenschaften zur WEISHEITS- und GEMÜTSERLÖSUNG**
- 3.22. **7-faches RÜSTZEUG zur ERLÖSUNG**
- 3.23. **Die 7 guten EIGENSCHAFTEN**
- 3.24. **Die 7 Stufen zur WAHNERLÖSCHUNG**
- 3.25. **Die 4 Mittel zur TRIEBVERSIEGUNG**
- 3.26. **4 Eigenschaften zur TRIEBVERSIEGUNG**
- 3.27. **SEGEN der SITTlichkeit**
- 3.28. **Die STUFENWEISE DARLEGUNG**
- 3.29. **Die 4 EDLEN WAHRHEITEN**
- 3.30. **44 Gegenstände der ERKENNTNIS**
- 3.31. **4 Glieder zum „STROM-EINTRITT“**
- 3.32. **Der „STROM-ERGRIFFENE“**
- 3.33. **5 höhere FESSELN für den „NICHT-WIDERKEHRER“**
- 3.34. **Früchte der BEFREIUNG von den 10 FESSELN**
- 3.35. **Die Überwindung der 5 SKANDHAS**
- 3.36. **Die Überwindung der 5 HEMMUNGEN**
- 3.37. **4 ENTJUCHUNGEN**
- 3.38. **7 Hindernisse der ACHTSAMKEITSÜBUNG**
- 3.39. **11 Hindernisse der SAMMLUNG**
- 3.40. **5 Mittel zur Überwindung des GROLLS**
- 3.41. **5 Elemente des Entrinnens von der ANHAFTUNG**
- 3.42. **5 Mittel zur Überwindung der SINNENLUST**
- 3.43. **AUFLÖSEN negativer Eigenschaften**
- 3.44. **Die „1-10-Probleme“-Fragen**

4. DER WEG ZUR BEENDIGUNG DES LEIDENS

- 4.1. **Die 4 PFEILER der EINSICHT**

- 4.2. Die 4 GEWALTIGEN KÄMPFE, 4 Rechte Kämpfe**
- 4.3. Die 4 MACHTGEBIETE, 4 Machtfährten**
- 4.4 Die 5 KRÄFTE**
- 4.5 Die 5 FÄHIGKEITEN**
- 4.6 Die 7 ERLEUCHTUNGSGLIEDER**
- 4.7 Der EDLE 8-FACHE PFAD**
- 4.8 Die Früchte des EDLEN 8-fachen PFADES**
- 4.9. Die 2 zum Wissen führende EIGENSCHAFTEN**
- 4.10. 9 BEDINGUNGEN für die WISSENSERLÖSUNG**
- 4.11. Die 4 VERTIEFUNGEN, 4 Jhanas, 4 Schauungen**
- 4.12. 4 mögliche STÖRUNGEN bei den 4 VERTIEFUNGEN**
- 4.13. Die 8 FREIUNGEN**
- 4.14. Die 9 stufenweisen ERREICHUNGSZUSTÄNDE**
- 4.15. 6 Gebiete des GEDENKENS**
- 4.16. 4 Arten der WAHRNEHMUNG**
- 4.17. DREI-WISSENS-MÄCHTIG**
- 4.18. Die 4 UNERMESSLICHEN**
- 4.19. 6 zum WISSEN führende Vorstellungen**
- 4.20. 5 Wahrnehmungen zur ERLÖSENDEN REIFE**
- 4.21. 5 VERMÖGEN**
- 4.22. 3 Daseinsarten überwinden**
- 4.23. 7 Arten der SAMMLUNG**
- 4.24. 10 KASINAS, 10 Meditationsvorstellungen**
- 4.25. Über das WESEN aller ERSCHEINUNGEN**

4.26. **3 außerordentliche ANWEISUNGEN**

4.27. **4 Dinge des WISSENS**

4.28. **5 Pfade der ERKENNTNIS**

ANHANG 1: **Begriffe**

ANHANG 2: **Themenauswahl**

ANHANG 3: **Erklärungen**

ANHANG 4: **Mahayana und Tantra**

Vorwort

Dieses Buch bezieht all sein Wissen aus den 4 Bänden: „**Die Reden des Buddha**: Längere-, Mittlere-, Angereihte- und Gruppierte Sammlung“, erschienen im Verlag BEYERLEIN - STEINSCHULTE. Im deutschsprachigen Raum kann man dankbar sein, dass eine solch große Anzahl buddhistischer Ur-Texte aus dem Pali übersetzt wurden. Meine Verehrung gilt deshalb, neben Buddha, Dharma und Sangha, auch den jeweiligen Übersetzern der Texte, mit besonderer Hervorhebung von K.E. NEUMANN.

Die Reden des Buddha sind in einer Ordnung gegliedert, die von dem ersten einberufenen Konzil kurz nach seinem Tod festgelegt wurde. Erst später erfolgte dann ihre Unterteilung in die so genannten „3 Körbe“ und ihr schriftliches Festhalten.

Diese Quintessenz ist der Versuch einer Gliederung der Lehrinhalte nach Buddhas 4 Edlen Wahrheiten. Sie erhebt keinerlei Anspruch auf Vollständigkeit, sondern kann eine Übersicht und Anregung sein, einzelne Punkte von persönlichem Interesse in den Reden aufzufinden und ausführlich nachzulesen, wenn man im Besitz von zumindest einem der vier obigen Bände ist. Auch ohne sie kann es **für den Nicht-Buddhisten** eine erste Einführung in die unwiderlegbaren 4 Edlen Wahrheiten sein. Die vielen Querverweise (⇒) sollen dabei helfen.

Buddhisten im Theravada kann es anregen, sich in die Schriften zu vertiefen. **Für Buddhisten im Zen oder**

Mahayana kann es eine Anregung sein, zusätzlich direkt von der Quelle zu trinken – nicht „nur“ vom breiten Strom.

Die Referenzen, die gleichfalls keinerlei Anspruch auf Vollständigkeit erheben, und die auf die Seitennummern der 4 obigen Bände verweisen, sind abgekürzt auf: **LS**, **MS**, und bei **ANGS** sowie **GRUS** steht zusätzlich der jeweilige Buchband, da sie nicht durchnummeriert worden sind.

Wien, 1. Dezember 2020 M.Doden

2. Auflage: Oktober 2022 menno-doden.jimdosite.com