

**Sammlung der kürzeren Texte -  
Khuddakanikāyo**

**Der Weg der analytischen Unterscheidung -  
Paṭisambhidāmaggapāḷi**

**2. Abteilung über Zusammenbinden -  
Yuganaddhavaggo**

**1. Kapitel über Zusammenbinden (von *samatha*  
und *vipassanā*) - Yuganaddhakathā**

**Übersetzung aus dem Pāḷi: Christina Garbe**

## 2. 1. Kapitel über Zusammenbinden (von *samatha* und *vipassanā*) - Yuganaddhakathā

1. „So habe ich gehört: Zu einer Zeit hielt sich der Ehrwürdige Ānanda im Ghosita-Kloster in Kosambi auf. Dort wandte sich der Ehrwürdige Ānanda an die Bhikkhus: ‚Freunde, Bhikkhus.‘ ‚Freund‘ erwiderten diese Bhikkhus dem Ehrwürdigen Ānanda. Der Ehrwürdige Ānanda sagte Folgendes:

‚Wer auch immer unter den Bhikkhus und Bhikkhunis, Freunde, in meiner Gegenwart deutlich macht, Arahatschaft erreicht zu haben, bei allen ist es mit diesen vier Wegen, mit einem oder einem anderen von diesen. Mit welchen vier?‘

‚Hier, Freunde, entwickelt ein Bhikkhu Einsichtsmeditation (*vipassanā*) mit vorangehender Konzentrationsmeditation (*samatha*). Bei diesem, der Einsichtsmeditation mit vorangehender Konzentrationsmeditation entwickelt, entsteht der Pfad (*maggo*). Er wiederholt, entwickelt und praktiziert häufig diesen Pfad (*maggo*). Bei diesem, der diesen Pfad wiederholt, entwickelt und häufig praktiziert, werden die Fesseln überwunden und die latenten Tendenzen (*anusayā*) werden entfernt.‘

‚Und außerdem, Freunde, entwickelt ein Bhikkhu Konzentrationsmeditation mit vorangehender Einsichtsmeditation. Bei diesem, der Konzentrationsmeditation mit vorangehender Einsichtsmeditation entwickelt, entsteht der Pfad. Er wiederholt, entwickelt und praktiziert häufig diesen Pfad. Bei diesem, der diesen Pfad wiederholt, entwickelt und häufig praktiziert, werden die Fesseln überwunden und die latenten Tendenzen (*anusayā*) werden entfernt.‘

‚Und außerdem, Freunde, entwickelt ein Bhikkhu Konzentrations- und Einsichtsmeditation [als Paar] zusammengebunden. Bei diesem, der Konzentrations- und Einsichtsmeditation [als Paar] zusammengebunden entwickelt, entsteht der Pfad. Er wiederholt, entwickelt und praktiziert häufig diesen Pfad. Bei diesem, der diesen Pfad wiederholt, entwickelt und häufig praktiziert, werden die Fesseln überwunden und die latenten Tendenzen (*anusayā*) werden entfernt.‘

‚Und außerdem, Freunde, hat der Geist eines Bhikkhus die Dinge wegen Unruhe nicht aufgenommen. Er, Freunde, stabilisiert zu einer Zeit sein Bewußtsein innerlich dann doch, es setzt sich, wird einsgerichtet und konzentriert. Bei diesem entsteht der Pfad. Er wiederholt, entwickelt und praktiziert häufig diesen Pfad. Bei diesem, der diesen Pfad wiederholt, entwickelt und häufig praktiziert, werden die Fesseln überwunden und die latenten Tendenzen (*anusayā*) werden entfernt.‘

Wer auch immer unter den Bhikkhus und Bhikkhunis, Freunde, in meiner Gegenwart deutlich macht, Arahatschaft erreicht zu haben, bei allen ist es mit diesen vier Wegen, mit einem oder einem anderen von diesen.“ AN 4.170

### 1. Suttbeschreibung

2. Wie entwickelt man Einsichtsmeditation (*vipassanā*) mit vorangehender Konzentrationsmeditation (*samatha*)?

Einspitzigkeit des Bewußtseins als Nicht-Zerstreutheit durch Entsagung ist Konzentration (*samādhi*). Wenn man die dort<sup>1</sup> entstandenen Dinge<sup>2</sup> durch das Mittel der Betrachtung (*anupassana*) als vergänglich sieht, ist es Einsichtsmeditation (*vipassanā*). Wenn man sie durch das Mittel der Betrachtung als unbefriedigend sieht, ist es Einsichtsmeditation (*vipassanā*). Wenn man sie durch das Mittel der Betrachtung als selbstlos sieht, ist es Einsichtsmeditation (*vipassanā*). Dieses ist zuerst Konzentrationsmeditation und danach Einsichtsmeditation. Deshalb sagt man: ‚Man entwickelt Einsichtsmeditation (*vipassanā*) mit vorangehender Konzentrationsmeditation (*samatha*).‘

1 *Tattha* – dort bezeichnet den im vorhergehenden Satz beschriebenen Konzentrationszustand (*samādhi*). Es handelt sich um das erste *jhāna*, welches in vielen Suttā folgendermaßen beschrieben wird:

„Hier tritt ein Bhikkhu völlig abgeschieden von Sinnesvergnügen, abgeschieden von unheilsamen Geisteszuständen, in das erste *jhāna* ein, ...“ MN 66. Es werden bei Samathameditation als Vorläufer für Einsichtsmeditation alle vier *jhāna* praktiziert.

2 „Die dort entstandenen Dinge“ sind das Geistige und Körperliche, welche das *jhāna* ausmachen. Diese werden nach Austritt aus dem *jhāna* als vergänglich betrachtet. So praktiziert man auf *Samatha* folgend *Vipassanā*. Nach dem *jhāna* ist es einfacher, zuerst das Geistige zu betrachten. Es werden alle vier *jhāna* praktiziert und dann wird jedes einzelne Objekt der Einsichtsmeditation.

„Man entwickelt“: Entwicklung mit vier Arten: Entwicklung der dort entstandenen Dingen im Sinn von nicht darüber hinausgehen<sup>3</sup>, Entwicklung der Fähigkeiten im Sinn von einem Geschmack<sup>4</sup>, Entwicklung von angewandter Energie im Sinn von Führung<sup>5</sup>, Entwicklung im Sinn von Wiederholung.

„Der Pfad entsteht“: Wie entsteht der Pfad? Der Pfad entsteht als rechte Sicht mit der Bedeutung von Sehen. Der Pfad entsteht als rechtes Denken mit der Bedeutung von Ausrichten (des Geistes). Der Pfad entsteht als rechte Rede mit der Bedeutung von Annehmen. Der Pfad entsteht als rechte Handlung mit der Bedeutung von Entstehen. Der Pfad entsteht als rechter Lebenserwerb mit der Bedeutung von Reinigung. Der Pfad entsteht als rechte Energie mit der Bedeutung von Bemühen. Der Pfad entsteht als rechte Achtsamkeit mit der Bedeutung von Festigung. Der Pfad entsteht als rechte Konzentration mit der Bedeutung von Nicht-Zerstreuung. So entsteht der Pfad. Er wiederholt, entwickelt und praktiziert häufig diesen Pfad.

„Er wiederholt“, wie wiederholt er?

Wenn man [den Geist] hinwendet, wiederholt man, wenn man weiß, wiederholt man, wenn man sieht, wiederholt man, wenn man immer wieder betrachtet, wiederholt man, wenn man das Bewußtsein festlegt, wiederholt man, wenn man [den Geist] mit Vertrauen ausrichtet, wiederholt man, wenn man sich mit Energie bemüht, wiederholt man, wenn man Achtsamkeit festigt, wiederholt man, wenn man das Bewußtsein konzentriert, wiederholt man, wenn man mit Weisheit gründlich versteht, wiederholt man, wenn man mit direktem Wissen direkt versteht, wiederholt man, wenn man mit umfassendem Verstehen gründlich versteht, wiederholt man, wenn man überwindet was überwunden werden sollte, wiederholt man, wenn man entwickelt was entwickelt werden sollte, wiederholt man, wenn man verwirklicht, was verwirklicht werden sollte, wiederholt man. So wiederholt man.

„Er entwickelt“, wie entwickelt er?

Wenn man [den Geist] hinwendet, entwickelt man, wenn man weiß, entwickelt man, wenn man sieht, entwickelt man, wenn man immer wieder betrachtet, entwickelt man, wenn man das Bewußtsein festlegt, entwickelt man, wenn man [den Geist] mit Vertrauen ausrichtet, entwickelt man, wenn man sich mit Energie bemüht, entwickelt man, wenn man Achtsamkeit festigt, entwickelt man, wenn man das Bewußtsein konzentriert, entwickelt man, wenn man mit Weisheit gründlich versteht, entwickelt man, wenn man mit direktem Wissen direkt versteht, entwickelt man, wenn man mit umfassendem Verstehen gründlich versteht, entwickelt man, wenn man überwindet was überwunden werden sollte, entwickelt man, wenn man entwickelt was entwickelt werden sollte, entwickelt man, wenn man verwirklicht, was verwirklicht werden sollte, entwickelt man. So entwickelt man.

„Er praktiziert häufig“, wie praktiziert er häufig?

Wenn man [den Geist] hinwendet, praktiziert man häufig, wenn man weiß, praktiziert man häufig, wenn man sieht, praktiziert man häufig, wenn man immer wieder betrachtet, praktiziert man häufig, wenn man das Bewußtsein festlegt, praktiziert man häufig, wenn man [den Geist] mit Vertrauen ausrichtet, praktiziert man häufig, wenn man sich mit Energie bemüht, praktiziert man häufig, wenn man Achtsamkeit festigt, praktiziert man häufig, wenn man das Bewußtsein konzentriert, praktiziert man häufig, wenn man mit Weisheit gründlich versteht, praktiziert man häufig, wenn man mit direktem Wissen direkt versteht, praktiziert man häufig, wenn man mit umfassendem Verstehen gründ-

3 Das bedeutet, daß alle Faktoren, die an der Meditation beteiligt sind, gleich stark sein sollten. Keiner sollte über einen anderen hinausgehen, weil dann ein Ungleichgewicht in der Meditation entsteht. So sollten alle fünf Fähigkeiten, alle fünf Kräfte, alle sieben Erwachensfaktoren, alle acht Pfadglieder usw. gleich stark entwickelt sein.

4 Alle fünf Fähigkeiten haben gemeinsam und gleichzeitig ein und dasselbe Objekt. Die fünf Fähigkeiten haben unterschiedliche Funktionen, aber haben alle dasselbe Objekt, erfahren also alle denselben ‚Geschmack‘.

5 Energie ist notwendig um Konzentration zu entwickeln, deshalb muß Energie aufgebracht oder angewandt werden und übernimmt dann die Führung. Ohne Energie folgt der Geist gewohnten Mustern und zerstreut sich in diversen Objekten und Gedanken.

lich versteht, praktiziert man häufig, wenn man überwindet was überwunden werden sollte, praktiziert man häufig, wenn man entwickelt was entwickelt werden sollte, praktiziert man häufig, wenn man verwirklicht, was verwirklicht werden sollte, praktiziert man häufig. So praktiziert man häufig.

„Bei diesem, der diesen Pfad wiederholt, entwickelt und häufig praktiziert, werden die Fesseln überwunden und die latenten Tendenzen (*anusayā*) werden entfernt.“ Wie werden die Fesseln überwunden und wie werden die latenten Tendenzen entfernt?

Mit dem Pfad des Stromeintritts werden diese drei Fesseln, nämlich Persönlichkeitsansicht<sup>6</sup>, Zweifel, Anhaftung an Regeln und Ritualen<sup>7</sup>, überwunden; es werden diese zwei latenten Tendenzen, nämlich falsche Sicht und Zweifel, entfernt.

Mit dem Pfad der Einmalwiederkehr werden diese zwei Fesseln, nämlich die grobe Fessel der Sinneslust und die grobe Fessel des Widerwillens, überwunden; es werden diese zwei latenten Tendenzen, nämlich die der groben Sinneslust und die des groben Widerwillens, entfernt.

Mit dem Pfad der Nichtwiederkehr werden diese zwei Fesseln, nämlich die Fessel begleitet von subtilster Sinneslust, die Fessel begleitet von subtilstem Widerwillen, überwunden; es werden diese zwei latenten Tendenzen, nämlich die der Sinneslust und die des Widerwillens, entfernt.

Mit dem Pfad der Arahatschaft werden diese fünf Fesseln, nämlich die der Lust an feinmateriellen Formen<sup>8</sup>, die der Lust an Nicht-Materiellem, die des Dünkels, die der Unruhe, die der Unwissenheit, überwunden; es werden diese drei latenten Tendenzen, nämlich die des Dünkels, die der Lust an Existenz und die der Unwissenheit, entfernt. So werden die Fesseln überwunden und die latenten Tendenzen entfernt.

3. Einspitzigkeit des Bewußtseins als Nicht-Zerstreutheit durch Nicht-Böswilligkeit ist Konzentration (*samādhi*) ...

Einspitzigkeit des Bewußtseins als Nicht-Zerstreutheit durch Wahrnehmung von Licht ist Konzentration (*samādhi*) ... [Wiederholung wie § 2 mit Nicht-Zerstreutheit, Analyse der Dinge, Einsicht, Begeisterung, 4 *jhānā*, 4 nicht-materielle Gebiete, 10 *Kasiṇa*, 10 Betrachtungen, 10 Leichenbetrachtungen, 32 Betrachtungen bezüglich des Ein- und Ausatems, vgl. 1. 32 § 80, 81]

Einspitzigkeit des Bewußtseins als Nicht-Zerstreutheit bei der Betrachtung des Loslassens bezüglich des Einatems, ist Konzentration (*samādhi*). Einspitzigkeit des Bewußtseins als Nicht-Zerstreutheit bei der Betrachtung des Loslassens bezüglich des Ausatems, ist Konzentration (*samādhi*). Wenn man die dort entstandenen Dinge durch das Mittel der Betrachtung als vergänglich [sieht], ist es Einsichtsmeditation (*vipassanā*). Wenn man sie durch das Mittel der Betrachtung als unbefriedigend [sieht], ist es Einsichtsmeditation (*vipassanā*). Wenn man sie durch das Mittel der Betrachtung als selbstlos [sieht], ist es Einsichtsmeditation (*vipassanā*). Dieses ist zuerst Konzentrationsmeditation und danach Einsichtsmeditation. Deshalb sagt man: „Man entwickelt Einsichtsmeditation (*vipassanā*) mit vorangehender Konzentrationsmeditation (*samatha*).“

„Man entwickelt“: Entwicklung mit vier Arten: Entwicklung der dort entstandenen Dingen im Sinn von nicht darüber hinausgehen, Entwicklung der Fähigkeiten im Sinn von einem Geschmack, Entwicklung von angewandter Energie im Sinn von Führung, Entwicklung im Sinn von Wiederholung.

„Der Pfad entsteht“: Wie entsteht der Pfad? Der Pfad entsteht als rechte Sicht mit der Bedeutung von Sehen. Der Pfad entsteht als rechtes Denken mit der Bedeutung von Ausrichten (des Geistes).

... Der Pfad entsteht als rechte Konzentration mit der Bedeutung von Nicht-Zerstreutheit. So entsteht der Pfad.

Er wiederholt, entwickelt und praktiziert häufig diesen Pfad. „Er wiederholt“, wie wiederholt er?

Wenn man [den Geist] hinwendet, wiederholt man, ... wenn man verwirklicht, was verwirklicht werden sollte, wiederholt man. So wiederholt man.

„Er entwickelt“, wie entwickelt er?

Wenn man [den Geist] hinwendet, entwickelt man, wenn man weiß, entwickelt man, ... wenn man verwirklicht, was verwirklicht werden sollte, entwickelt man. So entwickelt man.

„Er praktiziert häufig“, wie praktiziert er häufig?

Wenn man [den Geist] hinwendet, praktiziert man häufig, wenn man weiß, praktiziert man häufig.

6 *Sakkāyadiṭṭhi*: wörtl.: Sicht der Gruppe (*kāya*) [der fünf Daseinsgruppen] als eigen.

7 *Sīlabbataparāmāso*: wörtl.: Von Gewohnheiten beeinflusst und ihnen folgen.

8 Feinmaterielle Bereiche

fig, ... wenn man verwirklicht, was verwirklicht werden sollte, praktiziert man häufig. So praktiziert man häufig.

„Bei diesem, der diesen Pfad wiederholt, entwickelt und häufig praktiziert, werden die Fesseln überwunden und die latenten Tendenzen (*anusayā*) werden entfernt.“ Wie werden die Fesseln überwunden und wie werden die latenten Tendenzen entfernt?

Mit dem Pfad des Stromeintritts werden diese drei Fesseln, nämlich Persönlichkeitsansicht, Zweifel, Anhaftung an Regeln und Ritualen, überwunden; es werden diese zwei latenten Tendenzen, nämlich falsche Sicht und Zweifel, entfernt.

Mit dem Pfad der Einmalwiederkehr werden diese zwei Fesseln, nämlich die grobe Fessel der Sinneslust und die grobe Fessel des Widerwillens, überwunden; es werden diese zwei latenten Tendenzen, nämlich die der groben Sinneslust und die des groben Widerwillens, entfernt.

Mit dem Pfad der Nichtwiederkehr werden diese zwei Fesseln, nämlich die Fessel begleitet von subtilster Sinneslust, die Fessel begleitet von subtilstem Widerwillen, überwunden; es werden diese zwei latenten Tendenzen, nämlich die der Sinneslust und die des Widerwillens, entfernt.

Mit dem Pfad der Arahatschaft werden diese fünf Fesseln, nämlich die der der Lust an feinmateriellen Formen, die der Lust an Nicht-Materiellem, die des Dünkels, die der Unruhe, die der Verblendung, überwunden; es werden diese drei latenten Tendenzen, nämlich die des Dünkels, die der Lust an Existenz und die der Unwissenheit, entfernt. So werden die Fesseln überwunden und die latenten Tendenzen entfernt. So entwickelt man Einsichtsmeditation (*vipassanā*) mit vorangehender Konzentrationsmeditation (*samatha*).

#### 4. Wie entwickelt man Konzentrationsmeditation mit vorangehender Einsichtsmeditation?

Wenn man [die Dinge] durch das Mittel der Betrachtung als vergänglich [sieht], ist es Einsichtsmeditation (*vipassanā*). Wenn man [die Dinge] durch das Mittel der Betrachtung als unbefriedigend [sieht], ist es Einsichtsmeditation (*vipassanā*). Wenn man [die Dinge] durch das Mittel der Betrachtung als selbstlos [sieht], ist es Einsichtsmeditation (*vipassanā*). Bei den dort entstandenen Dingen gibt es vom Aufgeben des Objekts<sup>9</sup> Einspitzigkeit des Bewußtseins als Nicht-Zerstreuung. Das ist Konzentration. Dieses ist zuerst Einsichtsmeditation und danach Konzentrationsmeditation. Deshalb sagt man: „Man entwickelt Konzentration mit vorausgehender Einsichtsmeditation.“

„Man entwickelt“: Entwicklung mit vier Arten: ... Entwicklung im Sinn von Wiederholung. „Der Pfad entsteht“: Wie entsteht der Pfad? ... So entsteht der Pfad. ... So werden die Fesseln überwunden und die latenten Tendenzen entfernt.

Wenn man Materie durch das Mittel der Betrachtung (*anupassana*) als vergänglich sieht, ist es Einsichtsmeditation (*vipassanā*). Wenn man Materie durch das Mittel der Betrachtung als unbefriedigend sieht, ist es Einsichtsmeditation (*vipassanā*). Wenn man Materie durch das Mittel der Betrachtung als selbstlos sieht, ist es Einsichtsmeditation (*vipassanā*). Bei den dort entstandenen Dingen gibt es vom Aufgeben des Objekts Einspitzigkeit des Bewußtseins als Nicht-Zerstreuung. Das ist Konzentration. Dieses ist zuerst Einsichtsmeditation und danach Konzentrationsmeditation. Deshalb sagt man: „Man entwickelt Konzentration mit vorausgehender Einsichtsmeditation.“

„Man entwickelt“: Entwicklung mit vier Arten: ... Entwicklung im Sinn von Wiederholung. „Der Pfad entsteht“: Wie entsteht der Pfad? ... So entsteht der Pfad. ... So werden die Fesseln überwunden und die latenten Tendenzen entfernt.

Gefühl ...

Wahrnehmung ...

Gestaltungen ...

Bewußtsein ...

<sup>9</sup> „Aufgeben des Objekts“ ist *Nibbāna*. Durch die vorher erfolgte und beschriebene *Vipassanā*-Meditation, läßt der Geist die Objekte los und nimmt *Nibbāna* als Objekt. Dabei entsteht *samādhi* mit Einspitzigkeit des Bewußtseins und Nicht-Zerstreuung. Die *Samathameditation* bezieht sich hier ausschließlich auf die Pfad- und Früchterfahrungen nach erfolgreicher Einsichtsmeditation.

Auge ...

*ebenso alle o. g. 201 Objekte<sup>10</sup> bis*

Wenn man Alter und Tod durch das Mittel der Betrachtung (*anupassana*) als vergänglich sieht, ist es Einsichtsmeditation (*vipassanā*). Wenn man Alter und Tod durch das Mittel der Betrachtung als unbefriedigend sieht, ist es Einsichtsmeditation (*vipassanā*). Wenn man Alter und Tod durch das Mittel der Betrachtung als selbstlos sieht, ist es Einsichtsmeditation (*vipassanā*). Bei den dort entstandenen Dingen gibt es vom Aufgeben des Objekts Einspitzigkeit des Bewußtseins als Nicht-Zerstreuung. Das ist Konzentration. Dieses ist zuerst Einsichtsmeditation und danach Konzentrationsmeditation. Deshalb sagt man: ‚Man entwickelt Konzentration mit vorausgehender Einsichtsmeditation.‘

‚Man entwickelt‘: Entwicklung mit vier Arten: ... Entwicklung im Sinn von Wiederholung. ‚Der Pfad entsteht‘: Wie entsteht der Pfad? ... So entsteht der Pfad. ... So werden die Fesseln überwunden und die latenten Tendenzen entfernt. So entwickelt man Konzentration mit vorausgehender Einsichtsmeditation.

5. Wie entwickelt man Konzentrations- und Einsichtsmeditation [als Paar] zusammengebunden?

Man entwickelt Konzentrations- und Einsichtsmeditation [als Paar] zusammengebunden auf sechzehn Arten. Mit dem Mittel des Objekts, mit dem Mittel des Gebiets, mit dem Mittel der Überwindung, mit dem Mittel des Loslassens, mit dem Mittel des Aufstiegs, mit dem Mittel des Nicht-Fortsetzens, mit dem Mittel der Friedlichkeit, mit dem Mittel des Erhabenen, mit dem Mittel der Befreiung, mit dem Mittel des Freiseins von Einströmungen, mit dem Mittel des Überquerens, mit dem Mittel der Zeichenlosigkeit, mit dem Mittel der Wunschlosigkeit, mit dem Mittel der Leerheit, mit dem Mittel des einen Geschmacks, mit dem Mittel der Unübertrefflichkeit, mit dem Mittel des Zusammenbindens als Paar.

Wie entwickelt man mit dem Mittel des Objekts Konzentrations- und Einsichtsmeditation [als Paar] zusammengebunden?

Wenn man Unruhe überwunden hat, ist es Konzentration als Einspitzigkeit des Bewußtseins und Nicht-Zerstreuung mit dem Ende<sup>11</sup> (*nirodha*) als Objekt. Wenn man Unwissenheit überwunden hat, ist es mit dem Mittel der Betrachtung Einsichtsmeditation mit dem Ende als Objekt.<sup>12</sup>

Dieses ist Konzentrations- und Einsichtsmeditation mit dem Mittel des Objekts, mit einem Geschmack, [als Paar] zusammengebunden, sich nicht gegenseitig übertreffend. Deshalb sagt man: ‚Man entwickelt mit dem Mittel des Objekts Konzentrations- und Einsichtsmeditation [als Paar] zusammengebunden.‘

‚Man entwickelt‘: Entwicklung mit vier Arten: ... Entwicklung im Sinn von Wiederholung. ‚Der Pfad entsteht‘: Wie entsteht der Pfad? ... So entsteht der Pfad. ... So werden die Fesseln überwunden und die latenten Tendenzen entfernt. So entwickelt man mit dem Mittel des Objekts Konzentrations- und Einsichtsmeditation [als Paar] zusammengebunden.

Wie entwickelt man mit dem Mittel des Gebiets Konzentrations- und Einsichtsmeditation [als Paar] zusammengebunden?

Wenn man Unruhe überwunden hat, ist es Konzentration als Einspitzigkeit des Bewußtseins und Nicht-Zerstreuung mit dem Ende (*nirodha*) als Gebiet. Wenn man Unwissenheit überwunden hat, ist es mit dem Mittel der Betrachtung Einsichtsmeditation mit dem Ende als Gebiet.

<sup>10</sup> Vgl. 1.1. Darlegung über Wissen hervorgerufen durch Hören/Lernen - Sutamayañāṇaniddeso, §§ 4 - 10

<sup>11</sup> *Nibbāna* ist hier das Objekt.

<sup>12</sup> In diesen beiden Sätzen wird der Pfadmoment beschrieben, sowohl für *samatha*, als auch für *vipassanā*. Beide haben *nirodha*, das Ende der Gestaltungen als Objekt. Um mit *vipassanā* dort hinzukommen, muß jedoch vor der *vipassanā*-Meditation Konzentration entwickelt worden sein, denn ohne Konzentration kann der Geist die Dinge nicht so sehen, wie sie sind. Nur im Moment des Arahatspfads werden Unruhe und Unwissenheit endgültig überwunden. Bei den drei vorangehenden Pfaden werden sie nur temporär im Moment des Pfads überwunden.

Dieses ist Konzentrations- und Einsichtsmeditation mit dem Mittel des Gebiets, mit einem Geschmack, [als Paar] zusammengebunden, sich nicht gegenseitig übertreffend. Deshalb sagt man: ‚Man entwickelt mit dem Mittel des Gebiets Konzentrations- und Einsichtsmeditation [als Paar] zusammengebunden.‘

Wie entwickelt man mit dem Mittel der Überwindung Konzentrations- und Einsichtsmeditation [als Paar] zusammengebunden?

Wenn man Unruhe und die damit verbundenen Verunreinigungen (*kilesa*), als auch die Daseinsgruppen (*khandha*) überwunden hat, ist es Konzentration als Einspitzigkeit des Bewußtseins und Nicht-Zerstreutheit mit dem Ende (*nirodha*) als Gebiet. Wenn man Unwissenheit und die damit verbundenen Verunreinigungen (*kilesa*), als auch die Daseinsgruppen (*khandha*) überwunden hat, ist es mit dem Mittel der Betrachtung Einsichtsmeditation mit dem Ende als Gebiet.

Dieses ist Konzentrations- und Einsichtsmeditation mit dem Mittel der Überwindung, mit einem Geschmack, [als Paar] zusammengebunden, sich nicht gegenseitig übertreffend. Deshalb sagt man: ‚Man entwickelt mit dem Mittel der Überwindung Konzentrations- und Einsichtsmeditation [als Paar] zusammengebunden.‘

Wie entwickelt man mit dem Mittel des Loslassens Konzentrations- und Einsichtsmeditation [als Paar] zusammengebunden?

Wenn man Unruhe und die damit verbundenen Verunreinigungen (*kilesa*), als auch die Daseinsgruppen (*khandha*) losgelassen hat, ist es Konzentration als Einspitzigkeit des Bewußtseins und Nicht-Zerstreutheit mit dem Ende (*nirodha*) als Gebiet. Wenn man Unwissenheit und die damit verbundenen Verunreinigungen (*kilesa*), als auch die Daseinsgruppen (*khandha*) losgelassen hat, ist es mit dem Mittel der Betrachtung Einsichtsmeditation mit dem Ende als Gebiet.

Dieses ist Konzentrations- und Einsichtsmeditation mit dem Mittel des Loslassens, mit einem Geschmack, [als Paar] zusammengebunden, sich nicht gegenseitig übertreffend. Deshalb sagt man: ‚Man entwickelt mit dem Mittel des Loslassens Konzentrations- und Einsichtsmeditation [als Paar] zusammengebunden.‘

Wie entwickelt man mit dem Mittel des Aufstiegs Konzentrations- und Einsichtsmeditation [als Paar] zusammengebunden?

Wenn man von Unruhe und von den damit verbundenen Verunreinigungen (*kilesa*), als auch von den Daseinsgruppen (*khandha*) aufgestiegen ist, ist es Konzentration als Einspitzigkeit des Bewußtseins und Nicht-Zerstreutheit mit dem Ende (*nirodha*) als Gebiet. Wenn man von Unwissenheit und von den damit verbundenen Verunreinigungen (*kilesa*), als auch von den Daseinsgruppen (*khandha*) aufgestiegen ist, ist es mit dem Mittel der Betrachtung Einsichtsmeditation mit dem Ende als Gebiet.

Dieses ist Konzentrations- und Einsichtsmeditation mit dem Mittel des Aufstiegs, mit einem Geschmack, [als Paar] zusammengebunden, sich nicht gegenseitig übertreffend. Deshalb sagt man: ‚Man entwickelt mit dem Mittel des Aufstiegs Konzentrations- und Einsichtsmeditation [als Paar] zusammengebunden.‘

Wie entwickelt man mit dem Mittel des Nicht-Fortsetzens Konzentrations- und Einsichtsmeditation [als Paar] zusammengebunden?

Wenn man Unruhe und die damit verbundenen Verunreinigungen (*kilesa*), als auch die Daseinsgruppen (*khandha*) nicht fortsetzt, ist es Konzentration als Einspitzigkeit des Bewußtseins und Nicht-Zerstreutheit mit dem Ende (*nirodha*) als Gebiet. Wenn man Unwissenheit und die damit verbundenen Verunreinigungen (*kilesa*), als auch die Daseinsgruppen (*khandha*) nicht fortsetzt, ist es mit dem Mittel der Betrachtung Einsichtsmeditation mit dem Ende als Gebiet. Dieses ist Konzentrations- und Einsichtsmeditation mit dem Mittel des Nicht-Fortsetzens, mit einem Geschmack, [als Paar] zusammengebunden, sich nicht gegenseitig übertreffend. Deshalb sagt man: ‚Man entwickelt mit dem Mittel des Nicht-Fortsetzens Konzentrations- und Einsichtsmeditation [als Paar] zusammengebunden.‘

Wie entwickelt man mit dem Mittel der Friedlichkeit Konzentrations- und Einsichtsmeditation [als Paar] zusammengebunden?

Wenn man Unruhe überwunden hat, ist es friedliche Konzentration als Einspitzigkeit des Bewußtseins und Nicht-Zerstreutheit mit dem Ende (*nirodha*) als Gebiet. Wenn man Unwissenheit überwunden hat, ist es mit dem Mittel der Betrachtung friedliche Einsichtsmeditation mit dem Ende als Gebiet. Dieses ist Konzentrations- und Einsichtsmeditation mit dem Mittel der Friedlichkeit, mit ei-

nem Geschmack, [als Paar] zusammengebunden, sich nicht gegenseitig übertreffend. Deshalb sagt man: ‚Man entwickelt mit dem Mittel der Friedlichkeit Konzentrations- und Einsichtsmeditation [als Paar] zusammengebunden.‘

Wie entwickelt man mit dem Mittel des Erhabenen Konzentrations- und Einsichtsmeditation [als Paar] zusammengebunden?

Wenn man Unruhe überwunden hat, ist es erhabene Konzentration als Einspitzigkeit des Bewußtseins und Nicht-Zerstreuung mit dem Ende (*nirodha*) als Gebiet. Wenn man Unwissenheit überwunden hat, ist es mit dem Mittel der Betrachtung erhabene Einsichtsmeditation mit dem Ende als Gebiet. Dieses ist Konzentrations- und Einsichtsmeditation mit dem Mittel des Erhabenen, mit einem Geschmack, [als Paar] zusammengebunden, sich nicht gegenseitig übertreffend. Deshalb sagt man: ‚Man entwickelt mit dem Mittel des Erhabenen Konzentrations- und Einsichtsmeditation [als Paar] zusammengebunden.‘

Wie entwickelt man mit dem Mittel der Befreiung Konzentrations- und Einsichtsmeditation [als Paar] zusammengebunden?

Wenn man Unruhe überwunden hat, ist es Konzentration als Einspitzigkeit des Bewußtseins und Nicht-Zerstreuung, welche von der Einströmung der Sinneslust befreit ist, mit dem Ende (*nirodha*) als Gebiet. Wenn man Unwissenheit überwunden hat, ist es mit dem Mittel der Betrachtung Einsichtsmeditation, welche von der Einströmung der Unwissenheit befreit ist, mit dem Ende als Gebiet. Dieses ist Befreiung des Geistes als Leidenschaftslosigkeit gegenüber Lust und Weisheit mit Leidenschaftslosigkeit gegenüber Unwissenheit. Es ist Konzentrations- und Einsichtsmeditation mit dem Mittel der Befreiung, mit einem Geschmack, [als Paar] zusammengebunden, sich nicht gegenseitig übertreffend. Deshalb sagt man: ‚Man entwickelt mit dem Mittel der Befreiung Konzentrations- und Einsichtsmeditation [als Paar] zusammengebunden.‘

Wie entwickelt man mit dem Mittel des Freiseins von Einströmungen Konzentrations- und Einsichtsmeditation [als Paar] zusammengebunden?

Wenn man Unruhe überwunden hat, ist es Konzentration als Einspitzigkeit des Bewußtseins und Nicht-Zerstreuung, welche von der Einströmung der Sinnesgenüsse befreit ist, mit dem Ende (*nirodha*) als Gebiet. Wenn man Unwissenheit überwunden hat, ist es mit dem Mittel der Betrachtung Einsichtsmeditation, welche von der Einströmung der Unwissenheit befreit ist, mit dem Ende als Gebiet. Dieses ist Konzentrations- und Einsichtsmeditation mit dem Mittel des Freiseins von Einströmungen, mit einem Geschmack, [als Paar] zusammengebunden, sich nicht gegenseitig übertreffend. Deshalb sagt man: ‚Man entwickelt mit dem Mittel des Freiseins von Einströmungen Konzentrations- und Einsichtsmeditation [als Paar] zusammengebunden.‘

Wie entwickelt man mit dem Mittel des Überquerens Konzentrations- und Einsichtsmeditation [als Paar] zusammengebunden?

Wenn man Unruhe und die damit verbundenen Verunreinigungen (*kilesa*), als auch die Daseinsgruppen (*khandha*) überquert hat, ist es Konzentration als Einspitzigkeit des Bewußtseins und Nicht-Zerstreuung mit dem Ende (*nirodha*) als Gebiet. Wenn man Unwissenheit und die damit verbundenen Verunreinigungen (*kilesa*), als auch die Daseinsgruppen (*khandha*) überquert hat, ist es mit dem Mittel der Betrachtung Einsichtsmeditation mit dem Ende als Gebiet. Dieses ist Konzentrations- und Einsichtsmeditation mit dem Mittel des Überquerens, mit einem Geschmack, [als Paar] zusammengebunden, sich nicht gegenseitig übertreffend. Deshalb sagt man: ‚Man entwickelt mit dem Mittel des Überquerens Konzentrations- und Einsichtsmeditation [als Paar] zusammengebunden.‘

Wie entwickelt man mit dem Mittel der Zeichenlosigkeit Konzentrations- und Einsichtsmeditation [als Paar] zusammengebunden?

Wenn man Unruhe überwunden hat, ist es Konzentration als Einspitzigkeit des Bewußtseins und Nicht-Zerstreuung, welche frei ist von allen Zeichen, mit dem Ende (*nirodha*) als Gebiet. Wenn man Unwissenheit überwunden hat, ist es mit dem Mittel der Betrachtung Einsichtsmeditation, welche frei ist von allen Zeichen, mit dem Ende als Gebiet. Dieses ist Konzentrations- und Einsichtsmeditation mit dem Mittel der Zeichenlosigkeit, mit einem Geschmack, [als Paar] zusammengebunden, sich nicht gegenseitig übertreffend. Deshalb sagt man: ‚Man entwickelt mit dem Mittel der Zeichenlosigkeit Konzentrations- und Einsichtsmeditation [als Paar] zusammengebunden.‘

Wie entwickelt man mit dem Mittel der Wunschlosigkeit Konzentrations- und Einsichtsmeditation [als Paar] zusammengebunden?



Wenn man Unruhe überwunden hat, ist es Konzentration als Einspitzigkeit des Bewußtseins und Nicht-Zerstreutheit, welche frei ist von allen Wünschen, mit dem Ende (*nirodha*) als Gebiet. Wenn man Unwissenheit überwunden hat, ist es mit dem Mittel der Betrachtung Einsichtsmeditation, welche frei ist von allen Wünschen, mit dem Ende als Gebiet. Dieses ist Konzentrations- und Einsichtsmeditation mit dem Mittel der Wunschlosigkeit, mit einem Geschmack, [als Paar] zusammengebunden, sich nicht gegenseitig übertreffend. Deshalb sagt man: ‚Man entwickelt mit dem Mittel der Wunschlosigkeit Konzentrations- und Einsichtsmeditation [als Paar] zusammengebunden.‘  
Wie entwickelt man mit dem Mittel der Leerheit Konzentrations- und Einsichtsmeditation [als Paar] zusammengebunden?

Wenn man Unruhe überwunden hat, ist es Konzentration als Einspitzigkeit des Bewußtseins und Nicht-Zerstreutheit, welche leer ist von allem sich Hinneigen, mit dem Ende (*nirodha*) als Gebiet. Wenn man Unwissenheit überwunden hat, ist es mit dem Mittel der Betrachtung Einsichtsmeditation, welche frei ist von allem sich Hinneigen, mit dem Ende als Gebiet. Dieses ist Konzentrations- und Einsichtsmeditation mit dem Mittel der Leerheit, mit einem Geschmack, [als Paar] zusammengebunden, sich nicht gegenseitig übertreffend. Deshalb sagt man: ‚Man entwickelt mit dem Mittel der Leerheit Konzentrations- und Einsichtsmeditation [als Paar] zusammengebunden.‘

‚Man entwickelt‘: Entwicklung mit vier Arten: ... Entwicklung im Sinn von Wiederholung. ‚Der Pfad entsteht‘: Wie entsteht der Pfad? ... So entsteht der Pfad. ... So werden die Fesseln überwunden und die latenten Tendenzen entfernt. So entwickelt man mit dem Mittel der Leerheit Konzentrations- und Einsichtsmeditation [als Paar] zusammengebunden.

Auf diese sechzehn Arten entwickelt man Konzentrations- und Einsichtsmeditation [als Paar] zusammengebunden.

So entwickelt man Konzentrations- und Einsichtsmeditation [als Paar] zusammengebunden

Suttbeschreibung [zu Ende]

## 2. Beschreibung der Unruhe gegenüber den Dingen - Dhammuddhaccavāraniddeso

### 6. Wie nimmt der Geist die Dinge wegen Unruhe nicht auf?

Während man [die Dinge] als vergänglich betrachtet, erscheint Strahlung; ‚die Strahlung ist ein Ding.‘ Man neigt [den Geist] zur Strahlung, dadurch entsteht Zerstreutheit und Unruhe. Durch diese Unruhe ist der Geist nicht aufnahmefähig und versteht die Erscheinung nicht so wie sie ist, nämlich als vergänglich. Er versteht die Erscheinung nicht so wie sie ist, nämlich als unbefriedigend. Er versteht die Erscheinung nicht so wie sie ist, nämlich als selbstlos. Deshalb sagt man: „Der Geist nimmt die Dinge wegen Unruhe zu der Zeit nicht auf. Das Bewußtsein stabilisiert sich innerlich dann doch, es setzt sich, wird einsgerichtet und konzentriert. Bei diesem entsteht der Pfad. Wie entsteht der Pfad? ... So entsteht der Pfad. ... So werden die Fesseln überwunden und die latenten Tendenzen entfernt.

Während man [die Dinge] als vergänglich betrachtet, steigt Einsicht auf, Freude steigt auf, Stille steigt auf, Glück steigt auf, Entschlossenheit steigt auf, Bemühen steigt auf, Festigung steigt auf, Gleichmut steigt auf, Wunsch steigt auf. ‚Wunsch ist ein Ding‘, er neigt sich zum Wunsch. Dadurch entsteht Zerstreutheit und Unruhe. Durch diese Unruhe ist der Geist nicht aufnahmefähig und versteht die Erscheinung nicht so wie sie ist, nämlich als vergänglich. Er versteht die Erscheinung nicht so wie sie ist, nämlich als unbefriedigend. Er versteht die Erscheinung nicht so wie sie ist, nämlich als selbstlos. Deshalb sagt man: „Der Geist nimmt die Dinge wegen Unruhe zu der Zeit nicht auf. Das Bewußtsein stabilisiert sich innerlich dann doch, es setzt sich, wird einsgerichtet und konzentriert. Bei diesem entsteht der Pfad. Wie entsteht der Pfad? ... So entsteht der Pfad. ... So werden die Fesseln überwunden und die latenten Tendenzen entfernt.

Während man [die Dinge] als unbefriedigend betrachtet, ...

Während man [die Dinge] als selbstlos betrachtet, erscheint Strahlung; ...

steigt Einsicht auf, Freude steigt auf, Stille steigt auf, Glück steigt auf, Entschlossenheit steigt auf, Bemühen steigt auf, Festigung steigt auf, Gleichmut steigt auf, Wunsch steigt auf. ‚Wunsch ist ein Ding‘, er neigt sich zum Wunsch. Dadurch entsteht Zerstreutheit und Unruhe. Durch diese Unruhe ist der Geist nicht aufnahmefähig und versteht die Erscheinung nicht so wie sie ist, nämlich als selbstlos. Er versteht die Erscheinung nicht so wie sie ist, nämlich als vergänglich. Er versteht die Erscheinung nicht so wie sie ist, nämlich als unbefriedigend. Deshalb sagt man: „Der Geist nimmt die Dinge wegen Unruhe zu der Zeit nicht auf. ... So werden die Fesseln überwunden und die latenten Tendenzen entfernt.

Während man Materie als vergänglich betrachtet, ...

Während man Materie als unbefriedigend betrachtet, ...

Während man Materie als selbstlos betrachtet, ...

*ebenso* Gefühl ...

Wahrnehmung ...

Gestaltungen ...

Bewußtsein ...

Auge ...

*ebenso alle o. g. 201 Objekte<sup>13</sup> bis*

Während man Alter und Tod als vergänglich betrachtet, ...

Während man Alter und Tod als unbefriedigend betrachtet, ...

Während man Alter und Tod als selbstlos betrachtet, erscheint Strahlung ...

steigt Einsicht auf, Freude steigt auf, Stille steigt auf, Glück steigt auf, Entschlossenheit steigt auf, Bemühen steigt auf, Festigung steigt auf, Gleichmut steigt auf, Wunsch steigt auf. ‚Wunsch ist ein Ding‘, er neigt sich zum Wunsch. Dadurch entsteht Zerstreutheit und Unruhe. Durch diese Unruhe ist der Geist nicht aufnahmefähig und versteht die Erscheinung Alter und Tod nicht so wie sie ist, nämlich als selbstlos. Er versteht die Erscheinung Alter und Tod nicht so wie sie ist, nämlich als vergänglich. Er versteht die Erscheinung Alter und Tod nicht so wie sie ist, nämlich als unbefriedi-

13 Vgl. 1.1. Darlegung über Wissen hervorgerufen durch Hören/Lernen - Sutamayañāṇaniddeso, §§ 4 - 10

gend. Deshalb sagt man: „Der Geist nimmt die Dinge wegen Unruhe zu der Zeit nicht auf. Das Bewußtsein stabilisiert sich innerlich dann doch, es setzt sich, wird einsgerichtet und konzentriert. Bei diesem entsteht der Pfad. Wie entsteht der Pfad? ... So entsteht der Pfad. ... So werden die Fesseln überwunden und die latenten Tendenzen entfernt. ... So werden die Fesseln überwunden und die latenten Tendenzen entfernt.

So nimmt der Geist die Dinge wegen Unruhe nicht auf.

7. Wenn es Strahlung und Einsicht gibt,  
 und auch Freude, wird man erschüttert,  
 und auch wenn es Stille und Glück gibt,  
 von diesen wird das Bewußtsein aufgeregt.  
 Wenn es Entschlossenheit und Bemühen gibt,  
 sowie Festigung, man schaudert;  
 wenn es Hinneigen mit Gleichmut gibt,  
 Gleichmut und Wunsch,  
 wenn diese zehn Grundlagen von diesem mit Weisheit untersucht werden;  
 wenn man geschickt mit der Unruhe bei den Dingen ist,  
 geht man nicht zur Verwirrung.  
 Zerstreut und auch verunreinigt,  
 die Entwicklung des Bewußtseins fällt ab,  
 zerstreut aber nicht verunreinigt, die Entwicklung verfällt;  
 zerstreut aber nicht verunreinigt, die Entwicklung verfällt nicht;  
 nicht zerstreut und das Bewußtsein nicht verunreinigt,  
 die Entwicklung des Bewußtseins verfällt nicht.  
 Mit diesen vier Arten des Bewußtseins kann man zehn Grundlagen  
 bezüglich Ergriffensein von Zerstreutheit in Kürze klar verstehen.

Kapitel über Zusammenbinden (von *samatha* und *vipassanā*) - Yuganaddhakathā zu Ende

## Zusammenfassung der Übersetzerin:

In diesem Kapitel wird der Zusammenhang zwischen Konzentrationsmeditation und Einsichtsmeditation in Hinsicht auf das Erreichen der vier Pfade erklärt. Grundlage für die Ausführungen bildet ein Sutta aus dem AN, in dem Ānanda einen Lehrvortrag des Buddha erklärt. In diesem Lehrvortrag werden vier Arten des Zusammenspiels von *samatha* und *vipassanā* aufgezählt. In diesem Kapitel des Paṭisambhidāmagga finden wir nähere Erklärungen dazu.

Bei der **ersten Art** entwickelt man zuerst Konzentration und dann Einsicht.

Konzentration (*samādhi*) wird zuerst allgemein als das Überwinden der Hindernisse beschrieben, als auch als vier *jhānā*, vier nicht-materielle Gebiete, zehn *Kasiṇa*, womit vier *jhānā* möglich sind, zehn Betrachtungen, womit sowohl angrenzende Sammlung als auch Jhānākonzentration möglich ist, zehn Leichenbetrachtungen, womit das erste *jhānā* möglich ist, 32 Betrachtungen bezüglich des Ein- und Ausatems, womit vier *jhānā* möglich sind (vgl. 1. 32 § 80, 81). So kann Konzentration sowohl mit angrenzender Sammlung, mit den vier feinmateriellen *jhāna*, als auch mit den nicht-materiellen Gebieten entwickelt werden. Dann wird mit allen Faktoren, die jedes einzelne der *Samatha*-Objekte ausmachen, *vipassanā* praktiziert. *Vipassanā* wird beschrieben als das Sehen der Dinge als vergänglich, unbefriedigend und selbstlos.

Es heißt dann, daß damit der Pfad (*magga*) entwickelt wird. Das Wort Pfad (*magga*) kann unterschiedliche Bedeutungen haben, wie der Pfad des Stromeintritts und der drei weiteren Erwachensstufen, der edle achtfache Pfad oder der *Vipassanā*-Pfad als die einzelnen Einsichtsstufen. Hier ist, wie aus der Erklärung hervorgeht der edle achtfache Pfad gemeint. Wenn dieser durch Wiederholung gut entwickelt ist, kommt es zum Erwachenspfad als Stromeintritt, Einmalwiederkehr, Nichtwiederkehr oder Arahatschaft.

Dann wird beschrieben, welche Fesseln und latenten Tendenzen bei den einzelnen Erwachensstufen endgültig überwunden werden.

Bei der **zweiten Art** der Praxis wird zuerst *Vipassanā*-Meditation praktiziert, indem man die Dinge als vergänglich, unbefriedigend und selbstlos sieht, und durch diese Betrachtungen entsteht Konzentration. Die *Samatha*-Meditation erreicht ihren Höhepunkt im Moment des Erwachensmoments, wie es in der Beschreibung heißt, denn dann entsteht Einspitzigkeit des Bewußtseins und Nicht-Zerstreuung. Hier ist jedoch anzumerken, daß der Zugang zu *vipassanā*, dem Sehen der Dinge als vergänglich, unbefriedigend und selbstlos, nicht ohne *samatha* praktiziert werden kann. Es muß also irgendeine Art der Konzentrationsmeditation vorausgehen, die zu *vipassanā* führt, die in diesem Fall scheinbar angrenzende Sammlung (*upacāra samādhi*) zu sein scheint, denn der Höhepunkt der Konzentration, das Überwinden der Hindernisse und das Erreichen von Einspitzigkeit des Bewußtseins und Nicht-Zerstreuung, wird erst im Erwachenspfad-Moment erreicht. Um die Vergänglichkeit, das Unbefriedigende, die Selbstlosigkeit der Dinge zu sehen, muß der Geist vorher durch Konzentration von den Hindernissen gereinigt werden. Diese Konzentration kann auch durch wechselnde Objekte und momentane Konzentration gemäß der heute sehr verbreiteten Sati-*paṭṭhāna*-Methode erreicht werden.

Der direkte Zugang zu *vipassanā* kann auch bei kontinuierlicher Praxis bei einem der höheren Pfade nach dem Stromeintritt vorhanden sein. Wenn man vor dem Stromeintritt mit *samatha* systematisch Konzentration entwickelt hat, ist die ausdrückliche Entwicklung von Konzentration bei ununterbrochener Praxis nach dem Stromeintritt für die höheren Pfade nicht notwendig, da das vorher erreichte Konzentrationsniveau und die damit verbundene Reinigung durch reine *Vipassanā*-Meditation aufrechterhalten werden kann.

Das Aufgeben des Objekts, heißt, daß der Geist nicht mehr die vorher untersuchten fünf Daseinsgruppen (*khandha*) zum Objekt nimmt, sondern diese aufgibt und damit *Nibbāna*, das Ende von Körper und Geist zum Objekt nimmt. Die Pfad- und Fruchtmomente sind Absorptionen in das Objekt *Nibbāna*. Diese volle Konzentration (*appana samādhi*) folgt auf erfolgreiche *Vipassanā*-Meditation, deshalb wird hier von dem Ablauf zuerst *vipassanā* und dann *samatha* gesprochen.

Im Unterschied zu der ersten Art wird die *Vipassanā*-Meditation bei dieser zweiten Art sehr viel ausführlicher angeleitet, nämlich mit allen 201 Objekten, wie sie in 1.1. §4 – 10 aufgelistet werden. Für die Praxis mit vorausgehender *Samatha*-Meditation wird nur mit den darin enthaltenen Fakto-

ren *vipassanā* praktiziert, denn es heißt: „*Wenn man die dort (tattha) entstandenen Dinge ...*“

Bei der **dritten Art**, wobei Konzentrations- und Einsichtsmeditation [als Paar] zusammengebunden entwickelt werden, wird diese paarweise Praxis nur als gleichzeitig beschrieben. Es wird hier nur der Pfadmoment unter verschiedenen Aspekten beschrieben. Im Pfadmoment, der nur einen Moment andauert, erreichen *samatha* und *vipassanā* gleichzeitig ihren Höhepunkt. Diese Abfolge kann geschehen, wenn die Praxis nach dem Erreichen eines Pfades nicht aufgegeben wird und die höheren Pfade in sehr schneller Abfolge entstehen.

Beim Entwickeln der systematischen *Vipassanā*-Meditation bedeutet das paarweise Praktizieren, daß man zuerst ein *jhāna* praktiziert und dann mit den daran beteiligten Faktoren in Körper und Geist *vipassanā* praktiziert und so von einer Erreichung zur nächsten fortschreitet. Diese Art der Praxis wird in diesem Abschnitt jedoch nicht erläutert. Dieser Wechsel von *jhāna* zu *vipassanā* nach jeder Erreichung ist Voraussetzung, um die höchste Erreichung, die im Pāḷikanon erwähnt wird, das Ende von Wahrnehmung und Gefühl, zu erreichen. Es ist also eine grundlegende Technik, so systematisch *samatha* und *vipassanā* zu praktizieren und wenn man höhere Pfade und die Früchte des *dhmma* erreichen möchte, ist diese Methode unumgänglich.

Bei der **vierten Art** wird nur auf die subtilen geistigen Verunreinigungen während der *Vipassanā*-Meditation eingegangen. Dabei handelt es sich um angenehme Geistesfaktoren, die während der *Vipassanā*-Meditation auftreten, wenn das *Vipassanā*-Wissen noch nicht reif ist, sondern am Beginn noch zart ist. Es sind insofern Verunreinigungen, weil der Geist an ihnen aufgrund ihrer angenehmen Natur anhaftet und nicht fortfährt mit der Betrachtung der drei universellen Merkmale. Wenn diese Verunreinigungen überwunden werden, kann der achtfache Pfad entwickelt werden, die vier Pfade können erreicht werden und die Fesseln und latenten Tendenzen können sukzessive endgültig abgeschnitten werden. Es wird hier also speziell beschrieben, wie die bereits erlangte Konzentration und das bereits erlangte *Vipassanā*-Wissen fortgesetzt werden können. Die hier aufgelisteten sogenannten *Vipassanā*-Verunreinigungen treten eigentlich nur beim ersten Pfad des Stromeintritts auf.

Zusammenfassend ist zu sagen, daß *Vipassanā*-Meditation ohne vorbereitende Konzentration, sei es volle Konzentration mit *Jhāna*-Erreichungen oder angrenzende Sammlung oder das Entwickeln von Konzentration mit der *Satipaṭṭhāna*-Methode, nicht möglich ist. Die Reinigung des Geistes und damit auch Beruhigung des Geistes ist notwendige Voraussetzung um die drei universellen Merkmale Vergänglichkeit, Unbefriedigendes, Selbstlosigkeit überhaupt sehen zu können.