



BUDDHA

Die Pfeiler der Einsicht
Reden und Gleichnisse

ANACONDA



Buddha

Die Pfeiler
der Einsicht

Reden und Gleichnisse

In der Übertragung
von Karl Eugen Neumann

Textauswahl
von Isabelle Fuchs

ANACONDA

Der Inhalt dieses E-Books ist urheberrechtlich geschützt und enthält technische Sicherungsmaßnahmen gegen unbefugte Nutzung. Die Entfernung dieser Sicherung sowie die Nutzung durch unbefugte Verarbeitung, Vervielfältigung, Verbreitung oder öffentliche Zugänglichmachung, insbesondere in elektronischer Form, ist untersagt und kann straf- und zivilrechtliche Sanktionen nach sich ziehen.

Sollte diese Publikation Links auf Webseiten Dritter enthalten, so übernehmen wir für deren Inhalte keine Haftung, da wir uns diese nicht zu eigen machen, sondern lediglich auf deren Stand zum Zeitpunkt der Erstveröffentlichung verweisen.

Die Texte dieses Bandes folgen den Ausgaben: *Die Reden Gotamo Buddhos*. Aus der mittleren Sammlung Majjhimanikāyo des Pāli-Kanons zum ersten Mal übersetzt von Karl Eugen Neumann. 3 Bände. München: Piper 1922 und *Die Reden Gotamo Buddhos*. Aus der Sammlung der Bruchstücke Suttanipāto des Pāli-Kanons übersetzt von Karl Eugen Neumann. München: Piper 1924.

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet unter www.dnb.de abrufbar.

© 2014 Anaconda Verlag,
in der Verlagsgruppe Random House GmbH,
Neumarkter Str. 28, 81673 München.
ISBN 978-3-7306-9062-8
V002
www.anacondaverlag.de

Inhalt

Die Pfeiler der Einsicht

Bedachtsame Ein- und Ausatmung

Vollmond

Das Gleichnis von der Wachtel

Armut

Der Denker

Liebe

Wunsch

Alter

Streit und Hader

Eigenqual

Beider Seiten Anblick

VOM GERADEN WEG ZUR LÄUTERUNG

DIE PFEILER DER EINSICHT

Das hab' ich gehört. Zu einer Zeit weilte der Erhabene im Kurū-Lande, bei einer Stadt der Kurūner namens Kammāsadamman. Dort nun wandte sich der Erhabene an die Mönche: »Ihr Mönche!« – »Erlauchter!«, antworteten da jene Mönche dem Erhabenen aufmerksam. Der Erhabene sprach also:

»Der gerade Weg, ihr Mönche, der zur Läuterung der Wesen, zur Überwältigung des Schmerzes und Jammers, zur Zerstörung des Leidens und der Trübsal, zur Gewinnung des Rechten, zur Verwirklichung der Erlöschung führt, das sind die vier Pfeiler der Einsicht. Welche vier? Da wacht, ihr Mönche, ein Mönch beim Körper über den Körper, unermüdlich, klaren Sinnes, einsichtig, nach Verwindung weltlichen Begehrens und Bekümmerns; wacht bei den Gefühlen über die Gefühle, unermüdlich, klaren Sinnes, einsichtig, nach Verwindung weltlichen Begehrens und Bekümmerns; wacht beim Gemüte über das Gemüt, unermüdlich, klaren Sinnes, einsichtig, nach Verwindung weltlichen Begehrens und Bekümmerns; wacht bei den Erscheinungen über die Erscheinungen, unermüdlich, klaren Sinnes, einsichtig, nach Verwindung weltlichen Begehrens und Bekümmerns.

Wie aber, ihr Mönche, wacht ein Mönch beim Körper über den Körper? Da begibt sich, ihr Mönche, der Mönch ins Innere des Waldes oder unter einen großen Baum oder in eine leere Klause, setzt sich mit verschränkten Beinen nieder, den Körper gerade aufgerichtet, und pflegt der Einsicht. Bedächtig atmet er ein, bedächtig atmet er aus. Atmet er tief ein, so weiß er ›Ich atme tief ein‹, atmet er tief aus, so weiß er ›Ich atme tief aus‹; atmet er kurz

ein, so weiß er ›Ich atme kurz ein‹, atmet er kurz aus, so weiß er ›Ich atme kurz aus‹. ›Den ganzen Körper empfindend will ich einatmen‹, ›Den ganzen Körper empfindend will ich ausatmen‹, so übt er sich. ›Diese Körperverbindung besänftigend will ich einatmen‹. ›Diese Körperverbindung besänftigend will ich ausatmen‹, so übt er sich.

Gleichwie etwa, ihr Mönche, ein geschickter Drechsler oder Drechslergeselle tief anziehend weiß ›Ich ziehe tief an‹, kurz anziehend weiß ›Ich ziehe kurz an‹: Ebenso nun auch, ihr Mönche, weiß der Mönch tief einatmend ›Ich atme tief ein‹, tief ausatmend ›Ich atme tief aus‹; kurz einatmend ›Ich atme kurz ein‹, kurz ausatmend ›Ich atme kurz aus‹; übt er sich ›Den ganzen Körper empfindend will ich einatmen‹, ›Den ganzen Körper empfindend will ich ausatmen‹; übt er sich ›Diese Körperverbindung besänftigend will ich einatmen‹, ›Diese Körperverbindung besänftigend will ich ausatmen‹.

So wacht er nach innen beim Körper über den Körper, so wacht er nach außen beim Körper über den Körper, nach innen und außen wacht er beim Körper über den Körper. Er beobachtet, wie der Körper entsteht, beobachtet, wie der Körper vergeht, beobachtet, wie der Körper entsteht und vergeht. ›Der Körper ist da‹: Diese Einsicht ist ihm nun gegenwärtig, soweit sie eben zum Wissen taugt, zur Besinnung taugt; und uneingepflanzt verharret er, und nirgend in der Welt ist er angehangen. So aber, ihr Mönche, wacht der Mönch beim Körper über den Körper.

Weiter sodann, ihr Mönche: Der Mönch weiß, wenn er geht, ›Ich gehe‹, weiß, wenn er steht, ›Ich stehe‹, weiß, wenn er sitzt, ›Ich sitze‹, weiß, wenn er liegt, ›Ich liege‹, er weiß, wenn sich sein Körper in dieser oder jener Stellung befindet, dass es diese oder jene Stellung ist.

So wacht er nach innen beim Körper über den Körper, so wacht er nach außen beim Körper über den Körper, nach innen und außen wacht er beim Körper über den Körper. Er beobachtet, wie der Körper entsteht, beobachtet, wie der Körper vergeht, beobachtet, wie der Körper entsteht und vergeht. ›Der Körper ist da‹: Diese Einsicht

ist ihm nun gegenwärtig, soweit sie eben zum Wissen taugt, zur Besinnung taugt; und uneingepflanzt verharret er, und nirgend in der Welt ist er angehangen. So aber, ihr Mönche, wacht der Mönch beim Körper über den Körper.

Weiter sodann, ihr Mönche: Der Mönch ist klar bewusst beim Kommen und Gehen, klar bewusst beim Hinblicken und Wegblicken, klar bewusst beim Neigen und Erheben, klar bewusst beim Tragen des Gewandes und der Almosenschale des Ordens, klar bewusst beim Essen und Trinken, Kauen und Schmecken, klar bewusst beim Entleeren von Kot und Harn, klar bewusst beim Gehen und Stehn und Sitzen, beim Einschlafen und Erwachen, beim Sprechen und Schweigen.

So wacht er nach innen beim Körper über den Körper, so wacht er nach außen beim Körper über den Körper, nach innen und außen wacht er beim Körper über den Körper. Er beobachtet, wie der Körper entsteht, beobachtet, wie der Körper vergeht, beobachtet, wie der Körper entsteht und vergeht. ›Der Körper ist da‹: Diese Einsicht ist ihm nun gegenwärtig, soweit sie eben zum Wissen taugt, zur Besinnung taugt; und uneingepflanzt verharret er, und nirgend in der Welt ist er angehangen. So aber, ihr Mönche, wacht der Mönch beim Körper über den Körper.

Weiter sodann, ihr Mönche: Der Mönch betrachtet sich diesen Körper da von der Sohle bis zum Scheitel, den hautüberzogenen, den unterschiedliches Unreines ausfüllt: ›Dieser Körper trägt einen Schopf, ist behaart, hat Nägel und Zähne, Haut und Fleisch, Sehnen und Knochen und Knochenmark, Nieren, Herz und Leber, Zwerchfell, Milz, Lungen, Magen, Eingeweide, Weichteile und Kot, hat Galle, Schleim, Eiter, Blut, Schweiß, Lymphe, Tränen, Serum, Speichel, Rotz, Gelenköl, Urin.‹

Gleichwie etwa, ihr Mönche, wenn da ein Sack, an beiden Enden zugebunden, mit verschiedenem Korne gefüllt wäre, als wie etwa mit Reis, mit Bohnen, mit Sesam, und ein scharf sehender Mann bände ihn auf und untersuchte den Inhalt: ‚Das ist Reis, das sind Bohnen, das ist Sesam‘: Ebenso nun auch, ihr Mönche, betrachtet sich der

Mönch diesen Körper da von der Sohle bis zum Scheitel, den hautüberzogenen, den unterschiedliches Unreines ausfüllt.

Weiter sodann, ihr Mönche: Der Mönch schaut sich diesen Körper da, wie er geht und steht, als Artung an: ›Dieser Körper ist von Erdenart, von Wasserart, von Feuerart, von Luftart.‹

Gleichwie etwa, ihr Mönche, ein geschickter Metzger oder Metzgergeselle eine Kuh schlachtet, auf den Markt bringt, Stück vor Stück zerlegt und sich dann hinsetzen mag: Ebenso nun auch, ihr Mönche, schaut sich der Mönch diesen Körper da, wie er geht und steht, als Artung an: ›Dieser Körper ist von Erdenart, von Wasserart, von Feuerart, von Luftart.‹

Weiter sodann, ihr Mönche: Als hätte der Mönch einen Leib auf der Leichenstätte liegen sehn, einen Tag nach dem Tode oder zwei oder drei Tage nach dem Tode, aufgedunsen, blauschwarz gefärbt, in Fäulnis übergegangen, zieht er den Schluss auf sich selbst: ›Und auch dieser Körper ist so beschaffen, wird das werden, kann dem nicht entgehn.‹ Weiter sodann, ihr Mönche: Als hätte der Mönch einen Leib auf der Leichenstätte liegen sehn, von Krähen oder Raben oder Geiern zerfressen, von Hunden oder Schakalen zerfleischt oder von vielerlei Würmern zernagt, zieht er den Schluss auf sich selbst: ›Und auch dieser Körper ist so beschaffen, wird das werden, kann dem nicht entgehn.‹ Weiter sodann, ihr Mönche: Als hätte der Mönch einen Leib auf der Leichenstätte liegen sehn, ein Knochengerippe, fleischbehangen, blutbesudelt, von den Sehnen zusammengehalten; ein Knochengerippe, fleiscentblößt, blutbefleckt, von den Sehnen zusammengehalten; ein Knochengerippe, ohne Fleisch, ohne Blut, von den Sehnen zusammengehalten; die Gebeine, ohne die Sehnen, hierher und dorthin verstreut, da ein Handknochen, dort ein Fußknochen, da ein Schienbein, dort ein Schenkel, da das Becken, dort Wirbel, da der Schädel; als hätte er das gesehn, zieht er den Schluss auf sich selbst: ›Und auch dieser Körper ist so beschaffen, wird das werden, kann dem nicht entgehn.‹ Weiter sodann, ihr Mönche: Als hätte der Mönch einen Leib auf der Leichenstätte liegen sehn, Gebeine, blank,