

Kapitel 6: Das Kapitel über die Weisen [Paṇḍita-Vagga]

Vers 83	Pali
<p>Der aufrichtige Weise übt allumfassende Entsagung und gibt Sinnesbegierde und sinnloses Geschwätz auf. Berührt von Freud oder Leid entstehen in ihm weder Euphorie noch Depression.</p>	<p>Sabbattha ve sappurisā cajanti, Na kāmakāmā lapayanti santo; Sukhena phuṭṭhā atha vā dukhena, Na uccāvacaṃ paṇḍitā dassayanti.</p>

Die Begriffe von Vers 83

sabbattha = überall; in jeder Hinsicht; durchweg; allseits; hier übersetzt als allumfassend

ve = fürwahr; wahrlich; durchaus; wirklich

sappurisā = eine aufrichte, integre, gute Person

sat = wahr; aufrichtig; gut; real; integer

purisa = Person

cajanti = aufgeben; hinter sich lassen; los lassen

na = nicht

kāmakāmā = in dieser Form speziell: genussfreudig; genussliebend; Anhaftung an sowie großen Gefallen finden an angenehmen Sinnesfreuden

Kāma als Buddhistischer Fachbegriff hat grob zwei Bedeutungsebenen:

1. Das Begehren / Verlangen nach angenehmen Sinneseindrücken

[„Subjektive“ Sinnlichkeit]

Sinnliches Verlangen ist eines der Haupthindernisse auf dem Weg zur Befreiung von Leidenskreisläufen und taucht an unterschiedlichen Stellen in den Lehren des Buddhas auf. Wir finden den Aspekt u.a. als Teil von den

- den **5 Hindernissen** [nīvaraṇa] >> **kāma-cchanda** = Sinnesverlangen
- den **10 Fesseln** [saṃyojana] >> **kāma-rāga** = Sinnesbegierde
- den **3 Geistesgiften** [akusala-mūla] >> **kāma-taṇhā** = Sinnesdurst
- den **4 Geistestrübungen** / -fesseln [āsava] >> **kāmāsava** = Begehren nach angenehmen Sinneseindrücken
- den **4 Anhaftungen** [upādāna] >> **kamupadana** = Anhaftung an angenehme Sinneseindrücke

2. Die 5 Sinnesobjekte - die Grundlage sinnlichen Begehrens

[„Objektive“ Sinnlichkeit]

Hiermit sind die 5 angenehmen Sinnesobjekte gemeint, nach denen man Verlangen, Durst und Begehren hat und an die man anhaften kann:

- | | | | | |
|---|---|-----------|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> - Für das Auge wahrnehmbare - Für das Ohr wahrnehmbare - Für die Nase wahrnehmbare - Für die Zunge wahrnehmbarer - Für den Körper wahrnehmbare | } | angenehme | { | <ul style="list-style-type: none"> Formen und Farben Geräusche Düfte Geschmack Körperempfindungen |
|---|---|-----------|---|---|

lapayanti = reden; schwätzen; plaudern; vor sich hin plappern

santo = wahr; wahrlich; gut; wahrhaftig; hier auch: existieren; sein

sukhena = ruhiges inneres Glück; innere Zufriedenheit; stilles Wohlsein

phuṭṭhā = berührt sein durch etw.; beeinflusst sein durch etw.; tangiert sein durch etw.

atha = und auch; und dann

vā = oder

dukhena = **von dukkha** = Leiden; Leiderfahrungen; Unzufriedenheit; Stress; etc.

als buddhistischer Fachbegriff bezieht sich der Begriff dukkha allgemein auf alle kleinen und großen Leiderfahrungen aller bedingten Existenzen: ein grundlegende Gefühl der Unzufriedenheit / Unzulänglichkeit / Unvollkommenheit jeder bedingten Erfahrung; ein nagendes Gefühl des Mangels; das Gefühl des Ungleichgewichts / der Diskrepanz zwischen Erwartung und Realität.

uccāvacaṃ = hoch & tief; hoch erfreut & niedergeschlagen; euphorisch & depressiv

ucca = hoch; auch: nobel

avaca = tief [diese Bedeutung nur als Teil der Kombination uccāvaca]

pañḍitā = eine gelehrte Person; eine weise Person

dassayanti = zeigen; hier: bewirken

Bemerkungen zu Vers 83

In unserer heutigen Geschichte geht es wieder einmal um die Praxis von Entsagung. Entsagung ist ein wichtiger Aspekt im Buddhismus und ein wichtiger Bestandteil auf dem Weg zur Befreiung - sowohl für Mönche und Nonnen, als auch für buddhistische Laien.

Äußere Entsagung

Wenn man fragt, was denn das Objekt der Entsagung ist - also worauf man denn in der Übung von Entsagung verzichten soll - so denkt man oft in erster Linie an äußere Formen der Entsagung und des Verzichts:

Bei buddhistischen Ordinierte ist relativ bekannt, dass sie freiwillig auf vielerlei Dinge verzichten, die in der Welt zwar als sehr erstrebenswert verstanden werden, die aber auf dem spirituellen Weg zur Befreiung von Leid eher Hindernisse darstellen. Das sind beispielsweise Aspekte wie übermäßiger Besitz und Reichtum, Sexualität und Partnerschaft, Entertainment und Zerstreung etc. Auf diese Aspekte verzichten Ordinierte freiwillig, weil es enorm viel Zeit, Energie und Nerven kosten kann, diese Dinge zu erlangen, zu erhalten, zu verteidigen etc. Die dadurch frei werdende Zeit und Energie investieren die Ordinierten stattdessen in das Studium, die Kontemplation und die Praxis des Dharma - die Lehre des Buddhas vom Weg zur Befreiung von Leiden.

Ebenfalls hat man vielleicht gehört, dass in vielen buddhistischen Traditionen die Ordinierten nur eine oder zwei Mahlzeiten am Tag einnehmen und auf das Abendessen verzichten. Auch hat man vielleicht bereits gelesen, dass buddhistische Ordinierte sehr einfach leben und oft nur sehr wenig Kleidung - ihre Roben - besitzen.

Und vielleicht hat man auch schon Erzählungen von besonders asketischen Ordinierten oder Yogis gehört, die sich freiwillig dazu entschieden, ihr Leben ausschließlich unter freiem Himmel zu verbringen - den harschen Lebensbedingungen der wilden Natur ausgesetzt und am Fuße von großen Bäumen, unter Felsabhängen oder in leerstehenden Höhlen lebend.

Das sind oft die üblichen Dinge, an die man denkt, wenn man den Begriff „Entsagung“ hört: Verschiedene Übungen des Verzichts, die allesamt mal mehr mal weniger asketische Elemente mit einschließen und sich oft auf äußere, materielle Dinge beziehen.

Innere Entsagung

Doch Übungen des äußeren Verzichts sind nur Hilfsmittel, um im Inneren mit den Geistesfaktoren von Verlangen und Anhaftung in Kontakt zu gehen und sich mit ihnen offen und ehrlich auseinanderzusetzen. Worauf es im Buddhismus im Bezug auf Entsagung in erster Linie ankommt, ist „Innere Entsagung“.

Der Faktor „Entsagung“ bedeutet im Buddhismus hier vor allem, sich immer weiter darin zu üben, unheilsame Absichten und Gewohnheitsmuster im eigenen Geist zu erkennen und aufzugeben - motiviert durch Mitgefühl sich selbst und allen Wesen gegenüber und durchdrungen von Verständnis und Weisheit.

Mitgefühl und Weisheit sind hier ganz besonders wichtig. Denn wenn man Entsagung auf einer rein äußerlichen Ebene übt - ohne Mitgefühl, ohne Weisheit - dann kann es geschehen, dass sowohl Ordinierte als auch Laien-Praktizierende sich zwar um äußerliche Aspekte von Entsagung bemühen, gleichzeitig jedoch die innerliche Konfrontation mit ihren unheilsamen Geistesfaktoren stark vernachlässigen.

Man mag sich zB. anstrengen, sehr wenig zu essen, einen besonders minimalistischen Lebensstil zu pflegen, im Zölibat zu leben und sich vielleicht auch vielerlei weltliche Genüsse oder Freuden zu verweigern. Gleichzeitig aber kann der eigene Geist immer noch von vielen unheilsamen Faktoren eingenommen sein:

Man kann zB. ein hohes Maß an destruktivem Stolz besitzen - bspw. im Bezug auf die eigene äußerliche Frömmigkeit. Oder aber man trägt viel Hass und Arroganz in sich - indem man ständig diejenigen Menschen im eigenen Umfeld kritisiert und verachtet, die sich weniger asketisch verhalten als man selbst. Und selbst wenn man sein ganzes Leben im Zölibat lebt, kann es sein, dass der eigene Geist immer noch stark von sexueller oder allgemein sinnlicher Lust / Verlangen eingenommen ist. Und es mag sogar manchmal der Fall sein, dass asketischer Verzicht nicht aus Weisheit heraus gelebt wird, sondern dass hier auf unbewusster Ebene subtile Formen von Selbsthass oder Selbstverachtung ihren Ausdruck finden - aber intellektuell als spirituelle Praxis angesehen / ausgegeben werden.

Deshalb sind Mitgefühl und Weisheit so besonders wichtig - nicht nur ganz allgemein auf dem buddhistischen Weg der Befreiung, sondern vor allem im Bezug auf Entsagung!

Die Rolle von Mitgefühl

Die Absicht hinter dem Verzicht auf bestimmte geistige, sprachliche und körperliche Handlungen, sollte von tiefem [Selbst-]Mitgefühl durchdrungen sein. Mitgefühl im Bezug auf sich selbst und Mitgefühl im Bezug auf andere. Man selbst möchte frei sein von Leid und Glück erfahren. Und auch alle anderen Lebewesen wollen frei sein von Leid und Glück erfahren.

Aus diesem Mitgefühl heraus möchte man sich bemühen, diejenigen Handlungen aufzugeben [zu entsagen; loszulassen; zu verzichten], die zu mehr Leid führen bzw. Wohlbefinden und Glück verhindern.

Die Rolle von Weisheit

Und an diesem Punkt kommt der Faktor Weisheit mit ins Spiel: Weisheit kann hier auch als Verständnis bezeichnet werden. Tiefes Verständnis ist nötig, um auf weise, kluge und geschickte Art und Weise den Aspekt von Entsagung anzugehen. Um weise zu erkennen, welche Handlungen, Denkweisen, Gewohnheiten etc. für Befreiung und Glück förderlich und welche eher hinderlich sind, braucht es ein tiefes Verständnis von sich selbst, vom eigenen Geist, von den eigenen Gewohnheiten und natürlich auch von den Kernlehren des Buddhas - die 4 Edlen Wahrheiten; der Edle Achtfache Pfad; das Prinzip von Ursache und Wirkung; das Bedingte Entstehen; das Prinzip von Karma und seinen Resultaten etc.

Sind Mitgefühl und Weisheit abwesend, kann es in punkto Entsagung geschehen, dass man sich nur rein äußerlich darum bemüht, ein bestimmtes Konzept oder Bild eines frommen Buddhisten zu erfüllen. Ohne Mitgefühl und Weisheit kann es aber, wie gerade beschrieben, dennoch geschehen, dass Gier, Hass und Verblendung im eigenen Geist ungeachtet weiter ihr Unwesen treiben und uns immer wieder aufs neue an den Leidenskreislauf der Wiedergeburten ketten.

Im Text „Die 37 Übungen der Bodhisattvas“ des tibetischen Heiligen und Gelehrten Gyaltsé Tokmé Zangpo [1297–1371] heißt es im Bezug auf diese Aspekte daher deutlich:

„ Solange ihr euch die eigene Verwirrung nicht vor Augen führt,
 lauft ihr Gefahr, den Dharma nur äußerlich zu praktizieren.
 Daher beleuchtet stets die eigenen Fehler und gebt sie auf.
 So üben Bodhisattvas sich.

Gyaltsé Tokmé Zangpo
 Die 37 Übung der Bodhisattvas
 Vers / Übung 31

Der eigentliche Zweck des Dharma ist also immer die *innere* Arbeit - die durch Mitgefühl und Weisheit angetriebene Konfrontation und Auflösung aller inneren destruktiven Geistesfaktoren. Solange wir uns immer wieder vergegenwärtigen, was der eigentliche Zweck des Dharmas ist, solange kann man die vielen Methoden, Werkzeuge und Übungsansätze, die der Buddha gelehrt hat mithilfe Mitgefühl und Weisheit wirksam anwenden.

Fun Fact: Herkunft des Begriffes „Askese“

Zu diesem Punkt kann hier ein interessanter Fun Fact vorgestellt werden: Der Begriff „Askese“, den wir heutzutage vor allem mit anstrengenden und herausfordernden körperlichen Übungen des Verzichtes verbinden, hat ursprünglich eine viel einfachere Bedeutung:

Das Wort „Askese“ stammt vom altgriechischen Begriff „áskēsis“ und bedeutete eigentlich in erster Linie ganz schlicht und einfach „Übung“ oder „Training“. In seiner ursprünglichen Bedeutung hatte dieser Begriff nichts mit Selbstaufgabe oder harschem Verzicht zu tun. Stattdessen beschrieb man mit dem Begriff „áskēsis“ bspw. einfach nur das körperliche Training von Athleten.

Ich finde, es tut gut, den Begriff „Askese“ mit „Übung“ und „Training“ zu verbinden: Das erinnert uns daran, dass der Dharma, der edle Achtfache Pfad und natürlich auch der Bodhisattva-Weg im Mahayana- oder Vajrayana-Buddhismus allesamt innere, geistige *Übungswege* sind. Der Dharma will innerlich geübt und angewendet werden. Alle äußerlichen Aspekte sind nur Hilfsmittel und Stützräder, um letztlich den Geist zu trainieren.

Wenn man dieses Verständnis von Entsagung und Askese im Hinterkopf hat - dass es letztlich immer um die Schulung des Geistes und die Auflösung der Geistesgifte geht - dann lesen sich Texte, in denen der Buddha von Entsagung spricht, viel klarer. Es fällt einem leichter zu verstehen, wie die ein oder andere äußerliche Form der Askese ein Hilfsmittel ist, um innere Askese - also inneres Training, geistige Schulung - zu ermöglichen.

Von den heute kurz vorgestellten beiden Arten der Entsagung - äußere und innere Entsagung - ist also die innere Entsagung die wichtigere: Denn worauf die Lehre des Buddhas letztlich abzielt, ist die Befreiung vom großen Leidenskreislauf der Wiedergeburten - Saṃsāra. Und was diesen Leidenskreislauf aufrechterhält, sind geistige Faktoren, allen voran Gier / Anhaftung, Hass / Abneigung und Verblendung / Unwissenheit.

Wenn wir also im Buddhismus von Entsagung sprechen in damit in erster Linie gemeint: das Aufgeben [cajanti] und das sich Befreien von allen unheilsamen Gewohnheiten und Handlungen von Körper, Sprache und Geist, die uns selbst und / oder anderen Lebewesen Leid und Schwierigkeiten bereiten und die uns weiter an den großen Leidenskreislauf der Wiedergeburten - Saṃsāra - binden.

Weitere Infos zum Thema Anhaftung; Begehren; Sinnesdurst; Geistesstrübungen etc. findet man u.a. in den folgenden bereits hochgeladenen Kurs-Videos:

- Zu den Gefahren von angenehmen Sinneseindrücken: [Dhammapada - Teil 22](#) + [Teil 48](#)
 - Zum Zügeln der Sinne: [Dhammapada - Teil 6](#)
 - Zu den 4 Geistesstrübungen / -fesseln: [Dhammapada - Teil 16](#)
 - Zu Verlangen bzgl. des Bedingten Entstehens: [Grundlagen des Buddhismus - Teil 13](#)
-

Die Hintergrundgeschichte zu Vers 83

Vers 83 sprach der Buddha während eines Aufenthaltes im Kloster Jetavana nahe der Stadt Sāvattthī mit Bezug auf eine große Gruppe von Mönchen. Die Geschichte beginnt jedoch in der Stadt Verañjā. In dieser Stadt lebte ein Brahmane, dessen Name ebenfalls Verañjā war.

Der Brahmane Verañjā hatte den Buddha sowie eine große Gruppe von Mönchen [laut den Überlieferungen sollen es 500 Mönche gewesen sein] eingeladen, die dreimonatige Regenzeit, während der die Ordinierten an einem festen Platz zu leben pflegten, in seinem Heimatdorf zu verbringen.

Verañjā hatte dem Buddha und der großen Gruppe von Mönchen versprochen, während der Regenzeit sich um alle Belange zu kümmern und stets für ausreichend Essen und Trinken zu sorgen. Der Buddha stimmte der Einladung zu und wanderte so gemeinsam mit den Mönchen in die Stadt Verañjā.

Für gewöhnlich lebten die Ordinierten während der dreimonatigen Regenzeit an einem festen Ort - beispielsweise in einem bestimmten Kloster - wo für die Dauer ihres Aufenthaltes für alle wichtigen Grundbedürfnisse gesorgt war.

Manchmal übernahmen in diesen 3 Monaten einzelne besonders wohlhabende gebefreudige Laien-Schüler:innen des Buddhas die Versorgung des körperlichen und gesundheitlichen Wohls der Ordinierten. Manchmal kümmerten sich auch Gruppen von Laien-Praktizierenden oder eine gesamte Dorfgemeinschaft gemeinsam um das Wohl der Ordinierten.

Dadurch konnten in den meisten Fällen die Ordinierten in einer verhältnismäßig komfortablen Situation für 3 Monate sich intensiv der Meditation und dem Studium des Dharma widmen - ohne sich viele Gedanken über Nahrung und Gesundheit machen zu müssen.

Im Fall unserer Hintergrundgeschichte jedoch entpuppte sich, aufgrund des Zusammenkommens einiger erschwerenden Bedingungen, die bevorstehende Regenzeit für die Ordinierten als eine besondere Herausforderung.

In den Überlieferungen heißt es, dass zu Beginn der Regenzeit Māra den Geist des Brahmanen Verañjā völlig eingenommen hatte, um dadurch dem Buddha und den Mönchen während der Regenzeit Schwierigkeiten zu bereiten.

Wer oder was ist Māra? Eine kurze Erinnerung

Māra ist zum Einen die Personifizierung von Anhaftung sowie von allen anderen unheilsamen Geistesfaktoren und Geistesfesseln. In den Überlieferungen wird Māra aber auch als ein tatsächliches Lebewesen vorgestellt, welches das Ziel verfolgt, alle anderen Lebewesen immer wieder aufs Neue im Leidenskreislauf von Saṃsāra zu verstricken.

Māra, so heißt es, hatte nun den Geist des Brahmanen Verañjā völlig in Rastlosigkeit und blinde Geschäftigkeit verhüllt, sodass dieser während der gesamten 3 Monate nicht einen einzigen Gedanken an den Buddha oder die Mönche aufbrachte. Das Resultat hieraus war, dass der Brahmane sich nicht, wie versprochen, aktiv und fürsorglich um das Wohl des Buddhas und der Mönche kümmerte.

Erschwerend kam zusätzlich hinzu, dass just in dieser Regenzeit in der Region rund um Verañjā aufgrund von schlechter Ernte und Dürre eine Hungersnot bestand.

Aufgrund der Nahrungsknappheit konnten die Familien von Verañjā und der umliegenden Dörfer dem Buddha und den Mönchen während ihrer täglichen Almosengänge kaum und manchmal sogar gar keine Essensopfergaben in die Almosenschalen geben.

Und der Brahmane Verañjā bekam von alledem kaum etwas mit, weil er mit seinen Gedanken überall war - nur nicht beim Buddha und den Ordinierten. Er war daher in keiner Weise behilflich, was die Nahrungsknappheit der Ordinierten anging. Oft erhielten der Buddha und die Mönche somit als ihre tägliche Nahrungsgrundlage nur ein wenige verschrumpeltes Getreide von einem nahegelegenen Pferdehändler.

Mit der Zeit wurden die Körper der Ordinierten immer schwächer. Und so mussten die Ordinierten umso mehr geistige Bemühung aufbringen, um ihren Geist dennoch stabil heilsam und auf die Praxis des Dharma ausgerichtet zu halten.

Der ehrwürdige Mönch Mahā Moggallāna sah, wie die körperliche und geistige Verfassung der Ordinierten unter der Nahrungsknappheit litt. Er schlug daher vor, seine übersinnlichen Fähigkeiten dazu zu verwenden, um für die Ordensgemeinschaft an einem für normale Menschen unzugänglichen Ort Almosen zu sammeln. Den Ort, welchen Mahā Moggallāna im Sinn hatte, trugt den Namen Uttarakuru. Uttarakuru ist als sagemumwobener Ort sowohl Teil der buddhistischen als auch Teil der hinduistischen und jainistischen Mythologie.

Mahā Moggallāna wollte nun diesen besonderen Ort mithilfe seiner übersinnlichen Fähigkeiten aufsuchen, um dort ausreichend große Mengen von Almosen für die gesamte Ordensgemeinschaft zu sammeln.

Der Buddha jedoch erkannte, dass die geistige Disziplin aller Mönche in Verañja ungebrochen war. Er sah sogar, dass die Mönche die äußeren Schwierigkeiten der Nahrungsknappheit zum Objekte ihrer spirituellen Praxis machten und dadurch große Fortschritte auf ihrem Weg der Befreiung machen konnten.

Auch sah er, dass alle Ordinierten in der Lage sein würden, mit der wenigen täglichen Nahrung diese 3 Monate ohne gesundheitliche Probleme zu überstehen. Daher bat er Mahā Moggallāna darum, von seinem Vorhaben abzusehen.

Viele der Mönche schafften es, aufgrund der Konfrontation mit der allgemeinen Nahrungsknappheit, die Geistesfaktoren von Verlangen und Anhaftung immer besser zu verstehen und sich von ihnen zu lösen. Trotz Hunger und körperlicher Erschöpfung, schafften es die Ordinierten, durch die 3 Monate hindurch eine überraschende geistige Frische und Zufriedenheit zu bewahren.

Als die 3 Monate vorüber waren, verabschiedeten sich der Buddha und die Mönche - frei von Übelwollen oder Ressentiments - bei dem Brahmanen Verañja, der ja während der 3 Monate seine versprochene Fürsorge völlig außer acht gelassen hatte. Der Buddha reiste mit seiner Gruppe von Mönchen daraufhin zurück in die Stadt Sāvattihī.

In Sāvattihī erhielten die Mönche nun zum ersten Mal nach 3 Monaten wieder ausreichend nahrhafte Speisen auf ihrem Almosengang. Die Bewohner der Stadt hatten von der Hungersnot in Verañja gehört und wollten den Ordinierten daher besonders schmackhafte und nahrhafte Essensopfergaben machen. Die Speisen auf diesem ersten Almosengang nach der 3-Monate-langen unfreiwilligen Fastenzeit der Mönche waren daher äußerst exquisit.

Trotzdem aber kamen im Geist der Mönche weder Verlangen noch Anhaftung im Bezug auf die kostbaren und schmackhaften Speisen auf, welche sie während dieses Almosenganges in Sāvattihī erhielten. Stattdessen hielten die Mönche ihren Geist ebenso zufrieden und gleichmütig, wie sie es während der körperlich äußerst unangenehmen Nahrungsknappheit während der Regenzeit in Verañja geübt hatten.

Zu jener Zeit lebten innerhalb der Klosteranlage von Jetavana eine Gruppe von sogenannten „Abfallfressern“. Das waren besonders arme, oft obendrein obdachlose Personen, die von den täglichen Almosenspeisen der Klostersgemeinschaft etwas abbekamen, um ihre Gesundheit zu erhalten.

Zwar half die Klostersgemeinschaft diesen Personen dabei, täglich etwas zu Essen zu bekommen. Doch darüber hinaus hatte diese Gruppe von „Abfallfressern“ keinerlei Interesse an den Lehren oder Ratschlägen des Buddhas oder der Ordinierte, wie sie sowohl in ihrem gegenwärtigen als auch in ihren zukünftigen Leben zu mehr Glück und Zufriedenheit gelangen könnten.

Stattdessen war speziell diese Gruppe von Abfallfressern bekannt dafür, besonders viel Verlangen und Anhaftung im Bezug auf angenehme Sinneseindrücke zu besitzen. Wann immer es etwas zu Essen gab, stürzten sich diese Personen auf die bereit stehenden Speisen, rangen untereinander um die größten Leckerbissen und verschlangen möglichst schnell möglichst viel der bereit stehenden Nahrung.

Und ohne ein Wort des Dankes verzogen sich diese Personen nach den Mahlzeiten in den kühlen Schatten einiger Bäume, um sich einen ausgiebigen Verdauungsschlaf zu gönnen. Erwachten Sie am Nachmittag, vertrieben sie sich die restliche Zeit des Tages mit Klatsch und Tratsch, Glücksspiel, Rangeleien und allerlei Unfug.

Viele dieser Abfallfresser waren während der vorherigen Regenzeit ebenfalls in Verañja gewesen. Sie waren mit dem Buddha und den Mönchen gereist, weil sie sich erhofft hatten, in der Anwesenheit der Mönche gutes und ausreichendes Essen zu erhalten.

Als einige der Mönche in Jetavana nun diese Abfallfresser sahen, wie sie sich über das Essen hergemacht hatten, sprachen sie im Beisein des Buddhas:

„Brüder, seht euch nur diese Abfallfresser an! Als sie gemeinsam mit dem Buddha und den Mönchen in Verañjā unter der großen Hungersnot litten, hatten sie für ihr üblich sehr ungebührliches Verhalten weder Kraft noch Lust. Aber jetzt, nachdem sie wieder Zugang zu alle Arten von erlesenen Speisen haben, gehen sie wieder wie gewohnt ihren destruktiven Verhaltensweisen nach. Die Mönche aber, welche ihre Regenzeit in Verañja verbracht haben, sind heute selbst in Anwesenheit der erlesensten Speisen innerlich genauso gleichmütig, gesammelt und zufrieden, wie sie es auch während der Hungersnot waren.“

Der Buddha wird im Bezug hierauf den Mönchen vielleicht noch ein paar Worte zum Thema Anhaftung und Losgelöstheit sowie zur Gefahr von angenehmen Sinneseindrücken gelehrt haben - wie er es bspw. im [Mahādukkhakkhandhasutta](#) getan hat. Auszüge aus dem Inhalt dieser Lehrrede - die „Längere Lehrrede über die große Masse von Leiden“ - haben wir bereits etwas im [Dhammapada-Kurs Teil 48](#) vorgestellt.

Und an dieser Stelle sprach der Buddha dann abschließend die Worte, welche uns heute als Vers 83 im Dhammapada überliefert sind:

*Der aufrichtige Weise übt
allumfassende Entsagung
und gibt Sinnesbegierde
und sinnloses Geschwätz auf.
Berührt von Freud oder Leid
entstehen in ihm weder
Euphorie noch Depression.*