

Eine Einführung in Paticca Samuppada (Bedingtes Entstehen)

von Jonathan Watts (Think Sangha)

Bei der zweiten Edlen Wahrheit geht es um die Ursachen des Problems. Paticca Samuppada - ein detailliertes System zur Untersuchung des Entstehens von Tanha (Begierde) und Dukkha (Unzufriedenheit, Leiden, Schwierigkeiten) - ist das spezifische Werkzeug, mit dem wir diese zweite Edle Wahrheit anwenden können. Wenn wir Konsumismus mittels Paticca Samuppada untersuchen, können wir sehen, wie wir die strukturellen Formen der Konsumentenverblendung durchlaufen. Ein klares Verständnis dieses Prozesses führt uns weiter zu der dritten und vierten edlen Wahrheit vom Beenden des Dukkhas, und vor allem zur rechten Einsicht, dem ersten Praxiselement des Edlen Achtfachen Pfades.

In diesem ersten Teil des dreiteiligen Artikels stellt Jonathan Watts von der Think Sangha das System des Paticca Samupadda allgemein dar, im zweiten Teil wendet er das System auf den Konsumismus an und im dritten Teil schließlich wird die Wirkung auf ein Produkt (Nike-Schuhe) und einen speziellen Käufer (einen Ghetto-Jugendlichen) untersucht.

Paticca Samuppada wird auch als das Herz oder die Essenz des Buddhismus bezeichnet. Tatsächlich sagt der Buddha: "Wer das bedingte Entstehen versteht, versteht das Dhamma, und wer das Dhamma versteht, versteht das bedingte Entstehen." In der letzten Nacht vor dem Eintreten des Buddha in das Nirwana war die Kontemplation über und die Durchdringung von Paticca Samuppada der Eckpfeiler seiner Erleuchtung. Dennoch ist es eine Lehre, die der Buddha nur zögerlich weitergab, weil sie so tiefgründig ist und er fürchtete, daß sie nur wenige verstehen würden.

Einfach ausgedrückt, handelt es sich bei Paticca Samuppada um eine systematische Untersuchung darüber, wie Leiden und Verblendung im Menschen entstehen. Dies hatte der Buddha bei seinen Kontemplationen und Beobachtungen, wie die Dinge funktionieren, entdeckt. Das System markiert zwölf wichtige Schritte in der Entstehung des zum Leiden neigenden Egos oder "Selbst". Wir beginnen in einem Stadium des Nichtwissens über bestimmte Aspekte der Wirklichkeit, vor allem die Naturgesetze von Vergänglichkeit (anicca), Dukkha, und Nicht-Selbst (anatta). Diese Unwissenheit ist die Basis dafür, wie wir uns selbst und die Welt betrachten. Diese Ansichten bestimmen wiederum die Art und Weise, wie wir mit der Welt interagieren - aus ihnen entstehen Persönlichkeiten, Werte, Überzeugungen und eine ganze Reihe von Aspekten, die unsere Identität ausmachen. Wenn diese Aspekte unseres auf Verblendung aufgebauten "Selbst" in Kontakt mit dem Naturgesetz von Vergänglichkeit (anicca) in Form von Altern und Sterben (jaramarana) kommen, entstehen Konflikte, die sich in allen möglichen Formen von Schwierigkeiten oder Dukkha äußern, die wir als Menschen erleben.

Man kann Paticca Samuppada im Detail unterschiedlich interpretieren und anwenden. Die traditionelle Methode geht davon aus, daß die zwölf Glieder über die verschiedenen Zeiträume - Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft - miteinander verknüpft sind. Andere Methoden verstehen das System als eines, das sich auf jede Sekunde eines Moments bezieht. Wenn wir es als Werkzeug benutzen wollen, um unseren Alltag hier und jetzt und die Konsumgesellschaften, in denen wir leben, zu verstehen, empfiehlt es sich, beobachtbare Momente in unseren Gedankenprozessen anzuschauen. Wenn wir dann ein grundlegendes Verständnis gewonnen haben, wird es einfacher sein, das Verständnis auf längere emotionale und geistige Prozesse auszudehnen, die sich über Tage, Wochen, Monate oder gar Jahre hinziehen. Auf diese Weise können wir paticca samuppada vielleicht so einsetzen, wie es der Buddha wollte - als praktisches Werkzeug, um uns selbst besser zu verstehen und unseren Weg auf dem Pfad der Befreiung zu gehen.

Schließlich ist es wichtig, die dynamische, nichtlineare Natur von Paticca Samuppada zu betonen. Wie wir sehen werden, tendiert unser Geist dazu,

Prozesse als statische Container zu objektivieren, die in linearer Kausalität zusammenhängen. Wenn wir Paticca Samuppada begreifen, werden wir den Wahrheiten von Vergänglichkeit, Dukkha und Nicht-Selbst (Ich-Losigkeit, Leerheit) begegnen, die - wenn sie richtig verstanden werden - den Geist von Objektivierungen befreien und ihm erlauben, die Realität als ein dynamisches und fließendes Auf und Ab von Ursachen und Wirkungen zu sehen.

Die zwölf Kettenglieder von Paticca Samuppada sollten deshalb wie Markierungen in einem Fluss verstanden werden. Der Fluss ist nicht in den zwölf Markierungen enthalten, aber seine wichtigsten Punkte werden damit angezeigt. In Abkehr von einer strikt linearen Abfolge von zwölf zusammenhängenden Faktoren müssen wir uns eine Kausalität vorstellen, bei der alle zwölf Punkte sich gegenseitig durchdringen. Diese Sichtweise (...) stellt die Idee linearer Kausalität in Frage, die eine Dualität von Subjekt-Objekt oder Beobachter-Beobachtetem schafft.

DER ZWÖLFGLIEDRIGE PROZESS VON PATICCA SAMUPADDA:

- 1.) Verblendung (avijja)
- 2.) Erfinden/sich ausdenken (Karmaformationen) (sankhara)
- 3.) Bewusstsein (vinnana)
- 4.) Körper und Geist (nama-rupa)
- 5.) Sinneserfahrung (salayatana)
- 6.) Sinneskontakt (phassa)
- 7.) Gefühl (vedana)
- 8.) Begierde (tanha)
- 9.) Anhaften (upadana)
- 10.) Werdeprozeß (bhava)
- 11.) Geburt (jati)
- 12.) Altern und Tod (jaramarana)

1.) Verblendung (avijja)

Dies wird als Ausgangspunkt der zwölfgliedrigen Kette betrachtet, weil Verblendung der fundamentalste Grund für das menschliche Leiden

darstellt. Es muss aber betont werden, dass auch Verblendung nicht als ein Urgrund angesehen werden kann, sondern dass sie selbst aus einem Zusammenspiel aller zwölf Glieder entsteht.

Verblendung bedeutet mangelndes Wissen und Verstehen der wahren Natur der Dinge. Aus einem solch fundamentalen Missverstehen erwachsen alle anderen Formen der Unwissenheit. (...) Als einige der grundlegendsten Formen der Unwissenheit/Verblendung können gelten:

- Unwissenheit über die Vier edlen Wahrheiten oder Unwissenheit über die grundlegenden Wahrheiten des Seins: Vergänglichkeit (annica), Dukkha, Nicht-Selbst (anatta). Diese Form von Unwissenheit hängt zusammen mit dem falschen Glauben an ein "Selbst" und den entsprechenden Behauptungen über das "Selbst", den Tod und die Existenz danach.
- Unwissenheit ist das Anhaften an irrtümliche Ansichten über die Welt. Zwei der weitverbreitetsten sind, dass a) alle Dinge separat, fest und beständig sind oder dass b) die Dinge überhaupt keine Realität besitzen.
- Psychologisch ausgedrückt, bedeutet Unwissenheit ein verwirrtes Denken, das auf Mutmaßungen und Einbildung basiert und von Überzeugungen, Angst und angehäuften Charaktereigenschaften bedingt wird.

2.) Erfinden (sankhara)

3.) Bewusstsein (vinnana)

4.) Körper und Geist (nama-rupa)

5.) Sinneserfahrung (salayatana)

Üblicherweise wird davon ausgegangen, dass die nächsten vier Glieder im System auf einer unbewussten Ebene funktionieren. Zu ihrer Betrachtung müssen wir daher in die Tiefe gehen und Erfahrungen sammeln, die meist ohne meditative Einsicht nicht möglich sind. Deshalb betrachten wir diese Kettenglieder im folgenden als eine Gruppe weitgehend unbewusster

geistiger Erfahrung. Wenn unsere Praxis sich weiterentwickelt hat, sollten wir langsam die einzelnen Glieder erforschen, um ein tieferes Verständnis zu erlangen.

Sankhara entsteht aus Verblendung und wird am besten als ein dynamischer Prozess des geistigen Brodelns (mental stewing) verstanden. Sankhara ist die grundlegende Art und Weise, wie wir die Realität wahrnehmen. Dieser Prozess formt unser Bewusstsein in Richtung bestimmter Eigenschaften, Tendenzen und Zusammenhänge, in eine bestimmte Art und Weise, wie wir etwas wahrnehmen und was wir überhaupt wahrnehmen. Mit Bewusstsein ist eine Art nacktes Wissen ohne das Gefühl eines Subjekts, eines "Ichs" gemeint, und daraus folgend Objekte, über die sich dieses "Ich" zu definieren versucht. Körper und Geist ist dort, wo das Bewusstsein sich in die Dualität von Geist und Form (Subjekt - Objekt) aufspaltet. Diese Entstehung von Dualität ist ein entscheidender Moment in dem Prozess, der den Weg für die Entstehung des "Selbst" bereitet. Der Geist beginnt sich wie ein Subjekt zu fühlen, das sich der Sinne bedient, während das, was mit den Sinnen wahrgenommen wird, zum Objekt wird.

Sinneserfahrung (Schmecken, Riechen, Sehen, Hören, Tasten und geistige Erfahrung/Denken) basiert auf Körper und Geist. Wenn wir Sinneserfahrung verstehen wollen, müssen wir diese sechs Grundlagen als dynamisches Zusammenspiel verstehen zwischen der Person, die wahrnimmt und dem Objekt, das wahrgenommen wird.

6.) **Sinneskontakt / Voller Kontakt (phassa)**

Sinneskontakt/voller Kontakt ist der Anfang eines bewussteren und direkt beobachtbaren Karmaformierens (concocting). Das Wort "voll" soll anzeigen, dass der Kontakt eine Bedeutung haben muss, damit ein voller Kontakt daraus wird. Wenn eine Form mit unseren Sinnen in Kontakt kommt, aber unser Geist nicht mit Begierde bis hin zur Geburt (jati) reagiert, nennen wir dies bloßen Kontakt. Bei einer Erfahrung, die mehrere Medien einschließt, können einige Sinne durch einen Prozess des vollen Kontakts gehen, während andere beim bloßen Kontakt stehen bleiben. Geboren aus der Verblendung, enthält der volle Kontakt die grundlegenden

Missverständnisse (sanna) von Beständigkeit (nicca), Annehmlichkeiten (sukha) und eines "Selbst" (atta).

7.) Gefühl (vedana)

Gefühl entsteht aus einem vollen Kontakt/Sinneskontakt. Gefühle lassen sich in drei grundlegende Kategorien aufteilen: angenehm, unangenehm und neutral. Die ersten beiden veranlassen den Geist zur Begierde (heranziehen) und Ärger (wegstoßen), die dritte Kategorie hat einen Zustand zur Folge, in dem der Geist hin- und herschwankt. (...)

8.) Begierde (tanha)

Aus einem Gefühl entsteht Begierde, die sich auf drei unterschiedliche Arten manifestiert. Die erste ist die Begierde nach Sinneskontakten (kamathana), die zweite ist die Begierde, zu sein und angenehme Gefühle zu haben (bhavatanha). Die dritte ist die Gier, nicht zu sein oder unangenehme und schmerzliche Gefühle loszuwerden (vibhavatanha). (...) Auch die Gier nach Nichtsein reißt uns aus dem gegenwärtigen Moment heraus. Der verblendete Geist bewegt sich weg von der beunruhigenden, allgegenwärtigen, aber meist unbewußten Erfahrung der Vergänglichkeit, Dukkha und Substanzlosigkeit hin zu positiven Bildern in der Zukunft oder aus der Vergangenheit. (...) So entsteht ein Gefühl des Mangels, und das Zeitkonzept formiert sich im Geist als die Periode zwischen dem gegenwärtigen Bedürfnis und einer früheren oder künftigen Befriedigung. Je mehr der Geist diesem Muster folgt, desto objektiver wird die Realität und desto verengter die Perspektive. Indem das "Selbst" dem hypothetischen Wunsch-"Selbst" gegenübergestellt wird, entsteht der vergleichende Geist. Zudem entwickelt sich der konkurrierende Geist, indem das eigene "Selbst" mit dem "Selbst" anderer Individuen verglichen wird. Mangel, Entfremdung, Trennung, Vergleich und Konkurrenz sind Schlüsselemente bei dieser Entstehung eines Egos und einer irreführenden Identität.

9.) Anhaften (upadana)

Anhaften folgt aus der Begierde, beide gehören unmittelbar zusammen. (...)

Aus dem grundlegenden Anhaften entstehen vier spezifischere Formen, nämlich Anhaften an

- Sinnesobjekte (kamupadana)
- Ansichten, Ideen, Theorien, etc. (ditthupadana)
- Regeln, Praktiken, Methoden, Verhaltensformen etc. (silabbatupadana)
- das "Selbst", das an den oben genannten Formen hängt (attavadupadana)
-

Anhaften an Sinnesobjekte bedeutet, sich vorwiegend mit diesen Objekten zu beschäftigen und zu versuchen, sich der Freude daran und ihren Besitzes immer wieder aufs Neue zu versichern.

Anhaften an Ansichten: Dies kann sich auch auf Einstellungen beziehen, die mit den Anhaften an Sinnesbegierde zusammenhängen, beispielsweise, was Mode über den Wert oder die Intelligenz eines Menschen aussagt. (...) Letztlich wird eine Ansicht als "richtig" und einem "Selbst" gehörend objektiviert, anstatt als ein Werkzeug, um die Realität zu erfassen und auf sie zu reagieren.

Anhaften an Verhaltensweisen: Ist eine Einstellung erst einmal objektiviert, werden auch die damit zusammenhängenden Methoden und Praktiken in bestimmte Formen gegossen, die "mir" gehören. Wie Buddhadasa Bikkhu erklärt: "Statt die wahren Gründe für diese Praktiken zu erfassen, halten sich die Menschen schlicht in Form von Traditionen daran fest." (...)

Anhaften an das "Selbst" bedeutet, an einem "Ich" anzuhaften, das sich durch das Anhaften an Objekte als "meinem" Besitz entwickelt hat. Bei den vier unbewussten Kettengliedern haben wir die Entwicklung von Dualität durch die Aufspaltung des Geistes in Subjekt und Objekt gesehen. Beim Anhaften hat sich diese Aufspaltung schon sehr komplex entwickelt - mit der Anhaftung an ein selbständiges "Ich" und "mein" und eine entsprechende Welt von Objekten, an die angehaftet wird, wie etwa sinnliche Formen (kama), Einstellungen (ditthi) und Verhaltensweisen (sila).

DIE REIFUNG DES "SELBST"

10.) Werden (bhava)

11.) Geburt (jati)

Werden und Geburt markieren die Entwicklung des fabrizierten "Selbst" in eine gereifte Entität mit ihrer eigenen internen Dynamik. Bedingt durch Anhaftung, ist dies ein Ort, wo die verhärteten Vorstellungen des "Selbst" sich in eine Identität zu verfestigen beginnen. Der Geist beschäftigt sich (plant, visualisiert, ist besessen von, brütet über etc.) materielle und mentale Formen (Sinnesobjekte, Einstellungen, Verhaltensweisen), an die er anhaftet, und projiziert dann all diese Formen auf Lebenssituationen, die diese Faktoren enthalten. (...)

Ein Beispiel: während der Geist darüber nachdenkt, ein Paar Basketballschuhe von Nike zu erwerben, beginnt er auch, sich mit Orten und Organisationen zu identifizieren, die eng mit Nike verknüpft sind ("Ich bin Fan von Michael Jordan". "Ich mag die USA, wo Nike ansässig ist.") Umgekehrt, kann es auch eine Identifikation damit geben, was man nicht ist ("Ich bin kein Fan der Lakers.")

Die anfänglichen Identifikationen, die wir bei der Begierde gesehen haben, sind Versuche, die fundamentale Subjekt-Objekt-Dualität zu überbrücken, die auf der unbewussten Ebene erzeugt wird. Doch diese Identifikationen vertiefen die Kluft nur, indem sie das Gefühl des Mangels, der Getrenntheit und des Vergleichs noch verstärken. (...)

Die Geburt, um die es hier geht, ist natürlich keine physische Geburt, sondern eine geistige und spirituelle, bei der das Gefühl des "Ich" solange gewachsen ist und sich entwickelt hat, bis es als ein komplettes "Ego" geboren wurde und nun den Geist in all seinen Bewegungen dominiert, und mit ihm alles, was "mir" gehört. In der Schaffung, Unterstützung und dem Anhaften an Geistesobjekten, Einstellungen und Verhaltensweisen, konstruiert oder "gebärt" der Geist das, was er als Identität oder "Selbst" erlebt. Diese spirituelle Geburt geschieht immer dann, wenn Begierde

vorhanden ist. Sie kann vielmals an einem Tag geschehen - Dutzende, manchmal vielleicht sogar hunderte Male, wenn wir voller Begierde sind. Das Heranreifen eines solchen "Selbst" kann man am besten in Krisenzeiten erkennen, wenn man mit Altern und Sterben konfrontiert wird. Wenn unsere Identität und unsere "Selbst"wahrnehmung direkt herausgefordert wird, reagieren wir oft ärgerlich, deprimiert, ängstlich oder verteidigen uns. Solche Gefühle sind Abwehrmechanismen, die dieses "Selbst" benutzt, um sich nicht der Tatsache seiner Vergänglichkeit stellen zu müssen. (...)

12.) **Altern und Sterben (jamarana)**

Aus dem Heranreifen des "Selbst" entsteht zwangsläufig Altern und Sterben. Altern und Sterben sind ebenso spirituelle und geistige Zustände und nicht nur physische. An diesem Punkt stößt das "Selbst", das aus Fehlwahrnehmungen, Unwissenheit und Verunreinigungen zusammengesetzt ist, auf die fundamentale Natur der Dinge. Mit dieser Kritik des "Selbst" ist aber nicht gemeint, dass damit jegliche menschliche Konstruktion einer Identität verdammt wird. Dies wäre nur das Gegenteil von Egoismus und eine Position, die der Buddha ebenfalls ablehnte. Es geht hier vielmehr um eine Identität, die auf den fehlerhaften Strukturen von Egoismus und einer arroganten Unabhängigkeit aufgebaut ist.. (...)

Dieses "Selbst" erfährt außerdem Begrenzung, Verfall und Leiden in Form von Langeweile, Furcht und Depression. Wir erleben oft Langeweile bei Sinnesobjekten oder Seinszuständen, die wir schon kennen. Sie führt dazu, dass wir ein neues Sinnesobjekt oder einen neuen Seinszustand haben wollen. Furcht entsteht oft, wenn wir uns Sorgen darüber machen, dass ein angenehmer Zustand nicht fortgesetzt werden kann oder dass das Sinnesobjekt verschwindet. Solch ein negativer Zustand des Egos führt dann wieder häufig dazu, dass wir noch stärkere Begierde für den Sinn (kama) oder den Seinszustand (bhava) erleben, der uns vorenthalten wird oder der erneuert werden muss. Depression, Verzweiflung, Selbsthass oder Selbstmitleid entstehen schließlich aus Langeweile und Furcht und wenn uns die Dinge weggenommen werden, die wir begehren, oder der Zustand, der es uns erlaubt, diese Dinge unter Kontrolle zu haben.

Dieser spirituelle Tod geschieht tagtäglich - immer dann, wenn der Geist (...) versucht, die Realität in seinem Sinne zu manipulieren, nur um festzustellen, dass die Befriedigungen wie die Sonne am Horizont verschwinden. Aufgebaut auf Unwissenheit, entwickelt durch geistiges Zusammenspinnen und manifestiert durch Begierde, ist das "Selbst" eine Konstruktion, bei der der eigene Niedergang schon eingebaut ist. Wegen seiner Abhängigkeit von verschiedenen Ursachen und Bedingungen, ist es an sich schon instabil. Sein Leben darauf aufzubauen heißt, Burgen aus Sand zu bauen.

Übersetzung und dt. Bearbeitung: Elke Heß