

Majjhima Nikàya 12  
**Die längere Lehrrede vom Löwenruf**  
(Mahàsihanàda Sutta) Gänsehaut Lehrrede

1. So habe ich gehört. Einmal hielt sich der Erhabene bei Vesàli im Hain westlich der Stadt auf.

2. Bei jener Gelegenheit hatte Sunakkhatta, Sohn der Licchavii, kurz zuvor dieses Dhamma und diese Disziplin verlassen. Er stellte vor der Versammlung der Vesàlier diese Behauptung auf: "Der Mönch Gotama hat keinerlei übermenschliche Zustände<sup>1</sup>) erreicht, keine Klarheit des Wissens und der Schauung, die der Edlen würdig ist. Der Mönch lehrt ein Dhamma, das lediglich mit dem Verstand erdacht ist, folgt seinen eigenen Erwägungen, so wie es ihm einfällt, und wenn er irgendjemanden das Dhamma lehrt, dann führt es ihn, sofern er es praktiziert, zur vollständigen Vernichtung von Dukkha<sup>2</sup>)."

3. Dann, als es Morgen war, zog sich der ehrwürdige Sàriputta an, nahm seine Schale und äußere Robe und ging um Almosen nach Vesàlā hinein. Da hörte er Sunakkhatta, den Sohn der Licchavii, vor der Versammlung der Vesàlier diese Behauptung aufstellen. Nachdem er in Vesàlā um Almosen umhergegangen war und nach seinem Mahl von seiner Almosenrunde zurückgekehrt war, ging er zum Erhabenen, und nachdem er ihm gehuldigt hatte, setzte er sich seitlich nieder und erzählte dem Erhabenen, was Sunakkhatta gesagt hatte.

4. Der Erhabene sagte: " Sàriputta, der fehlgeleitete Mann Sunakkhatta ist zornig, und seine Worte sind aus dem Zorn heraus gesprochen. Er denkt, daß er den Tathàgata in Mißkredit bringt, aber in Wirklichkeit lobpreist er ihn; denn es ist eine Lobpreisung des Tathàgata,

wenn man von ihm sagt:

'Wenn er irgendjemanden das Dhamma lehrt, dann führt es ihn, sofern er es praktiziert, zur vollständigen Vernichtung von Dukkha.'"

5. " Sàriputta, dieser fehlgeleitete Mann Sunakkhatta wird niemals dem Dhamma gemäß über mich die Schlußfolgerung ziehen: **'Jener Erhabene ist ein Verwirklichter, ein vollständig Erleuchteter, vollkommen im wahren Wissen und erhaben im Verhalten, vollendet, Kenner der Welten, unvergleichlicher Meister bezähmbarer Menschen, Lehrer himmlischer und menschlicher Wesen, ein Erwachter, ein Erhabener.'**"

6. "Und er wird niemals dem Dhamma gemäß über mich die Schlußfolgerung ziehen: **'Jener Erhabene erfreut sich der verschiedenen Arten übernatürlicher Kräfte<sup>3</sup>): nachdem er einer gewesen ist, vervielfältigt er sich; nachdem er sich vervielfältigt hat, wird er einer; er erscheint und verschwindet; er geht ungehindert durch eine Wand, durch eine Einzäunung, durch einen Berg, als ob er sich durch den freien Raum bewegte; er taucht in die Erde ein und aus ihr auf, als ob sie Wasser wäre; er geht übers Wasser, ohne zu versinken, als ob es Erde wäre; er reist im Lotussitz durch den Raum, wie ein Vogel; mit der Hand berührt und streichelt er den Mond und die Sonne, die so kraftvoll und mächtig sind; er hat körperliche Beherrschung, die sogar bis zur Brahmā-Welt reicht.'**"

7. "Und er wird niemals dem Dhamma gemäß über mich die Schlußfolgerung ziehen: **'Mit dem Element des Himmlischen Ohrs, das geläutert und dem menschlichen überlegen ist, hört jener Erhabene beide Arten von Klängen, die himmlischen und die menschlichen, die fernen ebenso wie die nahen.'**"

8. "Und er wird niemals dem Dhamma gemäß über mich die Schlußfolgerung ziehen:  
**'Jener Erhabene umfaßt das Herz anderer Wesen, anderer Personen mit seinem eigenen Herzen. Er versteht einen Geist, der von Begierde beeinträchtigt ist, als von Begierde beeinträchtigt, und einen Geist, der nicht von Begierde beeinträchtigt ist, als nicht von Begierde beeinträchtigt; er versteht einen Geist, der von Haß beeinträchtigt ist, als von Haß beeinträchtigt, und einen Geist, der nicht von Haß beeinträchtigt ist, als nicht von Haß beeinträchtigt; er versteht einen Geist, der von Verblendung beeinträchtigt ist, als von Verblendung beeinträchtigt, und einen Geist, der nicht von Verblendung beeinträchtigt ist, als nicht von Verblendung beeinträchtigt; er versteht einen zusammengezogenen Geist als zusammengezogen, und einen abgelenkten Geist als abgelenkt; er versteht einen erhabenen Geist als erhaben, und einen nicht erhabenen Geist als nicht erhaben; er versteht einen übertrefflichen Geist als übertrefflich, und einen unübertrefflichen Geist als unübertrefflich; er versteht einen konzentrierten Geist als konzentriert, und einen unkonzentrierten Geist als unkonzentriert; er versteht einen befreiten Geist als befreit, und einen unbefreiten Geist als unbefreit.'**"

#### **(Die zehn Kräfte eines Tathàgata)**

9. " Sàriputta, der Tathàgata hat diese zehn Kräfte eines Tathàgata, und weil er diese besitzt, beansprucht er den Platz als Anführer der Herde, läßt seinen Löwenruf in den Versammlungen ertönen, und setzt das Rad des Brahmà<sup>4</sup>) in Bewegung. Was sind die zehn?"

10. (1) "Da versteht der Tathàgata der Wirklichkeit entsprechend **das Mögliche als möglich und das Unmögliche als unmöglich.** Und das ist eine Kraft eines Tathàgata, die der Tathàgata hat,

kraft derer er den Platz als Anführer der Herde beansprucht, seinen Löwenruf in den Versammlungen ertönen läßt, und das Rad des Brahmà in Bewegung setzt."

11. (2) "Wiederum versteht der Tathàgata der Wirklichkeit entsprechend **die Folgen begangener Handlungen, vergangene, zukünftige und gegenwärtige, mit den Möglichkeiten und mit den Ursachen.**

Auch das ist eine Kraft eines Tathàgata, die der Tathàgata hat, kraft derer er den Platz als Anführer der Herde beansprucht, seinen Löwenruf in den Versammlungen ertönen läßt, und das Rad des Brahmà in Bewegung setzt."

12. (3) "Wiederum versteht der Tathàgata der Wirklichkeit entsprechend **die Wege, die zu allen Bestimmungsorten führen.**

Auch das ist eine Kraft eines Tathàgata, die der Tathàgata hat, kraft derer er den Platz als Anführer der Herde beansprucht, seinen Löwenruf in den Versammlungen ertönen läßt, und das Rad des Brahmà in Bewegung setzt."

13. (4) "Wiederum versteht der Tathàgata der Wirklichkeit entsprechend **die Welt mit ihren vielen und verschiedenen Elementen<sup>5</sup>).**

Auch das ist eine Kraft eines Tathàgata, die der Tathàgata hat, kraft derer er den Platz als Anführer der Herde beansprucht, seinen Löwenruf in den Versammlungen ertönen läßt, und das Rad des Brahmà in Bewegung setzt."

14. (5) "Wiederum versteht der Tathàgata der Wirklichkeit entsprechend, **wie die Lebewesen verschiedene Neigungen haben.**

Auch das ist eine Kraft eines Tathàgata, die der Tathàgata hat, kraft derer er den Platz als Anführer der Herde beansprucht, seinen Löwenruf in den Versammlungen ertönen läßt, und das Rad des Brahmà in Bewegung setzt."

(6) "Wiederum versteht der Tathàgata der Wirklichkeit entsprechend **die Veranlagung anderer Lebewesen, anderer Personen zu ihren Fähigkeiten.**

Auch das ist eine Kraft eines Tathàgata, die der Tathàgata hat, kraft derer er den Platz als Anführer der Herde beansprucht, seinen Löwenruf in den Versammlungen ertönen lässt, und das Rad des Brahmà in Bewegung setzt."

16. (7) "Wiederum versteht der Tathàgata der Wirklichkeit entsprechend die Befleckung, die Reinigung und das Auftauchen in Bezug auf die Vertiefungen, Erlösungen, Konzentrationen und Erreichungszustände6). Auch das ist eine Kraft eines Tathàgata, die der Tathàgata hat, kraft derer er den Platz als Anführer der Herde beansprucht, seinen Löwenruf in den Versammlungen ertönen lässt, und das Rad des Brahmà in Bewegung setzt."

(8) "Wiederum erinnert sich der Tathàgata an seine vielfältigen früheren Leben, das heißt, an eine Geburt, zwei Geburten, drei Geburten, vier Geburten, fünf Geburten, zehn Geburten, zwanzig Geburten, dreißig Geburten, vierzig Geburten, fünfzig Geburten, hundert Geburten, tausend Geburten, hunderttausend Geburten, viele Äonen, in denen sich das Weltall zusammenzog, viele Äonen, in denen sich das Weltall ausdehnte, viele Äonen, in denen sich das Weltall zusammenzog und ausdehnte: 'Dort wurde ich soundso genannt, war von solcher Familie, mit solcher Erscheinung, solcherart war meine Nahrung, so mein Erleben von Glück und Schmerz, so meine Lebensspanne; und nachdem ich von dort verschieden war, erschien ich woanders wieder; auch dort wurde ich soundso genannt, war von solcher Familie, mit solcher Erscheinung, war meine Nahrung solcherart, so mein Erleben von Glück und Schmerz, so meine Lebensspanne; und nachdem ich von dort verschieden war, erschien ich hier wieder.' Auch das ist eine Kraft eines Tathàgata, die der Tathàgata hat, kraft derer er den Platz als Anführer der Herde beansprucht, seinen Löwenruf in den Versammlungen ertönen lässt, und das Rad des Brahmà in Bewegung setzt."

18. (9) "Wiederum sieht der Tathàgata mit dem Himmlischen Auge, das geläutert und dem menschlichen überlegen ist,

die Wesen sterben und wiedererscheinen, niedrige und hohe, schöne und häßliche, in Glück und Elend und versteht, wie die Wesen ihren Handlungen gemäß weiterwandern: 'Diese geschätzten Wesen, die sich mit Körper, Sprache und Geist übel benommen haben, die die Edlen geschmäht haben, die falsche Ansichten hatten und diesen in ihren Taten Ausdruck verliehen, sind bei der Auflösung des Körpers, nach dem Tode in Umständen, die von Entbehungen geprägt sind, wiedererschienen, an einem unglücklichen Bestimmungsort, in Verderbnis, ja sogar in der Hölle; aber jene geschätzten Wesen, die sich mit Körper, Sprache und Geist wohl benommen haben, die die Edlen nicht geschmäht haben, die richtige Ansichten hatten und diesen in ihren Taten Ausdruck verliehen, sind bei der Auflösung des Körpers, nach dem Tode an einem glücklichen Bestimmungsort wiedererschienen, ja sogar in der himmlischen Welt.' So sieht er mit dem Himmlischen Auge, das geläutert und dem menschlichen überlegen ist, die Wesen sterben und wiedererscheinen sehen, niedrige und hohe, schöne und häßliche, in Glück und Elend, und versteht, wie die Wesen ihren Handlungen gemäß weiterwandern. Auch das ist eine Kraft eines Tathàgata, die der Tathàgata hat, kraft derer er den Platz als Anführer der Herde beansprucht, seinen Löwenruf in den Versammlungen ertönen lässt, und das Rad des Brahmà in Bewegung setzt."

19. (10) "Wiederum tritt der Tathàgata durch eigene Verwirklichung mit höherer Geisteskraft, hier und jetzt in die Herzensbefreiung, die Befreiung durch Weisheit, die mit der Vernichtung der Triebe triebfrei ist, ein und verweilt darin. Auch das ist eine Kraft eines Tathàgata, die der Tathàgata hat, kraft derer er den Platz als Anführer der Herde beansprucht, seinen Löwenruf in den Versammlungen ertönen lässt, und das Rad des Brahmà in Bewegung setzt."

**20. "Der Tathàgata hat diese zehn Kräfte eines Tathàgata, und weil er diese besitzt, beansprucht er den Platz als Anführer der Herde, läßt seinen Löwenruf in den Versammlungen ertönen, und setzt das Rad des Brahmà in Bewegung."**

21. " Sàriputta, wenn ich auf solche Weise weiß und sehe, sollte dann jemand von mir sagen:  
'Der Mönch Gotama hat keinerlei übermenschliche Zustände erreicht, keine Klarheit des Wissens und der Schauung, die der Edlen würdig ist.  
Der Mönch lehrt ein Dhamma, das lediglich mit dem Verstand erdacht ist, folgt seinen eigenen Erwägungen, so wie es ihm einfällt',  
dann wird er, wenn er jene Rede und jenen Geist nicht aufgibt und auf jene Ansicht nicht verzichtet in der Hölle landen, so als ob man ihn dorthin schleppte.  
Genau so wie ein Bhikkhu, der Sittlichkeit, Konzentration und Weisheit besitzt, sich hier und jetzt letztendlicher Erkenntnis<sup>7</sup>) erfreuen würde, so wird es auch in diesem Fall geschehen, sage ich, daß er, wenn er jene Rede und jenen Geist nicht aufgibt und auf jene Ansicht nicht verzichtet in der Hölle landen wird, so als ob man ihn dorthin schleppte."

#### **(Vier Arten der Selbstsicherheit)**

22. " Sàriputta, der Tathàgata hat diese vier Arten der Selbstsicherheit, und weil er diese besitzt, beansprucht er den Platz als Anführer der Herde, läßt seinen Löwenruf in den Versammlungen ertönen, und setzt das Rad des Brahmà in Bewegung. Was sind die vier?"

23. "Da sehe ich keine Grundlage, auf der mich irgendein Mönch oder Brahmane oder Himmelswesen oder Màra oder Brahmà oder irgendjemand in der Welt in Einklang mit dem Dhamma so beschuldigen könnte: 'Während du behauptest, vollständig erleuchtet zu sein, bist du nicht vollständig erleuchtet in Bezug auf bestimmte Dinge.'  
Und weil ich keine Grundlage dafür sehe, verweile ich in Sicherheit, Furchtlosigkeit und Selbstsicherheit."

24. "Ich sehe keine Grundlage, auf der mich irgendein Mönch oder Brahmane oder Himmelswesen oder Màra oder Brahmà oder irgendjemand in der Welt in Einklang mit dem Dhamma so beschuldigen könnte: 'Während du behauptest, die Triebe vernichtet zu haben, sind diese Triebe nicht von dir vernichtet worden.'  
Und weil ich keine Grundlage dafür sehe, verweile ich in Sicherheit, Furchtlosigkeit und Selbstsicherheit."

25. "Ich sehe keine Grundlage, auf der mich irgendein Mönch oder Brahmane oder Himmelswesen oder Màra oder Brahmà oder irgendjemand in der Welt in Einklang mit dem Dhamma so beschuldigen könnte: 'Jene Dinge, die du Hemmnisse nennst, sind nicht in der Lage, denjenigen zu hemmen, der sich in sie verwickelt.'  
Und weil ich keine Grundlage dafür sehe, verweile ich in Sicherheit, Furchtlosigkeit und Selbstsicherheit."

26. "Ich sehe keine Grundlage, auf der mich irgendein Mönch oder Brahmane oder Himmelswesen oder Màra oder Brahmà oder irgendjemand in der Welt in Einklang mit dem Dhamma so beschuldigen könnte: 'Wenn du jemanden das Dhamma lehrst, dann führt es ihn, sofern er es praktiziert, nicht zur vollständigen Vernichtung von Dukkha.'  
' Und weil ich keine Grundlage dafür sehe, verweile ich in Sicherheit, Furchtlosigkeit und Selbstsicherheit."

**27. "Ein Tathàgata hat diese vier Arten der Selbstsicherheit, und weil er diese besitzt, beansprucht er den Platz als Anführer der Herde, läßt seinen Löwenruf in den Versammlungen ertönen, und setzt das Rad des Brahmà in Bewegung."**

28. " Sàriputta, wenn ich auf solche Weise weiß und sehe, sollte dann jemand von mir sagen: 'Der Mönch Gotama hat keinerlei übermenschliche Zustände erreicht, keine Klarheit des Wissens und der Schauung, die der Edlen würdig ist.  
Der Mönch lehrt ein Dhamma, das lediglich mit dem Verstand erdacht ist,

folgt seinen eigenen Erwägungen, so wie es ihm einfällt', dann wird er, wenn er jene Rede und jenen Geist nicht aufgibt und auf jene Ansicht nicht verzichtet in der Hölle landen, so als ob man ihn dorthin schleppte. Genau so wie ein Bhikkhu, der Sittlichkeit, Konzentration und Weisheit besitzt, sich hier und jetzt letztendlicher Erkenntnis erfreuen würde, so wird es auch in diesem Fall geschehen, sage ich, daß er, wenn er jene Rede und jenen Geist nicht aufgibt und auf jene Ansicht nicht verzichtet in der Hölle landen wird, so als ob man ihn dorthin schleppte."

### **(Die acht Versammlungen)**

29. " Sàriputta, da gibt es diese acht Versammlungen. Was sind die acht? **Eine Versammlung von Adeligen, eine Versammlung von Brahmanen, eine Versammlung von Haushältern, eine Versammlung von Mönchen, eine Versammlung von Wesen des Himmels der Vier Großen Könige, eine Versammlung von Wesen des Himmels der Dreiunddreißig, eine Versammlung von Māras Gefolge, eine Versammlung von Brahmās.** Im Besitz dieser vier Arten der Selbstsicherheit tritt der Tathāgata an diese acht Versammlungen heran und tritt in sie ein."

30. "Ich erinnere mich, an viele hundert Versammlungen von Adeligen herangetreten zu sein. Ich erinnere mich, an viele hundert Versammlungen von Brahmanen herangetreten zu sein. Ich erinnere mich, an viele hundert Versammlungen von Haushältern herangetreten zu sein. Ich erinnere mich, an viele hundert Versammlungen von Mönchen herangetreten zu sein. Ich erinnere mich, an viele hundert Versammlungen von Wesen des Himmels der Vier Großen Könige herangetreten zu sein. Ich erinnere mich, an viele hundert Versammlungen von Wesen des Himmels der Dreiunddreißig herangetreten zu sein."

Ich erinnere mich, an viele hundert Versammlungen von Māras Gefolge herangetreten zu sein. Ich erinnere mich, an viele hundert Versammlungen von Brahmās herangetreten zu sein. **Und bereits früher war ich mit ihnen dort zusammengesessen und hatte mit ihnen gesprochen und mich mit ihnen unterhalten, und doch sehe ich keine Grundlage dafür, daß man denken könnte, daß mich Furcht oder Ängstlichkeit dort überkommen haben könnten. Und weil ich keine Grundlage dafür sehe, verweile ich in Sicherheit, Furchtlosigkeit und Selbstsicherheit."**

31. " Sàriputta, wenn ich auf solche Weise weiß und sehe, sollte dann jemand von mir sagen: 'Der Mönch Gotama hat keinerlei übermenschliche Zustände erreicht, keine Klarheit des Wissens und der Schauung, die der Edlen würdig ist. Der Mönch lehrt ein Dhamma, das lediglich mit dem Verstand erdacht ist, folgt seinen eigenen Erwägungen, so wie es ihm einfällt', dann wird er, wenn er jene Rede und jenen Geist nicht aufgibt und auf jene Ansicht nicht verzichtet in der Hölle landen, so als ob man ihn dorthin schleppte. Genau so wie ein Bhikkhu, der Sittlichkeit, Konzentration und Weisheit besitzt, sich hier und jetzt letztendlicher Erkenntnis erfreuen würde, so wird es auch in diesem Fall geschehen, sage ich, daß er, wenn er jene Rede und jenen Geist nicht aufgibt und auf jene Ansicht nicht verzichtet in der Hölle landen wird, so als ob man ihn dorthin schleppte."

### **(Vier Entstehungsarten)**

32. " Sàriputta, es gibt diese vier Entstehungsarten. Was sind die vier? **Entstehung aus einem Ei, Entstehung aus einem Schoß, Entstehung aus Feuchtigkeit<sup>8</sup>) und spontane Entstehung."**

33. "**Was ist Entstehung aus einem Ei?** Da gibt es diese Wesen, die geboren werden, indem sie aus einer Eierschale ausbrechen; dies wird Entstehung aus einem Ei genannt."

### Was ist Entstehung aus einem Schoß?

Da gibt es diese Wesen, die geboren werden,  
indem sie aus einer Fruchtblase ausbrechen;  
dies wird Entstehung aus einem Schoß genannt.

### Was ist Entstehung aus Feuchtigkeit?

Da gibt es diese Wesen, die in einem verfaulten Fisch geboren werden,  
in einem verwesenden Leichnam, in verdorbenem Teig,  
in einer Sickergrube oder in einer Kloake.  
Dies wird Entstehung aus Feuchtigkeit genannt.

### Was ist spontane Entstehung?

Da gibt es Himmelswesen und Höllenbewohner und  
bestimmte menschliche Wesen und einige Wesen in den niedrigeren Welten;  
dies wird spontane Entstehung genannt.  
Dies sind die vier Entstehungsarten."

34. " Sàriputta, wenn ich auf solche Weise weiß und sehe,  
sollte dann jemand von mir sagen:  
'Der Mönch Gotama hat keinerlei übermenschliche Zustände erreicht,  
keine Klarheit des Wissens und der Schauung, die der Edlen würdig ist.  
Der Mönch lehrt ein Dhamma, das lediglich mit dem Verstand erdacht ist,  
folgt seinen eigenen Erwägungen, so wie es ihm einfällt', dann wird er,  
wenn er jene Rede und jenen Geist nicht aufgibt und  
auf jene Ansicht nicht verzichtet in der Hölle landen,  
so als ob man ihn dorthin schlepte. Genau so wie ein Bhikkhu,  
der Sittlichkeit, Konzentration und Weisheit besitzt, sich hier und jetzt  
letztendlicher Erkenntnis erfreuen würde,  
so wird es auch in diesem Fall geschehen, sage ich, daß er,  
wenn er jene Rede und jenen Geist nicht aufgibt und auf jene Ansicht nicht  
verzichtet in der Hölle landen wird, so als ob man ihn dorthin schlepte."

### (Die fünf Daseinsbereiche und Nibbàna)

35. " Sàriputta, es gibt diese fünf Daseinsbereiche.  
Was sind die fünf? **Die Hölle, das Tierreich, der Hungergeisterbereich,  
Menschen und Himmelswesen.**"

36. (1) **"Ich verstehe die Hölle und den Pfad und Weg, der zur Hölle führt.**  
Und ich verstehe auch, wie jemand, der diesen Weg betreten hat,  
bei der Auflösung des Körpers, nach dem Tode, in Umständen,  
die von Entbehrungen geprägt sind, wiedererscheinen wird,  
an einem unglücklichen Bestimmungsort, in Verderbnis, in der Hölle."

**"Ich verstehe das Tierreich und den Pfad und Weg, der zum Tierreich führt.**  
Und ich verstehe auch, wie jemand, der diesen Weg betreten hat,  
bei der Auflösung des Körpers, nach dem Tode,  
im Tierreich wiedererscheinen wird."

**"Ich verstehe den Hungergeisterbereich und den Pfad und Weg,  
der zum Hungergeisterbereich führt.**  
Und ich verstehe auch, wie jemand, der diesen Weg betreten hat,  
bei der Auflösung des Körpers, nach dem Tode,  
im Hungergeisterbereich wiedererscheinen wird."

**"Ich verstehe die Menschen und den Pfad und Weg, der zur Menschenwelt führt.**  
Und ich verstehe auch, wie jemand, der diesen Weg betreten hat,  
bei der Auflösung des Körpers, nach dem Tode,  
unter Menschen wiedererscheinen wird."

**"Ich verstehe die Himmelswesen und den Pfad und Weg,  
der zur Himmelswelt führt.**  
Und ich verstehe auch, wie jemand, der diesen Weg betreten hat,  
bei der Auflösung des Körpers, nach dem Tode, an einem glücklichen  
Bestimmungsort, in der himmlischen Welt wiedererscheinen wird."

**"Ich verstehe Nibbàna und den Pfad und Weg, der zu Nibbàna führt.**  
Und ich verstehe auch, wie jemand, der diesen Weg betreten hat,  
hier und jetzt in die Herzensbefreiung, die Befreiung durch Weisheit,  
die mit der Vernichtung der Triebe triebfrei ist,  
eintreten und darin verweilen wird."

37. (1) "Indem ich Herz mit Herz umfasse,  
verstehe ich eine bestimmte Person folgendermaßen:  
'Dieser Mensch benimmt sich so, verhält sich so,  
hat so einen Weg eingeschlagen, daß er bei der Auflösung des Körpers,  
nach dem Tode, in Umständen, die von Entbehungen geprägt sind,  
wiedererscheinen wird, an einem unglücklichen Bestimmungsort,  
in Verderbnis, in der Hölle.'  
Und dann sehe ich später mit dem himmlischen Auge,  
das geläutert und dem menschlichen überlegen ist,  
daß er bei der Auflösung des Körpers, nach dem Tode,  
in Umständen, die von Entbehungen geprägt sind, wiedererscheinen ist,  
an einem unglücklichen Bestimmungsort, in Verderbnis, in der Hölle,  
und dort ausschließlich schmerzhaft, quälende, bohrende Gefühle empfindet.

Angenommen, da wäre eine Holzkohlengrube, tiefer als Mannshöhe,  
voller glühender Kohlen ohne Flammen oder Rauch;  
und dann käme ein Mann daher, von heißer Witterung  
ausgedörrt und erschöpft, müde, ausgetrocknet und durstig,  
auf einem Pfad, der nur in eine Richtung, genau zu eben jener Holzkohlengrube  
führt. Wenn ihn ein Mann mit guter Sehkraft sähe, dann würde er sagen:  
'Dieser Mensch benimmt sich so, verhält sich so, hat so einen Weg  
eingeschlagen, daß er zu eben dieser Holzkohlengrube gelangen wird;  
und dann sieht er später, daß er in jene Holzkohlengrube gefallen ist und  
ausschließlich schmerzhaft, quälende, bohrende Gefühle empfindet.  
Genauso verstehe ich, indem ich Herz mit Herz umfasse, eine bestimmte Person  
folgendermaßen:

'Dieser Mensch benimmt sich so, verhält sich so, hat so einen Weg  
eingeschlagen, daß er bei der Auflösung des Körpers, nach dem Tode, in  
Umständen, die von Entbehungen geprägt sind, wiedererscheinen wird,  
an einem unglücklichen Bestimmungsort, in Verderbnis, in der Hölle.'  
Und dann sehe ich später mit dem himmlischen Auge, das geläutert und dem  
menschlichen überlegen ist, daß er bei der Auflösung des Körpers, nach dem  
Tode, in Umständen, die von Entbehungen geprägt sind, wiedererscheinen ist,  
an einem unglücklichen Bestimmungsort, in Verderbnis, in der Hölle,

und dort ausschließlich schmerzhaft, quälende, bohrende Gefühle empfindet."

38. (2) "Indem ich Herz mit Herz umfasse,  
verstehe ich eine bestimmte Person folgendermaßen:  
'Dieser Mensch benimmt sich so, verhält sich so,  
hat so einen Weg eingeschlagen, daß er bei der Auflösung des Körpers,  
nach dem Tode im Tierreich wiedererscheinen wird.'  
Und dann sehe ich später mit dem himmlischen Auge,  
das geläutert und dem menschlichen überlegen ist,  
daß er bei der Auflösung des Körpers, nach dem Tode im Tierreich  
wiedererscheinen ist, und dort schmerzhaft, quälende,  
bohrende Gefühle empfindet.

Angenommen, da wäre eine Sickergrube, tiefer als Mannshöhe,  
voller Unrat; und dann käme ein Mann daher, von heißer Witterung ausgedörrt  
und erschöpft, müde, ausgetrocknet und durstig, auf einem Pfad,  
der nur in eine Richtung, genau zu eben jener Sickergrube führt.  
Wenn ihn ein Mann mit guter Sehkraft sähe, dann würde er sagen:  
'Dieser Mensch benimmt sich so, verhält sich so, hat so einen Weg  
eingeschlagen, daß er zu eben dieser Sickergrube gelangen wird;  
und dann sieht er später, daß er in jene Sickergrube gefallen ist und  
schmerzhaft, quälende, bohrende Gefühle empfindet.  
Genauso verstehe ich, indem ich Herz mit Herz umfasse,  
eine bestimmte Person folgendermaßen:

'Dieser Mensch benimmt sich so, verhält sich so, hat so einen Weg  
eingeschlagen, daß er bei der Auflösung des Körpers,  
nach dem Tode im Tierreich wiedererscheinen wird.'  
Und dann sehe ich später mit dem himmlischen Auge, das geläutert und dem  
menschlichen überlegen ist, daß er bei der Auflösung des Körpers,  
nach dem Tode im Tierreich wiedererscheinen ist,  
und dort schmerzhaft, quälende, bohrende Gefühle empfindet."

39. (3) "Indem ich Herz mit Herz umfasse,  
verstehe ich eine bestimmte Person folgendermaßen:

'Dieser Mensch benimmt sich so, verhält sich so, hat so einen Weg eingeschlagen, daß er bei der Auflösung des Körpers, nach dem Tode im Hungergeisterbereich wiedererscheinen wird.'

Und dann sehe ich später mit dem himmlischen Auge, das geläutert und dem menschlichen überlegen ist, daß er bei der Auflösung des Körpers, nach dem Tode im Hungergeisterbereich wiedererscheinen ist, und dort eine Menge schmerzhafter Gefühle empfindet.

Angenommen, da wäre ein Baum, der auf unebenem Untergrund wächst, mit kargem Blattwerk, das einen gesprenkelten Schatten wirft; und dann käme ein Mann daher, von heißer Witterung ausgedörrt und erschöpft, müde, ausgetrocknet und durstig, auf einem Pfad, der nur in eine Richtung, genau zu eben jenem Baum führt. Wenn ihn ein Mann mit guter Sehkraft sähe, dann würde er sagen: 'Dieser Mensch benimmt sich so, verhält sich so, hat so einen Weg eingeschlagen, daß er zu eben diesem Baum gelangen wird; und dann sieht er später, daß er im Schatten jenes Baumes sitzt oder liegt und eine Menge schmerzhafter Gefühle empfindet. Genauso verstehe ich, indem ich Herz mit Herz umfasse, eine bestimmte Person folgendermaßen:

'Dieser Mensch benimmt sich so, verhält sich so, hat so einen Weg eingeschlagen, daß er bei der Auflösung des Körpers, nach dem Tode im Hungergeisterbereich wiedererscheinen wird.'

Und dann sehe ich später mit dem himmlischen Auge, das geläutert und dem menschlichen überlegen ist, daß er bei der Auflösung des Körpers, nach dem Tode im Hungergeisterbereich wiedererscheinen ist, und dort eine Menge schmerzhafter Gefühle empfindet."

40. (4) "Indem ich Herz mit Herz umfasse, verstehe ich eine bestimmte Person folgendermaßen: 'Dieser Mensch benimmt sich so, verhält sich so, hat so einen Weg eingeschlagen, daß er bei der Auflösung des Körpers, nach dem Tode unter Menschen wiedererscheinen wird.' Und dann sehe ich später mit dem himmlischen Auge,

das geläutert und dem menschlichen überlegen ist, daß er bei der Auflösung des Körpers, nach dem Tode unter Menschen wiedererscheinen ist, und dort eine Menge angenehmer Gefühle empfindet.

Angenommen, da wäre ein Baum, der auf ebenem Untergrund wächst, mit dichtem Blattwerk, das einen tiefen Schatten wirft; und dann käme ein Mann daher, von heißer Witterung ausgedörrt und erschöpft, müde, ausgetrocknet und durstig, auf einem Pfad, der nur in eine Richtung, genau zu eben jenem Baum führt. Wenn ihn ein Mann mit guter Sehkraft sähe, dann würde er sagen: 'Dieser Mensch benimmt sich so, verhält sich so, hat so einen Weg eingeschlagen, daß er zu eben diesem Baum gelangen wird; und dann sieht er später, daß er im Schatten jenes Baumes sitzt oder liegt und eine Menge angenehmer Gefühle empfindet. Genauso verstehe ich, indem ich Herz mit Herz umfasse, eine bestimmte Person folgendermaßen:

'Dieser Mensch benimmt sich so, verhält sich so, hat so einen Weg eingeschlagen, daß er bei der Auflösung des Körpers, nach dem Tode unter Menschen wiedererscheinen wird.'

Und dann sehe ich später mit dem himmlischen Auge, das geläutert und dem menschlichen überlegen ist, daß er bei der Auflösung des Körpers, nach dem Tode unter Menschen wiedererscheinen ist, und dort eine Menge angenehmer Gefühle empfindet."

41. (5) "Indem ich Herz mit Herz umfasse, verstehe ich eine bestimmte Person folgendermaßen: 'Dieser Mensch benimmt sich so, verhält sich so, hat so einen Weg eingeschlagen, daß er bei der Auflösung des Körpers, nach dem Tode an einem glücklichen Bestimmungsort, in der himmlischen Welt wiedererscheinen wird.'

Und dann sehe ich später mit dem himmlischen Auge, das geläutert und dem menschlichen überlegen ist, daß er bei der Auflösung des Körpers, nach dem Tode an einem glücklichen Bestimmungsort, in der himmlischen Welt wiedererscheinen ist, und dort ausschließlich angenehme Gefühle empfindet.



Angenommen, da wäre ein Herrenhaus, und es hätte ein Gemach im Obergeschoß, innen und außen verputzt, abgeschlossen, mit Riegeln gesichert, die Fenster mit Fensterläden versehen, und darin befände sich ein Sofa, mit Teppichen, Decken und Laken überzogen, mit einem Hirschfell als Bettdecke, mit einem Baldachin und karmesinroten Kissen für Kopf und Füße; und dann käme ein Mann daher, von heißer Witterung ausgedörrt und erschöpft, müde, ausgetrocknet und durstig, auf einem Pfad, der nur in eine Richtung, genau zu eben jenem Herrenhaus führt.

Wenn ihn ein Mann mit guter Sehkraft sähe, dann würde er sagen: 'Dieser Mensch benimmt sich so, verhält sich so, hat so einen Weg eingeschlagen, daß er zu eben diesem Herrenhaus gelangen wird; und dann sieht er später, daß er in jenem Gemach im Obergeschoß sitzt oder liegt und ausschließlich angenehme Gefühle empfindet. Genauso verstehe ich, indem ich Herz mit Herz umfasse, eine bestimmte Person folgendermaßen:

'Dieser Mensch benimmt sich so, verhält sich so, hat so einen Weg eingeschlagen, daß er bei der Auflösung des Körpers, nach dem Tode an einem glücklichen Bestimmungsort, in der himmlischen Welt wiedererscheinen wird.' Und dann sehe ich später mit dem himmlischen Auge, das geläutert und dem menschlichen überlegen ist, daß er bei der Auflösung des Körpers, nach dem Tode an einem glücklichen Bestimmungsort, in der himmlischen Welt wiedererscheinen ist, und dort ausschließlich angenehme Gefühle empfindet."

42. (6) "Indem ich Herz mit Herz umfasse, verstehe ich eine bestimmte Person folgendermaßen: 'Dieser Mensch benimmt sich so, verhält sich so, hat so einen Weg eingeschlagen, daß er hier und jetzt in die Herzensbefreiung, die Befreiung durch Weisheit, die mit der Vernichtung der Triebe triebfrei ist, eintreten und darin verweilen wird.' Und dann sehe ich später, daß er hier und jetzt in die Herzensbefreiung, die Befreiung durch Weisheit, die mit der Vernichtung der Triebe triebfrei ist, eintritt und darin verweilt, und dort ausschließlich angenehme Gefühle empfindet."

Angenommen, da wäre ein Teich mit sauberem, angenehmem, kühlem Wasser, durchsichtig, mit sanft ansteigenden Ufern, erfreulich, und nahebei ein dichter Wald; und dann käme ein Mann daher, von heißer Witterung ausgedörrt und erschöpft, müde, ausgetrocknet und durstig, auf einem Pfad, der nur in eine Richtung, genau zu eben jenem Teich führt.

Wenn ihn ein Mann mit guter Sehkraft sähe, dann würde er sagen: 'Dieser Mensch benimmt sich so, verhält sich so, hat so einen Weg eingeschlagen, daß er zu eben diesem Teich gelangen wird; und dann sieht er später, daß er in den Teich gesprungen ist, gebadet, getrunken und sich all ihrer Not, Erschöpfung und Fieber entledigt hat, und wieder herausgekommen ist, im Wald sitzt oder liegt und ausschließlich angenehme Gefühle empfindet9).

Genauso verstehe ich, indem ich Herz mit Herz umfasse, eine bestimmte Person folgendermaßen:

'Dieser Mensch benimmt sich so, verhält sich so, hat so einen Weg eingeschlagen, daß er hier und jetzt in die Herzensbefreiung, die Befreiung durch Weisheit, die mit der Vernichtung der Triebe triebfrei ist, eintreten und darin verweilen wird.' Und dann sehe ich später, daß er hier und jetzt in die Herzensbefreiung, die Befreiung durch Weisheit, die mit der Vernichtung der Triebe triebfrei ist, eintritt und darin verweilt, und dort ausschließlich angenehme Gefühle empfindet. Dies sind die fünf Daseinsbereiche."

43. " Sàriputta, wenn ich auf solche Weise weiß und sehe, sollte dann jemand von mir sagen: 'Der Mönch Gotama hat keinerlei übermenschliche Zustände erreicht, keine Klarheit des Wissens und der Schauung, die der Edlen würdig ist. Der Mönch lehrt ein Dhamma, das lediglich mit dem Verstand erdacht ist, folgt seinen eigenen Erwägungen, so wie es ihm einfällt', dann wird er, wenn er jene Rede und jenen Geist nicht aufgibt und auf jene Ansicht nicht verzichtet in der Hölle landen, so als ob man ihn dorthin schleppte. Genau so wie ein Bhikkhu, der Sittlichkeit, Konzentration und Weisheit besitzt, sich hier und jetzt letztendlicher Erkenntnis erfreuen würde, so wird es auch in diesem Fall geschehen, sage ich, daß er, wenn er jene Rede und jenen Geist nicht aufgibt

und auf jene Ansicht nicht verzichtet in der Hölle landen wird, so als ob man ihn dorthin schleppte."

44. " Sàriputta, ich entsinne mich, ein heiliges Leben geführt zu haben, das vier Faktoren besaß. Ich habe Askese praktiziert<sup>10</sup>) - das Äußerste an Askese; ich habe Derbheit praktiziert - das Äußerste an Derbheit; ich habe Vermeidung praktiziert - das Äußerste an Vermeidung; ich habe Zurückgezogenheit praktiziert - das Äußerste an Zurückgezogenheit."

45. "

46. Sàriputta, daß ich nackt herum lief, Sitten und Gebräuche verwerfend, meine Hände ableckend, ich kam nicht, wenn ich darum gebeten wurde, blieb nicht stehen, wenn ich darum gebeten wurde; ich nahm kein Essen an, das mir gebracht oder für mich zubereitet wurde, auch keine Einladung (zum Essen); ich erhielt nichts aus einem Topf, einer Schüssel, über eine Türschwelle, einen Stab, einen Mörserstößel gereicht, von zwei zusammen Essenden, einer Schwangeren, einer Stillenden, einer Frau, die bei einem Mann lag, von einem Ort, wo Essensverteilung angekündigt war, wo ein Hund wartete, wo die Fliegen summten; ich nahm keinen Fisch oder Fleisch an; ich trank keinen Schnaps, Wein oder fermentiertes Gebräu.

Ich hielt mich an einen Haushalt, einen Bissen; ich hielt mich an zwei Haushalte, zwei Bissen; ich hielt mich an drei Haushalte, drei Bissen; ich hielt mich an vier Haushalte, vier Bissen; ich hielt mich an fünf Haushalte, fünf Bissen; ich hielt mich an sechs Haushalte, sechs Bissen; ich hielt mich an sieben Haushalte, sieben Bissen. Ich lebte von einem Löffelvoll am Tag, von zwei Löffelvoll am Tag, von drei Löffelvoll am Tag, von vier Löffelvoll am Tag, von fünf Löffelvoll am Tag, von sechs Löffelvoll am Tag,

von sieben Löffelvoll am Tag. Ich nahm einmal täglich Essen zu mir, alle zwei Tage, alle drei Tage, alle vier Tage, alle fünf Tage, alle sechs Tage, alle sieben Tage; und so weiter, bis zu einmal alle zwei Wochen, beschäftigte ich mich mit der Praxis, Essen nur in festgelegten Abständen zu mir zu nehmen.

Ich aß Laub oder Hirse oder wilden Reis oder Rindenspäne oder Moos oder Reisspelzen oder Reisabfall oder Sesam-Mehl oder Gras oder Kuhdung. Ich lebte von Wurzeln und Früchten des Waldes, ich ernährte mich von Fallobst.

Ich kleidete mich in Hanf, in hanfhaltigen Stoff, in Leichentücher, in Lumpen vom Müll, in Baumrinde, in Antilopenfell, in Fetzen von Antilopenfell, in Gewirke aus Kusa-Gras, in Gewirke aus Baumrinde, in Gewirke aus Hobelspänen, in Wolle aus Menschenhaar, in Wolle aus Tierhaar, in Eulenflügel. Ich war jemand, der sich die Haare und den Bart ausreißt, der die Praxis des Haare- und Bartausrießens ausübt.

Ich war jemand, der fortwährend steht, Sitzgelegenheiten verwerfend. Ich war jemand, der fortwährend auf dem Boden hockt, der sich der Beibehaltung der Hockstellung hingibt.

Ich war jemand, der eine Matte aus Dornen benutzt; ich machte eine Matte aus Dornen zu meinem Bett. Ich beschäftigte mich mit der Ausübung der Praxis, bei der man dreimal täglich, auch abends, im Wasser steht.

Somit beschäftigte ich mich auf solch vielfältige Weise mit der Ausübung der Praxis der Peinigung und Abtötung des Körpers. So war meine Askese."

46. "**So war meine Derbheit, Sàriputta;** genau wie die Rinde eines Tindukà-Baums, die sich über die Jahre angesammelt hat, verklumpt und abblättert, so verklumpte auch der Staub und Schmutz, der sich über die Jahre angesammelt hatte, und blätterte von meinem Körper ab. Nie kam mir in den Sinn: 'Ach, reibe ich doch diesen Staub und Schmutz mit der Hand ab, oder reibe doch ein anderer diesen Staub und Schmutz mit der Hand ab' - so etwas kam mir nie in den Sinn. So war meine Derbheit."

47. **"So war meine Vermeidung, Sàriputta,**  
daß ich immer achtsam war, beim Vorwärtsgehen und beim Rückwärtsgehen. Ich war voller Mitleid, sogar für die Wesen in einem Wassertropfen:  
'Ich will die kleinen Geschöpfe in den Spalten im Boden nicht verletzen.'  
So war meine Vermeidung."

48. **"So war meine Zurückgezogenheit, Sàriputta,**  
daß ich in einen Wald hineinstürzte und dort wohnte.  
Und wenn ich einen Kuhhirten oder einen Schafhirten sah,  
oder jemanden, der Gras oder Reisig sammelte, oder einen Holzfäller,  
dann floh ich für gewöhnlich von Hain zu Hain, von Dickicht zu Dickicht,  
von Tal zu Tal, von Hügel zu Hügel. Warum war das so? Weil sie mich nicht sehen  
sollten, oder ich sie. Genauso wie ein waldgeborenes Reh,  
wenn es Menschen sieht, von Hain zu Hain flieht,  
von Dickicht zu Dickicht, von Tal zu Tal, von Hügel zu Hügel,  
so floh auch ich, wenn ich einen Kuhhirten oder einen Schafhirten sah,  
oder jemanden, der Gras oder Reisig sammelte, oder einen Holzfäller,  
von Hain zu Hain, von Dickicht zu Dickicht, von Tal zu Tal,  
von Hügel zu Hügel. So war meine Zurückgezogenheit."

49. "Ich kroch für gewöhnlich auf allen Vieren in die Rinderkoppel,  
sobald das Vieh hinausgelaufen war und es der Kuhhirte zurückgelassen hatte,  
und ich ernährte mich für gewöhnlich vom Kot der jungen,  
noch saugenden Kälber. So lange mein eigener Kot und Urin reichte,  
ernährte ich mich von meinem eigenen Kot und Urin.  
**So war meine große Verdrehtheit in der Ernährung."**

50. "Ich stürzte für gewöhnlich in einen ehrfurchtgebietenden Hain  
und wohnte dort - in einen derart ehrfurchtgebietenden Hain,  
daß normalerweise einem Mann die Haare zu Berge stehen würden,  
wenn er nicht frei von Begierde wäre. Wenn während der acht Frosttage jene  
kalten Winternächte kamen, hielt ich mich nachts im Freien und  
tagsüber im Hain auf. Im letzten Monat der heißen Jahreszeit  
hielt ich mich tagsüber im Freien und nachts im Hain auf. U  
nd da fiel mir spontan dieses Gedicht ein, das man nie zuvor gehört hatte:

**Erstarrt bei Nacht, versengt am Tag,  
Allein im Hain, der Ehrfurcht heischt,  
Entblößt, kein Feuer neben sich,  
Der Weise setzt die Suche fort.**

51. "Ich machte mir mein Bett auf einem Leichenfeld,  
mit den Knochen der Toten als Kissen. Und Hütejungen kamen herbei und  
spuckten auf mich, urinieren auf mich, bewarfen mich mit Dreck und stocherten  
mit Stöckchen in meinen Ohren herum. Und doch entsinne ich mich nicht,  
daß ich jemals einen üblen Geist ihnen gegenüber entstehen ließ.  
**So war mein Verweilen in Gleichmut."**

52. **" Sàriputta, es gibt bestimmte Mönche und Brahmanen,  
deren Lehrmeinung und Ansicht dies besagt:  
'Läuterung kommt durch Nahrung zustande.'**  
Sie sagen: 'Wir wollen von Kola-Früchten leben', und sie essen Kola-Früchte,  
sie essen Kola-Fruchtpulver, sie trinken Kola-Fruchtwasser,  
uns sie machen vielerlei Kola-Fruchtgebräu. Nun entsinne ich mich,  
eine einzige Kola-Frucht pro Tag gegessen zu haben.  
Sàriputta, du magst vielleicht denken, daß die Kola-Frucht zu jener Zeit größer  
war, und doch solltest du es nicht so auffassen: die Kola-Frucht war damals  
bestenfalls genauso groß wie jetzt.  
Indem ich mich von einer einzigen Kola-Frucht pro Tag ernährte,  
erreichte mein Körper den Zustand äußerster Auszehrung.

Weil ich so wenig aß, wurden meine Glieder wie durch Knoten unterteilte  
Weinreben oder Bambusrohre. Weil ich so wenig aß,  
wurde mein Gesäß wie ein Kamelhuf. Weil ich so wenig aß,  
standen meine Wirbelfortsätze hervor wie aufgereichte Perlen.  
Weil ich so wenig aß, ragten meine Rippen heraus,  
so hager wie die auffälligen Dachsparren einer alten, ungedeckten Scheune.  
Weil ich so wenig aß, sank der Glanz meiner Augen tief in die Augenhöhlen  
zurück und sah aus, wie der Glanz des Wasserspiegels, der in einem tiefen  
Brunnen tief abgesunken ist. Weil ich so wenig aß,  
verschrumpelte und verdorrte meine Kopfhaut, so wie ein grüner bitterer Kürbis

in Wind und Sonne verschrumpelt und verdorrt.  
Weil ich so wenig aß, lag meine Bauchdecke auf meinem Rückgrat auf;  
daher fühlte ich mein Rückgrat, wenn ich meine Bauchdecke berührte  
und fühlte meine Bauchdecke, wenn ich mein Rückgrat berührte.  
Weil ich so wenig aß, stürzte ich beim Urinieren  
oder beim Stuhlgang auf das Gesicht.  
Weil ich so wenig aß, fiel mir das an den Wurzeln verfaulte Haar aus,  
wenn ich versuchte, meinem Körper Erleichterung zu verschaffen,  
indem ich meine Glieder mit den Händen massierte."

53. " Sàriputta, es gibt bestimmte Mönche und Brahmanen,  
deren Lehrmeinung und Ansicht dies besagt: 'Läuterung kommt durch Nahrung  
zustande.' Sie sagen: 'Wir wollen von Bohnen leben', und sie essen Bohnen,  
sie essen Bohnenpulver, sie trinken Bohnenwasser,  
uns sie machen vielerlei Bohnengebräu.  
Nun entsinne ich mich, eine einzige Bohne pro Tag gegessen zu haben.  
Sàriputta, du magst vielleicht denken, daß die Bohnen zu jener Zeit größer  
waren, und doch solltest du es nicht so auffassen:  
die Bohnen waren damals bestenfalls genauso groß wie jetzt.  
Indem ich mich von einer einzigen Bohne pro Tag ernährte,  
erreichte mein Körper den Zustand äußerster Auszehrung.

Weil ich so wenig aß, wurden meine Glieder wie durch Knoten unterteilte  
Weinreben oder Bambusrohre.  
Weil ich so wenig aß, wurde mein Gesäß wie ein Kamelhuf.  
Weil ich so wenig aß, standen meine Wirbelfortsätze  
hervor wie aufgereimte Perlen.  
Weil ich so wenig aß, ragten meine Rippen heraus, so hager wie die baufälligen  
Dachsparren einer alten, ungedeckten Scheune.  
Weil ich so wenig aß, sank der Glanz meiner Augen tief in die Augenhöhlen  
zurück und sah aus, wie der Glanz des Wasserspiegels, der in einem tiefen  
Brunnen tief abgesunken ist.  
Weil ich so wenig aß, verschrumpelte und verdorrte meine Kopfhaut,  
so wie ein grüner bitterer Kürbis in Wind und Sonne verschrumpelt und verdorrt.  
Weil ich so wenig aß, lag meine Bauchdecke auf meinem Rückgrat auf;

daher fühlte ich mein Rückgrat, wenn ich meine Bauchdecke berührte und fühlte  
meine Bauchdecke, wenn ich mein Rückgrat berührte.  
Weil ich so wenig aß, stürzte ich beim Urinieren  
oder beim Stuhlgang auf das Gesicht.  
Weil ich so wenig aß, fiel mir das an den Wurzeln verfaulte Haar aus,  
wenn ich versuchte, meinem Körper Erleichterung zu verschaffen,  
indem ich meine Glieder mit den Händen massierte."

54. " Sàriputta, es gibt bestimmte Mönche und Brahmanen,  
deren Lehrmeinung und Ansicht dies besagt:  
'Läuterung kommt durch Nahrung zustande.' Sie sagen:  
'Wir wollen von Sesam leben', und sie essen Sesam, sie essen Sesampulver,  
sie trinken Sesamwasser, uns sie machen vielerlei Sesamgebräu.  
Nun entsinne ich mich, ein einziges Sesamkorn pro Tag gegessen zu haben.  
Sàriputta, du magst vielleicht denken, daß die Sesamkörner zu jener Zeit größer  
waren, und doch solltest du es nicht so auffassen:  
die Sesamkörner waren damals bestenfalls genauso groß wie jetzt.  
Indem ich mich von einem einzigen Sesamkorn pro Tag ernährte,  
erreichte mein Körper den Zustand äußerster Auszehrung.

Weil ich so wenig aß, wurden meine Glieder wie durch Knoten unterteilte  
Weinreben oder Bambusrohre.  
Weil ich so wenig aß, wurde mein Gesäß wie ein Kamelhuf.  
Weil ich so wenig aß, standen meine Wirbelfortsätze  
hervor wie aufgereimte Perlen.  
Weil ich so wenig aß, ragten meine Rippen heraus, so hager wie die baufälligen  
Dachsparren einer alten, ungedeckten Scheune.  
Weil ich so wenig aß, sank der Glanz meiner Augen tief in die Augenhöhlen  
zurück und sah aus, wie der Glanz des Wasserspiegels, der in einem tiefen  
Brunnen tief abgesunken ist.  
Weil ich so wenig aß, verschrumpelte und verdorrte meine Kopfhaut,  
so wie ein grüner bitterer Kürbis in Wind und Sonne verschrumpelt und verdorrt.  
Weil ich so wenig aß, lag meine Bauchdecke auf meinem Rückgrat auf;  
daher fühlte ich mein Rückgrat, wenn ich meine Bauchdecke berührte und fühlte  
meine Bauchdecke, wenn ich mein Rückgrat berührte.

Weil ich so wenig aß, stürzte ich beim Urinieren oder beim Stuhlgang auf das Gesicht.

Weil ich so wenig aß, fiel mir das an den Wurzeln verfaulte Haar aus, wenn ich versuchte, meinem Körper Erleichterung zu verschaffen, indem ich meine Glieder mit den Händen massierte."

55. "Sàriputta, es gibt bestimmte Mönche und Brahmanen, deren Lehrmeinung und Ansicht dies besagt:

'Läuterung kommt durch Nahrung zustande.' Sie sagen:

'Wir wollen von Reis leben', und sie essen Reis, sie essen Reispulver, sie trinken Reiswasser, uns sie machen vielerlei Reisgebräu.

Nun entsinne ich mich, ein einziges Reiskorn pro Tag gegessen zu haben.

Sàriputta, du magst vielleicht denken, daß die Reiskörner zu jener Zeit größer waren, und doch solltest du es nicht so auffassen:

die Reiskörner waren damals bestenfalls genauso groß wie jetzt.

Indem ich mich von einem einzigen Reiskorn pro Tag ernährte, erreichte mein Körper den Zustand äußerster Auszehrung.

Weil ich so wenig aß, wurden meine Glieder wie durch Knoten unterteilte Weinreben oder Bambusrohre.

Weil ich so wenig aß, wurde mein Gesäß wie ein Kamelhuf.

Weil ich so wenig aß, standen meine Wirbelfortsätze hervor wie aufgereifte Perlen.

Weil ich so wenig aß, ragten meine Rippen heraus, so hager wie die baufälligen Dachsparren einer alten, ungedeckten Scheune.

Weil ich so wenig aß, sank der Glanz meiner Augen tief in die Augenhöhlen zurück und sah aus, wie der Glanz des Wasserspiegels, der in einem tiefen Brunnen tief abgesunken ist.

Weil ich so wenig aß, schrumpelte und verdorrte meine Kopfhaut, so wie ein grüner bitterer Kürbis in Wind und Sonne schrumpelt und verdorrt.

Weil ich so wenig aß, lag meine Bauchdecke auf meinem Rückgrat auf; daher fühlte ich mein Rückgrat, wenn ich meine Bauchdecke berührte und fühlte meine Bauchdecke, wenn ich mein Rückgrat berührte.

Weil ich so wenig aß, stürzte ich beim Urinieren oder beim Stuhlgang auf das Gesicht.

Weil ich so wenig aß, fiel mir das an den Wurzeln verfaulte Haar aus, wenn ich versuchte, meinem Körper Erleichterung zu verschaffen, indem ich meine Glieder mit den Händen massierte."

56. "Und doch, Sàriputta, durch solche Praxis, durch die Ausübung solcher Askese erlangte ich keinerlei übermenschliche Geisteszustände, keinerlei Klarheit des Wissens und keinerlei Schauung, die der Edlen würdig ist. Warum war das so?

Weil ich jene edle Weisheit nicht erlangte, die, wenn sie erlangt wird, edel und befreiend ist, und denjenigen, der in Übereinstimmung damit übt, zur vollständigen Vernichtung von Dukkha führt."

57. "Sàriputta, es gibt bestimmte Mönche und Brahmanen, deren Lehrmeinung und Ansicht dies besagt: 'Läuterung kommt durch den Kreislauf der Wiedergeburt zustande.'

**Aber es ist unmöglich, einen Daseinsbereich in diesem Kreislauf zu finden, den ich auf dieser langen Reise nicht bereits durchschritten hätte, außer dem der Himmelswesen der Reinen Bereiche; und hätte ich den Kreislauf als ein Himmelswesen in den Reinen Bereichen durchschritten, wäre ich niemals in diese Welt zurückgekehrt<sup>11</sup>).**"

58. "Es gibt bestimmte Mönche und Brahmanen, deren Lehrmeinung und Ansicht dies besagt:

'Läuterung kommt durch eine bestimmte Art der Wiedergeburt zustande.'

Aber es ist unmöglich, eine Art der Wiedergeburt zu finden, die ich auf dieser langen Reise nicht bereits angenommen hätte, außer der der Himmelswesen der Reinen Bereiche; und hätte ich Wiedergeburt als ein Himmelswesen in den Reinen Bereichen angenommen, wäre ich niemals in diese Welt zurückgekehrt."

59. "Es gibt bestimmte Mönche und Brahmanen, deren Lehrmeinung und Ansicht dies besagt:

'Läuterung kommt durch eine bestimmte Daseinsform zustande.' Aber es ist unmöglich, eine Daseinsform zu finden, in der ich mich auf dieser langen Reise nicht bereits befunden hätte, außer der der Himmelswesen der Reinen Bereiche;

und hätte ich mich in der Daseinsform der Himmelswesen in den Reinen Bereichen befunden, wäre ich niemals in diese Welt zurückgekehrt."

60. "Es gibt bestimmte Mönche und Brahmanen, deren Lehrmeinung und Ansicht dies besagt: 'Läuterung kommt durch Opfer zustande.'

Aber es ist unmöglich, eine Art von Opfer zu finden, die ich auf dieser langen Reise nicht bereits dargebracht hätte, als ich entweder ein kopfgesalbter adeliger König oder ein wohlhabender Brahmane war."

61. "Es gibt bestimmte Mönche und Brahmanen, deren Lehrmeinung und Ansicht dies besagt: 'Läuterung kommt durch Feueranbetung zustande.'

Aber es ist unmöglich, eine Art von Feuer zu finden, die ich auf dieser langen Reise nicht schon angebetet hätte, als ich entweder ein kopfgesalbter adeliger König oder ein wohlhabender Brahmane war."

62. "Es gibt bestimmte Mönche und Brahmanen, deren Lehrmeinung und Ansicht dies besagt: 'Solange dieser gute Mann noch in jungem Alter ist, ein schwarzhaariger junger Mann, mit Jugendlichkeit gesegnet, in der Blüte seines Lebens, solange ist er vollkommen in seiner klaren Weisheit. Aber wenn dieser gute Mann alt ist, gealtert, gebeugt unter der Last der Jahre, in fortgeschrittenem Alter, und in den letzten Lebensabschnitt eingetreten, mit achtzig, neunzig oder hundert Jahren, dann ist die Klarheit seiner Weisheit verloren gegangen.'

Aber so sollte es nicht aufgefaßt werden. Ich bin jetzt alt, gealtert, gebeugt unter der Last der Jahre, in fortgeschrittenem Alter, und in den letzten Lebensabschnitt eingetreten: ich bin achtzig Jahre alt geworden. Nun angenommen, ich hätte vier Schüler mit einer hundertjährigen Lebenserwartung, vollkommen in Achtsamkeit, Gedächtniskraft, Erinnerungsvermögen und Klarheit der Weisheit.

Angenommen, sie befragten mich ununterbrochen über die vier Grundlagen der Achtsamkeit, und ich beantwortete ihre Fragen, und sie behielten jede meiner Antworten im Gedächtnis und stellten niemals zweitrangige Fragen und machten niemals eine Pause, außer, um zu essen, zu

trinken, Nahrung zu sich zu nehmen, zu schmecken, zu urinieren, Kot zu entleeren und sich auszuruhen, um Schläfrigkeit und Müdigkeit zu beseitigen. Und die Darlegung des Tathàgata über das Dhamma, seine Erklärungen zu den Faktoren des Dhamma und seine Antworten auf die Fragen wären immer noch nicht am Ende angelangt, aber inzwischen wären jene vier meiner Schüler mit ihrer hundertjährigen Lebenserwartung am Ende jener hundert Jahre gestorben. Sàriputta, sogar, wenn ihr mich in einem Bett herumtragen müßt, wird immer noch keine Veränderung in der Klarheit der Weisheit des Tathàgata stattfinden."

**63. "Wenn man zu Recht von irgendjemand sagen wollte: 'Ein Wesen, das nicht der Verblendung unterworfen ist, ist in der Welt erschienen, zum Wohle und zum Glück von vielen, aus Mitgefühl für die Welt, zum Guten, zum Wohle und zum Glück von Göttern und Menschen', so bin in der Tat ich derjenige, von dem man zu Recht dies sagen sollte."**

64. Nun stand bei jener Gelegenheit der ehrwürdige Nàgasamàla hinter dem Erhabenen, um ihm Luft zuzufächern. Da sagte er zum Erhabenen: "Es ist wunderbar, ehrwürdiger Herr, es ist erstaunlich! Während ich dieser Lehrrede zuhörte, bekam ich eine Gänsehaut. Ehrwürdiger Herr, was ist der Name dieser Lehrrede über das Dhamma?" "Was das anbelangt, Nàgasamàla, magst du diese Lehrrede über das Dhamma als 'Die Gänsehaut-Lehrrede' im Gedächtnis behalten."

**Das ist es, was der Erhabene sagte. Der ehrwürdige Nàgasamàla war zufrieden und entzückt über die Worte des Erhabenen.**

Anmerkungen:

- 1) Tugenden oder Erreichungszustände, die über den positiven Zuständen der zehn heilsamen Handlungen liegen: die Vertiefungen und die höheren Geisteskräfte, bis hin zur Befreiung.
- 2) Offenbar hielt dieser verblendete Mensch das Ende von Dukkha für ein

geringeres Ziel, verglichen mit dem Vorführen psychischer Kräfte.

3) § 6 - 8 schildert die ersten drei der sechs höheren Geisteskräfte. Die letzten drei höheren Geisteskräfte werden als die letzten drei der anschließend geschilderten zehn Kräfte des Tathàgata aufgelistet. Diese drei "Wissenskräfte" haben alle Buddhas gemein.

4) Das Rad des Dhamma; dieses in Bewegung zu setzen heißt, die Wahrheit zu durchdringen und sie zu lehren.

5) Mehr dazu in M115.

6) Verschiedene Bezeichnungen für höhere Geisteszustände der Konzentration. Zu den acht Erlösungen siehe M77 und M137.

7) Gewißheit über das Erlangen der Befreiung.

8) Könnte als Zellteilung verstanden werden.

9) Auch wenn die Beschreibung der Himmelswelt der Beschreibung von Nibbàna ähnelt, so ist doch das Dasein in den Himmelswelten schon aufgrund seiner Vergänglichkeit letztendlich Dukkha.

10) Sunnakkhatta soll ein großer Bewunderer asketischer Praktiken gewesen sein. Im Folgenden zeigt der Buddha auf, daß ihm auch in dieser Hinsicht niemand etwas vormachen konnte.

11) Dies ist der Bereich, in den Nichtwiederkehrer spontan hineingeboren werden und in dem sie Nibbàna erlangen.