

Die heilige Wahrheit vom Leiden

Was ist aber, ihr Mönche, die heilige Wahrheit vom Leiden?

Geburt ist Leiden,
Alter ist Leiden,
Krankheit ist Leiden,
Sterben ist Leiden,
Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und *Verzweiflung* sind Leiden,
mit *Unliebem verbunden* sein ist Leiden,
von *Liebem getrennt* sein ist Leiden,
was man *begehrt nicht erlangen*, das ist Leiden,

kurz gesagt: die fünf Daseinsgruppen sind Leiden.

Was ist nun die *Geburt*? Der jeweiligen Wesen in jeweilig wesender Gattung Geburt, Gebärung, Bildung, Keimung, Empfängnis, das Erscheinen der Teile, das Ergreifen der Gebiete: das nennt man, ihr Mönche, Geburt.

Wozu der vielen Worte noch? Wo immer Leiden hier Besteht in irgend einer Form, kann da wohl irgendwann Solch Leid entsteh'n ohne Geburt? Drum hat der weise Herr Als Allererstes die Geburt als Leiden dargetan.

Was ist aber das *Alter*? Der jeweiligen Wesen in jeweilig wesender Gattung altern und abnutzen, gebrechlich, grau und runzelig werden, der Kräfteverfall, das Abreifen der Sinne: das nennt man, ihr Mönche, Alter.

Sei's die Erschlaffung aller Glieder,
Verlust der Sinnentätigkeit,
Das Hinschwinden der einst'gen Jugend,
Sei's der Verlust an Körperkraft,

Sei's dass die eigene Familie,
Das eig'ne Kind, die eig'ne Frau,
Den geistig schwachen Mann verhöhnt,
Sei's das er immer kind'scher: -

Was derart körperlich wie geistig
Der Sterbliche zu leiden hat,
All das durch's Alter ist bedingt.
Drum Alter als ein Leiden gilt.

Was ist nun das *Sterben*? Der jeweiligen Wesen in jeweilig wesender Gattung Hinschwund, Auflösung, Zersetzung, Untergang, Todessterben, Zeiterfüllung, das Zerfallen der Teile, das Verwesen der Leiche: das nennt man, ihr Mönche, Sterben.

Beim Bösen, seiner Tat bewusst,
Oder des Merkmals seiner Tat*,
beim Guten, der von den Geliebten
Die Trennung nicht ertragen kann:

Was immer da beim Sterbenden
An geist'gem Leiden auch besteht,
Und was an körperlichem Leid,
Unheilbar - unerträglichem,
Sei's die Zerreißung seiner Sehnen,
Sei's die Verletzung der Gelenke: -

Für alle diese Leiden bildet,
Die einz'ge Grundlage der Tod.
Und eben darum nennet man
Den Tod ein Leiden allerwärts.

* Im Moment des Sterbens erscheint im Geiste eine von einem während des Lebens begangene gute oder böse 'Tat' (kamma), oder irgend ein 'Abzeichen der Tat', oder ein 'Abzeichen der (künftigen) Daseinsfährte'

Was ist aber der *Kummer*? Was da bei solchem und solchem Verluste, den man erfährt, bei solchem und solchem Unglücke, das einen betrifft, Kummer, Kümmernis, Bekümmern, innerer Kummer, innere Verkümmern ist: das nennt man, ihr Mönche, Kummer.

Der Wesen Herz durchbohret da
Die Sorge wie ein gift'ger Pfeil;
Und heftig wie ein glüh'nder Pfeil
Die Sorge immer weiter brennt.

Sie ziehet nach sich Kränklichkeit,
Selbst Altern, Sterben und Verfall,
Und andre mannigfache Leiden,
Drum wird ein Leiden sie genannt.

Was ist nun der *Jammer*? Was da bei solchem und solchem Verluste, den man erfährt, bei solchem und solchem Unglücke, das einen betrifft, Klage und Jammer, Beklagen und Bejammern, Wehklage, Wehjammer ist: das nennt man, ihr Mönche, Jammer.

Getroffen von der Sorge Stachel klaget laut der
Mensch,
Und dadurch dass ihm Kehle, Lipp' und Gaumen trock-
nen,
Das Leiden immer heftiger und unerträglich wird.
Drum hat die Klage der Erhabene ein Leid genannt.

Was ist nun der *Schmerz*? Was da körperlich
schmerzhaft, körperlich unangenehm ist, durch
körperhafte Berührung schmerzhaft, unangenehm
empfunden wird: das nennt man, ihr Mönche,
Schmerz.

Der Körperschmerz bedrückt den Menschen
Und ruft geist'gen Schmerz hervor.
Das ist der Grund, dass ganz besonders
Der Körperschmerz als Leiden gilt.

Was ist aber der *Gram*? Was da geistig schmerz-
haft, geistig unangenehm ist, durch gedankenhaf-
te Berührung schmerzhaft, unangenehm empfun-
den wird: das nennt man, ihr Mönche, Gram.

Weil sie das eig'ne Herz bedrückt,
Zu körperlichen Qualen führt,
Erklären die von Trübsal Freien
Die Trübsal als ein großes Leid.

Und was ist die *Verzweiflung*? Was da bei sol-
chem und solchem Verluste, den man erfährt, bei
solchem und solchem Unglücke, das einen be-
trifft, Verzagen und Verzweifeln, Verzagtsein und
Verzweifeltsein ist: das nennt man, ihr Mönche,
Verzweiflung.

Durch Brennen im Herzen und äußerste
Seelenbeklemmung
Zeugt Leid die Verzweiflung, und darum
als Leiden sie gilt.*

* Unter diesen Leidensformen nun mag man die 'Sor-
ge' vergleichen mit der in einem Topfe auf schwach-
em Feuer gekochten Speise,
die 'Verzweiflung' mit dem nach dem Überkochen
übrigbleibenden Rest, der nicht überkochen kann und
bis zum Auftrocknen im Topfe verbleibt.

Was ist nun mit *Unliebem verbunden* sein für
Leiden? Was einem da an unerwünschten, uner-
freulichen, unangenehmen Formen begegnet, an
Tönen, Düften, Säften, Berührungen, Gedanken,
oder was einem dabei unförderlich, unfreundlich,
unsanft, unversöhnbar vorkommt; damit zusam-
men, vereinigt, vermengt und vermischt sein: das
nennt man, ihr Mönche, mit Unliebem verbunden
sein zu Leiden.

Wenn Unliebsames man erblickt,
Erst geist'ges Leiden sich erhebt;
Tritt jenes aber nah' heran,
Kommt's auch zu körperlichem Leid.

Weil beides Leid in solchem Umstand wurzelt,
Hat er, der Weise, ihn ein Leid genannt.
So sollte man versteh'n den Sinn der Worte:
'Mit Unliebem verbunden sein ist Leid'.

Was ist aber von *Liebem getrennt* sein für Lei-
den? Was einem da an erwünschten, erfreulichen,
angenehmen Formen begegnet, an Tönen, Düf-
ten, Säften, Berührungen, Gedanken, oder was
einem dabei förderlich, freundlich, sanft, versöhn-
bar vorkommt, als wie Mutter oder Vater, Bruder
oder Schwester, Kinder, Freunde und Genossen,
Verwandte und Sippen; davon gesondert, ge-
schieden, entfernt und verlassen sein: das nennt
man, ihr Mönche, von Liebem getrennt sein zu
Leiden.

Durch Trennung von Schätzen und Sippe werden die
Toren vom Sorgenpfeile durchbohrt,
Und darum wird eben dieses Getrenntsein von Lie-
bem als Leid aufgefasst.

Was ist nun was man *begehrt nicht erlangen* für
Leiden? Die Wesen der Geburt unterworfen,
kommt das Begehren an: ‚O dass wir doch nicht
der Geburt unterworfen wären, dass uns doch
keine Geburt bevorstände!‘; aber das kann man
durch Begehren nicht erreichen: das nun eben
nicht erlangen, was man begehrt, ist Leiden.

Wenn dies und das, was sie begehren,
Den Wesen nicht erreichbar ist,
Befällt durch Gram gewirktes Leiden
Die Wesen hier in dieser Welt.

Weil dieses in dem Wunsche wurzelt
Nach dem was unerreichbar ist,
Drum gilt dem Siegreichen als Leiden
'Nicht das erlangen, was man wünscht'.

Die Wesen dem Alter, der Krankheit, dem Ster-
ben, dem Kummer, Jammer, Schmerz, dem
Gram, der Verzweiflung unterworfen, kommt das
Begehren an: ‚O dass wir doch nicht dem Alter,
der Krankheit, dem Sterben, dem Kummer, Jam-
mer, Schmerz, dem Gram, der Verzweiflung
unterworfen wären, dass uns doch kein Altern,
Kranksein und Sterben, kein Kummer und Jam-
mer und Schmerz, kein Gram und keine Verzweif-
lung bevorstände!‘; aber das kann man durch

Begehren nicht erreichen: das nun eben nicht erlangen, was man begehrt, ist Leiden.

Was sind aber kurz gesagt, die **fünf Daseinsgruppen für Leiden?**

Es ist da ein Stück Anhängen an den *Formen*,
ein Stück Anhängen an den *Gefühlen*,
ein Stück Anhängen an den *Wahrnehmungen*,
ein Stück Anhängen an den *Geistesobjekten*,
ein Stück Anhängen am *Bewusstsein*:

das nennt man, ihr Mönche, kurz gesagt, die fünf Daseinsgruppen als Leiden.

Fernerhin, gleichwie das Feuer den Brennstoff ergreift, die Geschosse die Zielscheibe durchbohren, die Bremsen, Moskiten und andere Insekten den Körper der Kuh quälen, die Schnitter das Reisfeld mähen, die Räuber das Dorf plündern, genau so bedrängen jene Dinge wie Geburt usw. die fünf Anhaftungsgruppen. Gerade nämlich wie die Gräser, Schlingpflanzen u. dgl. auf dem Boden oder die Blüten, Früchte und Sprossen an den Bäumen entstehen, so treten jene Dinge in den Anhaftungsgruppen in Erscheinung.

Untersucht man nun somit auf solche mannigfache, Weise die Anhaftungsgruppen, so erkennt man, dass bloß diese das Leiden ausmachen. Nicht möglich aber ist es, selbst während vieler Zeitspannen, alle diese Leiden einzeln darzulegen und vollständig zu erklären. Um daher alle diese Leiden zu zeigen, fasste sie der Erhabene in den 5 Anhaftungsgruppen zusammen – genau so wie der Geschmack des ganzen Meerwassers ja schon in einem einzigen Tropfen Meerwasser enthalten ist – und erklärte (M.141): „Kurz gesagt, die fünf Anhaftungsgruppen sind Leiden“.

Das heißt man, ihr Mönche, heilige Wahrheit vom Leiden.

BUDDHA
LÄNGERE LEHRREDEN 22
(DIGHA NIKĀYA II.9)

KLEINGEDRUCKTES AUS DEM KOMMENTAR
VISUDDHI MAGGA XVI

