

AJAHN BUDDHADASA BIKKHU

BUDDHA-DHAMMA  
FÜR KLUGE LEUTE

BUDDHADASA BHIKKHU ERKLÄRT  
DIE LEHRE BUDDHAS

AUS DEM ENGLISCHEN VON  
DHAMMARATO BHIKKHU  
(ERNST CHRISTEN)



WERNER KRISTKEITZ VERLAG

Copyright für diese Textfassung © 2009 by Werner Kristkeitz Verlag, Heidelberg/Leimen, und Dhammarato Bhikkhu (Ernst Christen). Alle Rechte für sämtliche Medien und jede Art der Verbreitung, Vervielfältigung, Speicherung oder sonstigen, auch auszugsweisen Verwertung bleiben vorbehalten.

Originaltitel der englischsprachigen Ausgabe: »Buddha-Dhamma for Students«, © Dhammadana Foundation, Chaiya, Thailand, übersetzt aus dem Thailändischen von Ariyananda Bhikkhu (Roderick S. Bucknell), revidiert und editiert von Santikaro Bhikkhu. Deutsche Übersetzung mit der Autorisierung des Abts von Wat Suan Mokkhabalarama und freundlicher Genehmigung der Dhammadana Foundation von Dhammarato Bhikkhu (Ernst Christen, [www.ernst-christen.ch](http://www.ernst-christen.ch)).

ISBN 978-3-932337-32-1

Internet: [www.kristkeitz.de](http://www.kristkeitz.de)

# Inhalt

<b>Vorwort</b> .....	9
<b>Buddha-Dhamma für kluge Leute</b> .....	13
1 Was hat Buddha gelehrt? .....	14
2 Was genau hat er gelehrt? .....	14
3 Was ist die Botschaft des Buddhismus? .....	18
4 Wie können Nicht-Ergreifen und Nicht-Anhaften in die gelebte Realität umgesetzt werden? .....	20
5 Wo kann man lernen? Wo kann man studieren? ...	23
6 Womit ist die Lehre zu vergleichen? .....	24
7 Was genau sollte ein Laie studieren? .....	25
8 Was ist der Amatadhamma? .....	27
9 Was ist die höchste und bedeutendste Wahrheit, die alle Formen der Welt und des Todes zu überwinden vermag? .....	28
10 Welchen Aspekt der Lehre, so wie sie im Pali-Kanon niedergeschrieben ist, betonte Buddha am meisten? .....	29
11 Wem sollen wir gemäß Buddha glauben? .....	30
12 Worin unterscheiden sich der Geist eines gewöhn- lichen Laien und der Geist eines Menschen, der Buddhas Edlen Achtfachen Weg geht? .....	32
13 Welche Art der Praxis entspricht dem gewöhnlichen Weg und welche dem kürzesten und schnellsten? .....	35
14 Welche Bedeutung hat Kamma im Buddhismus? ...	37
15 Muss jemand den Buddha-Dhamma unbedingt vom Buddha selbst gehört haben, damit er das Leiden beenden kann? .....	41
16 Wenn bezüglich eines bestimmten Lehrgesprächs Zweifel aufkommen, ob es vom Buddha stammt oder nicht, wie können wir Gewissheit erreichen? .....	41

17	Was sagte der Buddha über die Menschen in den kommenden Zeitaltern? . . . . .	43
18	Wem erwies der Buddha die Ehre? . . . . .	45
19	Wo können wir den Buddha finden? . . . . .	45
20	Existiert der Buddha in diesem Moment oder nicht? . . . . .	46
21	Löschte der Buddha all sein Kamma aus? . . . . .	47
22	Welche Art von Gefühlsleben führte der Buddha? .	48
23	Warum werden alle Dinge als leer angesehen, ja selbst die ganze Welt? . . . . .	48
24	Warum bezeichnet man einen Geist in diesem Bewusstseinszustand als leer oder frei? . . . . .	49
25	Was versteht man unter dem Zustand der kompletten Leerheit? . . . . .	50
26	Was ist Nibbana? . . . . .	50
27	Man sagt, eine Person finde Befriedigung in Nibbana. Wie ist das zu verstehen? . . . . .	50
28	Erreicht man Nibbana nach dem Tod oder schon in diesem Leben? . . . . .	52
29	Können Tiere Nibbana erreichen? . . . . .	54
30	Was ist das höchste Gut der Menschheit? . . . . .	55
31	Gibt es zurzeit vollkommen Heilige in unserer Welt? . . . . .	56
32	Was ist mit »rechter Lebensführung« gemeint? . . . .	56
33	Ist es schwer, ein vollkommen Heiliger zu sein? . . .	58
34	Würden wir einen vollkommen Heiligen als solchen erkennen, wenn wir einem begegneten? .	59
35	Wo könnten wir einen vollkommen Heiligen treffen? . . . . .	60
36	Laienanhänger können keine vollkommen Heiligen sein – oder doch? . . . . .	60
37	Ist es wahr, dass ein Mörder ein vollkommen Heiliger werden kann? . . . . .	61
38	Mit was ist die Welt gefüllt? . . . . .	63
39	Welche Art von guter Tat hat ein kleines Verdienst und welche ein großes? . . . . .	65

40	Wo kann man das große Verdienst erwerben? . . . . .	66
41	Wo ist Glück zu finden? Wohin gehen wir, um Glück zu finden? . . . . .	67
42	Inwiefern sollen wir uns für diese Dinge interessieren, die man Iddhis nennt? . . . . .	68
43	Woher kommen Glück und Leid? Oder zumindest: Woher kommt das Leid? . . . . .	72
44	Wo können wir das Leiden zu Ende bringen? . . . . .	73
45	Um etwas in seiner wahren Natur zu erkennen, wie gut müssen wir es kennen? . . . . .	76
46	Wie ist es, den Strom des Nibbana zu erreichen? ..	79
47	Was ist die Bedeutung dieser Vier Höllischen Bereiche? . . . . .	84
48	Was waren die letzten Weisungen des Buddha? . . . .	91
	Schlussfolgerung . . . . .	95
	<b>Über den Autor</b> . . . . .	99
	<b>Literaturnachweis</b> . . . . .	100

## Vorwort

Das vorliegende Buch »Buddha-Dhamma für kluge Leute« ist das Ergebnis von zwei Vorträgen, die Buddhadasa Bhikkhu im Januar 1966 an der Thammasat-Universität in Bangkok gehalten hatte. Damals und in den folgenden Jahren haben sich viele junge Thailänder wieder dem Buddhismus zugewandt, um Antworten auf Fragen zu finden, die ihnen die moderne westliche Ausbildung nicht geben konnte. Angesichts des schnellen sozialen Wandels, der manchmal bis ins Chaos ausufert, suchen viele eine friedliche, gewaltlose Annäherung an die Fragen und Ungerechtigkeiten der heutigen Welt. Ihre Bestrebungen sind lobenswert, bedürfen aber, wie man erkannt hat, einer Führung. Doch einen verwirrten und falschen Buddhismus herbeizuziehen, um soziale Verwirrung und Konflikte zu lindern, führt zu noch mehr Verwirrung und Leid. Infolgedessen hat Ajahn Buddhadasa für Alt und Jung immer wieder versucht klar darzustellen, was der Buddhismus in Wirklichkeit lehrt. Er verwirklichte dies, indem er die von Buddha selbst gewiesenen, ursprünglichen Grundsätze zur Hand nahm, diese simpel und einfach erklärte und damit aufzeigte, dass ihre Bedeutung heute noch genauso aktuell ist wie zu Buddhas Lebzeiten. Wahrheit gilt im alten Indien, im gegenwärtigen Thailand und auch im überentwickelten Westen.

Diese Vorträge wurden in Thailand unter dem Titel »*Lak Dhamma Samrab Nak Seuksa* (Dhamma-Grundsätze für Studenten)« publiziert. Ein Blick auf den Titel erklärt den Zweck des Buchs. Wir sollten aber etwas näher verstehen, was mit dem Wort »*Seuksa*« (ein Fremdwort aus dem Sanskrit) und seinem Gegenstück »*Sikkha*« (aus dem Pali) genau gemeint ist. Üblicherweise wird *Seuksa* mit »Studium« und »Bildung« übersetzt, aber die Betrachtungsweise der Moderne hat die Bedeutung des Worts ärmer gemacht. Sie geht

nämlich viel weiter als das bloße Kumulieren von Wissen und beruflichen Fertigkeiten, so wie wir es heutzutage zu tun pflegen. Das Wort bedeutete früher, Wissen über Dinge zu erwerben, die im Leben wirklich bedeutsam sind, und dieses dann für sich selbst in der Praxis vollständig auszubilden. Das ist ein Studium, das tief in das Menschsein hineinführt, denn *Sikkha*, zusammengesetzt aus »sa« (bei, für und selbst) und »ikkha« (erkennen), bedeutet sich »selbst erkennen«.

*Nak* ist jemand, der über bestimmte Fertigkeiten verfügt oder auf einem gewissen Gebiet ein Experte ist. Ein *Nak-Seuksa* ist ein Student, aber nicht in dem Sinn, dass er lediglich in einer Schule eingeschrieben ist, eine Uniform trägt und Bücher herumschleppt. Ein wahrer Student muss sich selbst erkennen (*Seuksa*) in allen Bedeutungen, Aspekten und Stufen des Worts. Er ist ein Experte der Selbsterkenntnis. Es gibt keine Institute, Verzeichnisse oder Studienpläne, die den wahren Studenten ausmachen. Ein lebenslang Studierender zu sein ist eine fundamentale Pflicht eines jeden Menschen, solange er atmet.

*Lak* bedeutet »Grundsatz, Standard, Posten, Bollwerk, Einsatz«. *Lak* ist etwas, was wir in Weisheit ergreifen können und uns Stabilität und Sicherheit bringt. Weise Studenten beginnen ihre Untersuchungen bei den Grundsätzen und stellen sicher, dass sie darin gefestigt sind, bevor sie fortfahren. Tatsächlich aber sind die Grundsätze meistens genug. Die Prinzipien zu identifizieren, die uns erlauben den Kern unseres Themas zu durchdringen, ist zumeist ein kluger Anfang. Aufmerksames Nachdenken über die Grundsätze führt uns dann zu Verständnis, und ihre praxisbezogene Eingliederung in unseren Alltag macht sie zu einer vertrauenswürdigen, schützenden Festung.

Das Wort *Dhamma* widerstrebt jeder direkten Übersetzung. Es ist der Kern einer jeden spirituellen Bemühung und allen Lebens. Es kann »Ding« heißen, »Lehre« und »absolute und höchste Wahrheit«. Die vier wichtigsten Bedeutungen des Worts *Dhamma* sind:

- »Natur«, die alle Dinge beinhaltet, inklusive der Menschheit und allem, was wir machen. Es kann auch »die wahre Natur der Dinge« heißen.
- »Gesetz«, dieses natürliche Gesetz, dem all diese Dinge unterworfen sind.
- »Pflicht«, d. h. die Art des Daseins, die dieses natürliche Gesetz bei jedem Atemzug und jeder Tätigkeit uns Menschen und allen Lebewesen abverlangt.
- »Frucht«, die aus der naturgemäßen Pflichterfüllung resultiert.

Das ist der Boden, in den Studenten der Wahrheit und des Lebens ihre Grundsätze einpflanzen müssen, damit sie mit ihrem Studium zur absoluten und höchsten Wahrheit finden, zur Realität.

*Samrab* bedeutet »für«. Die Grundsätze des *Dhamma* fließen nicht in irgendwelchen metaphysischen oder philosophischen Dämmerzonen herum. Sie haben eine klare Absicht und einen klaren praktischen Wert. Sie sind da zur Inspiration und Bereicherung wahrer Studenten. Sie sind für die Menschen da, die dem Leben gegenüber neugierig sind, die verstehen wollen, was wir hier tun, wohin wir gehen sollten, die krank sind von all dem Egoismus und der ganzen Misere. Diese Grundsätze sind nicht dazu da, um an sie zu glauben, um sie auswendig zu lernen und um sie zur Befriedigung von kindlichen Angstgefühlen zu rezitieren. Sie sind dazu da, um studiert zu werden, untersucht zu werden, um damit zu experimentieren. Sie sind Mittel zur Verwirklichung der Wahrheit, die der Sinn des menschlichen Lebens ist.

Dieses Buch deckt eine Vielzahl von Themen ab, die im Allgemeinen unbekannt sind und häufig ignoriert werden. Doch sie sind die Essenz dessen, was der Buddhismus anzubieten hat. Werden Themen wie Leid und Leerheit in der wissenschaftlich-buddhistischen Diskussion in eine dunkle, ungreifbare Zweideutigkeit zurückgedrängt, so wie es heutzutage im modernen Buddhismus leider oft der Fall ist,

bemüht sich Ajahn Buddhadasa, uns das Leiden und die Leerheit unseres eigenen Lebens klar aufzuzeigen, fundamentale Eigenschaften, die in jedem Atemzug unseres Daseins gegenwärtig sind. Wo Akademiker, egal ob aus dem Westen oder Osten, Theorien und Philosophien sehen, sieht er Werkzeuge für ein Leben in Wahrheit und Frieden. Seine Einsichten und seine Lehren sind klar und treffend, und wir hoffen, dass unsere Versuche, die Lehrreden zu übersetzen, ihm und seinen Lehrern – dem Buddha, dem *Dhamma*, dem Leben und dem Leiden – gerecht werden.

In diesem Buch sind Fragen zu finden, die alle *Dhamma*-Praktizierenden früher oder später gestellt haben. Andererseits kann es auch sein, dass man uns selbst solche Fragen stellt. Daher ist es von Vorteil, für diesen Fall erhellende und kurze Antworten zur Hand zu haben – besser noch, wenn sie wie in diesem Fall durch Zitate des Buddha unterlegt sind. Am besten ist es, wenn die Antworten auf dem Boden der Realität bleiben, d. h. man lässt den Mystizismus und die Mythologie beiseite, mit der wir uns oft so angenehm ablenken und einlullen lassen. Die Erforschung dieses Buchs und unseres Lebens soll praktisch, sachlich und geradlinig verlaufen. So können Missverständnisse, falsche Interpretationen und falsche Informationen, die üblicherweise die Religionen plagen, verhindert werden. Die einfache Konfrontation mit den grundlegenden Wahrheiten unseres täglichen Lebens eröffnet uns deren Tiefe und befreit uns von aller Verblendung, die das Leiden erst verursacht.

Möge dieses Buch achtsam und mehrmals gelesen werden, so dass sich die darin offenbarten Wahrheiten in unseren Herzen wurzeln schlagen können. Mögen wir alle beständig lernen und in Harmonie mit diesen Wahrheiten leben, damit alle Spuren des Unwissens, des Egoismus und des Leids verwehen.

*Santikaro Bhikkhu*  
Suan Mokkhabalarama  
*Regenzeit 2531 (1988)*

## Buddha-Dhamma für kluge Leute

Vorab will ich darauf hinweisen, dass das heutige Gespräch nur grundlegende und einführende Themen anschnidet und daher speziell für Studenten, sprich kluge Leute, geeignet ist. Ich werde die essenziellen Grundlagen des *Dhamma* (die Wahrheit der Natur, wie von Buddha erläutert) im Stil von Fragen und Antworten darlegen, d. h. ich stelle die Fragen und werde sie auch beantworten. Auf diese Weise sollte es euch leichter fallen, die Themen zu verstehen und euch später daran zu erinnern. Ich glaube, das ist die beste Präsentationsweise für Studenten und andere intelligente Menschen. Man sagt, zur Zeit Buddhas verlangten die klugen Leute nie nach langatmigen Erklärungen, sondern nur nach grundlegenden Auskünften. Das hat verschiedene Vorteile, wovon einer die eingesparte Zeit ist.

So werde ich euch heute also einige Fragen stellen und sie gemäß den grundlegenden Prinzipien beantworten, damit ihr das Wesentliche von möglichst vielen verschiedenen Themen auffassen könnt. Das dient euch gewiss als brauchbares Allgemeinwissen, und es ist euch bestimmt auch in Zukunft von großem Nutzen, um euch im Studium und dem Verständnis von anderen Vorträgen zu unterstützen.

Lasst mich noch einen anderen Punkt unterstreichen, bevor wir beginnen: Der heutige Vortrag ist so aufgebaut, dass ihr, von jemandem aus einem anderen Land oder einer anderen Religion über den Buddhismus befragt, die Fragen korrekt beantworten könnt, ohne dass Missverständnisse bezüglich der buddhistischen Lehre aufkommen.

Vergegenwärtigt euch diese Punkte während des Vortrags ab und zu, denn sie sind der Kern oder die Essenz des heutigen Gesprächs. Auf diese Weise wird der heutige Vortrag euch allen von großem Nutzen sein. Nun werde ich die einzelnen Themen der Reihe nach besprechen.

## Was hat Buddha gelehrt?

Am besten zitieren wir dazu den Buddha selbst: »Wisst, ihr Mönche, jetzt wie früher lehre ich nur über das Leiden (*Dukkha*<sup>1</sup>) und die Vernichtung des Leidens.«

Merkt euch diese Antwort gut, egal ob ihr damit einverstanden seid oder etwas anderes erwartet habt. Man kann die Frage auch anders beantworten, aber dieser Ausspruch Buddhas fasst seine Lehren sehr präzise zusammen. Buddha lehrte also nur über das Leiden und sein Erlöschen. Dies verweist alle Fragen, die keinen Bezug zur Vernichtung des Leidens haben, ins Belanglose. Denkt nicht über Fragen nach wie: »Gibt es eine Wiedergeburt nach dem Tod?« oder: »Wie funktioniert die Wiedergeburt?« Das wird sich später ergeben.

Zusammengefasst lehrte Buddha also nichts anderes als über das Leiden und die Vernichtung des Leidens.

## Was genau hat er gelehrt?

Wie ihr sicher versteht, ist das ein sehr breit gefächertes Thema, das man aus vielen verschiedenen Gesichtspunkten heraus erklären kann. Man kann die Frage beantworten, indem man sagt, Buddha habe den Mittleren Weg gelehrt, d. h., weder strikt noch nachlässig zu sein, weder dem einen noch dem anderen Extrem anzuhängen. Auf der einen Seite sollen wir harte Selbstkasteiungen vermeiden, die von bestimmten Yogaschulen gelehrt und praktiziert werden und uns nichts als Schwierigkeiten und Mühsal bringen. Auf der anderen Seite sollen wir uns aber auch von den Sinnvergnügungen fernhalten, die auf den Spruch hinauslaufen: »Esst, trinkt und seid fröhlich, denn morgen sind wir tot!« Das ist eine sehr zynische Aussage von Leuten, die nur daran interessiert sind, ihren eigenen Sinnen zu frönen.

Der Mittlere Weg führt dahin, sich einerseits nicht unnötige Strenge aufzubürden und andererseits nicht nach Herzenslust sinnlichen Vergnügungen hinzugeben. Diesen Weg zu gehen, lässt Voraussetzungen entstehen, die auf alle Fälle dem Studium und der Berufsausübung förderlich sind und das Leiden (*Dukkha*) erfolgreich zu Ende bringen. Man kann den Ausdruck »Mittlerer Weg« generell in vielen Situationen anwenden, was euch aber nicht irreführen soll, da er immer auf die goldene Mitte abzielt. Als praktische Zusammenfassung lässt sich sagen, dass die folgenden sieben Tugenden den Mittleren Weg ausmachen: Ursachen erkennen, Wirkungen erkennen, sich selbst kennen, wissen, wie viel genug ist, die geeignete Zeit kennen, den Menschen und die Menschheit kennen.

Zu sagen, Buddha habe den Mittleren Weg gelehrt, ist sicher eine korrekte Antwort. Wir könnten aber auch antworten, dass er Selbsthilfe gelehrt hat. Ihr alle versteht, was Selbsthilfe ist, und braucht wohl kaum eine Erklärung dazu. Kurzgefasst heißt es, dass wir uns nicht auf das Glück oder den Glauben verlassen, weder auf himmlische Wesen noch auf das, was man »Gott« nennt. Wir müssen uns selbst helfen. Um den Buddha zu zitieren: »Jeder sei sich selbst Zuflucht.« Selbst die theistischen Religionen sagen, dass Gott nur denen hilft, die sich selbst helfen. In anderen Religionen mag die Selbsthilfe mehr oder weniger erwähnt sein, im Buddhismus ist sie von außerordentlicher Bedeutung, denn wenn man sich elend fühlt und irreführt ist, Schmerz und

- 1 *Dukkha* wird meistens als »Leiden« übersetzt, beinhaltet aber auch jedes Gefühl von Schmerz, Frustration, Unbehagen, Stress, Ärger, Kummer und jede Form von Unzufriedenheit. Auch positive Gefühle sind darin enthalten, da diese gemäß ihrer Natur flüchtig sind und somit nicht dauerhaft befriedigen können. *Dukkha* ist in seinem weitesten Sinn der Zustand der Unvollkommenheit, der ein nicht erwachter Mensch sein Leben lang ausgesetzt ist.

Ängste erleidet, so ist die Selbsthilfe das Mittel der Wahl, um diese Probleme zu überwinden. Buddha sagte: »Alle Buddhas<sup>2</sup> weisen nur den Weg. Ihn begehen muss aber jeder selbst.« In anderen Worten: Buddhismus lehrt die Selbsthilfe. Merkt euch das bitte gut.

Man kann die Frage aber auch beantworten, indem man sagt, Buddha lehrte, dass entsprechend den Gesetzen der Natur alles in Abhängigkeit von Ursachen und Bedingungen entsteht. Diese Aussage gleicht der Antwort, die Sariputta<sup>3</sup> erhielt, bevor er in den Orden Buddhas eintrat. Er fragte einen Mönch, was Buddha lehrt, und erhielt zur Antwort: »Buddha lehrt, dass alle Dinge aus Ursachen entstehen. Wir müssen diese Ursachen und die Möglichkeit ihrer Überwindung nur kennen.« Dieses *Dhamma*<sup>4</sup>-Prinzip ist wissenschaftlich und somit stehen die Grundsätze des Buddhismus im Einklang mit der modernen Wissenschaft. Der Buddha nahm nicht das Selbst oder subjektive Dinge zum Maßstab. Buddhismus ist eine Religion der Klarsicht.

Der Buddha lehrte aber auch als Regel der Praxis: »Vermeide Schlechtes, tue Gutes, läutere dein Gemüt!« Diese drei Punkte nennt man die Zusammenfassung aller Ermahnungen (*Ovada-patimokkha*). Vermeide Schlechtes, tue Gutes, läutere dein Gemüt. Schlechtes zu vermeiden und Gutes zu

- 2 Gemäß der Tradition gibt es eine lange Linie von Buddhas durch die verschiedenen Weltalter der Vergangenheit und Zukunft. Alle sind selbst-erwachte Menschen und lehren der Welt die Vernichtung des Leidens (*Dukkha*). Spricht man von »dem Buddha«, so ist damit der Buddha Gotama gemeint, der von 563 bis 383 v. Chr. in Indien lebte.
- 3 Sariputta war einer der Hauptjünger Buddhas und bekannt für seine Weisheit und außerordentliche Fähigkeit, die Lehre weiterzugeben.
- 4 Mit dem Wort *Dhamma* ist die Buddhalehre gemeint, es enthält auch Begriffe wie absolute und höchste Wahrheit, Naturgesetz, Recht, Gerechtigkeit.