

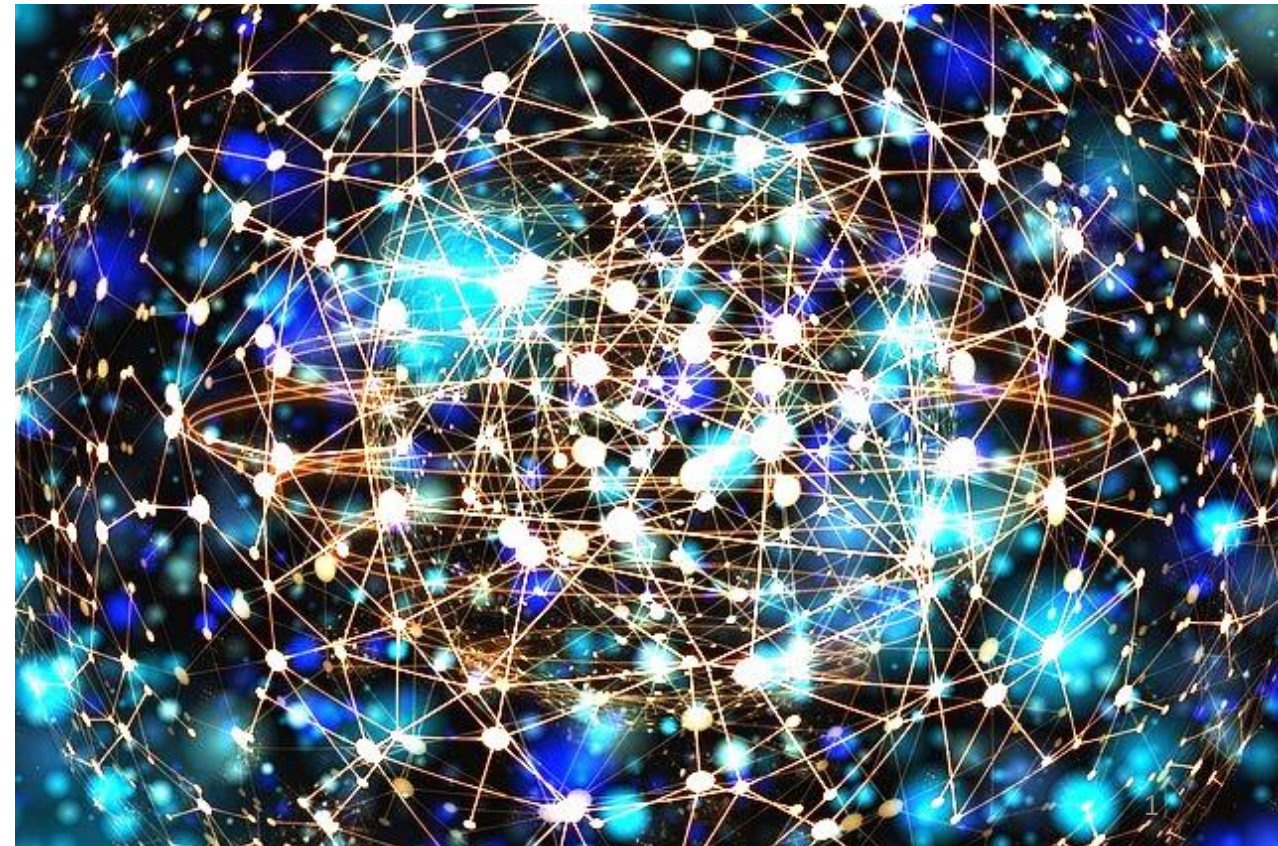


abhidhamma.de

Abhidhamma-Tag 11.05.2024, Agganyani

Die Bedingtheit des Lebens (2)

Mit Hilfe des **Paṭṭhāna** des **Abhidhamma** wollen wir tieferes Verständnis in die Bedingungsbeziehungen des großen Beziehungs-Netzwerks von Geist und Materie entwickeln, das unser Leben ausmacht und beherrscht.





Die 24 Bedingungen (*paccaya*)



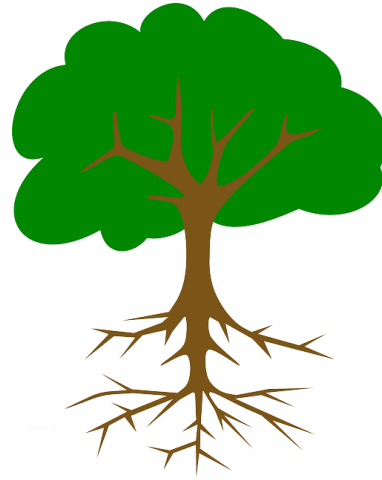
- | | | |
|-----|----------------------------|--|
| 1. | <i>Hetu-paccaya</i> | Wurzel-Bedingung, Wurzelursachen-Bedingung |
| 2. | <i>Ārammaṇa-paccaya</i> | Objekt-Bedingung |
| 3. | <i>Adhipati-paccaya</i> | Vorherrschafts-Bedingung |
| 4. | <i>Anantara-paccaya</i> | Angrenzungs-Bedingung |
| 5. | <i>Samanantara-paccaya</i> | Unmittelbarkeits-Bedingung |
| 6. | <i>Sahajāta-paccaya</i> | Zusammen-Entstehungs-Bedingung |
| 7. | <i>Aññamañña-paccaya</i> | Gegenseitigkeits- oder Reziprok-Bedingung |
| 8. | <i>Nissaya-paccaya</i> | Unterstützungs-, Stütz- oder Grundlagen-Bedingung |
| 9. | <i>Upaṇissaya-paccaya</i> | Entscheidender Anlass, machtvolle Unterstützungs-Bedingung |
| 10. | <i>Purejāta-paccaya</i> | Vorher-Entstehungs-Bedingung |
| 11. | <i>Pacchājāta-paccaya</i> | Nachher-Entstehungs-Bedingung |
| 12. | <i>Āsevana-paccaya</i> | Wiederholungs-Bedingung |
| 13. | <i>Kamma-paccaya</i> | Kamma-Bedingung |
| 14. | <i>Vipāka-paccaya</i> | Kamma-Wirkungs-Bedingung |
| 15. | <i>Āhāra-paccaya</i> | Nahrungs- oder Nährstoff-Bedingung |
| 16. | <i>Indriya-paccaya</i> | Fähigkeits-Bedingung |
| 17. | <i>Jhāna-paccaya</i> | Jhāna-Bedingung |
| 18. | <i>Magga-paccaya</i> | Pfad-Bedingung |
| 19. | <i>Sampayutta-paccaya</i> | Verbindungs- oder Zusammenschluss-Bedingung |
| 20. | <i>Vippayutta-paccaya</i> | Nicht-Verbindungs-Bedingung |
| 21. | <i>Atthi-paccaya</i> | Anwesenheits-Bedingung |
| 22. | <i>Natthi-paccaya</i> | Abwesenheits-Bedingung |
| 23. | <i>Vigata-paccaya</i> | Verschwundenseins-Bedingung |
| 24. | <i>Avigata-paccaya</i> | Nicht-Verschwundenseins-Bedingung |





Hetu paccaya - Wurzel-Bedingung

Was bewirken Wurzeln
bei einer Pflanze?



Stärke, Stabilität
(Wind, Erosion, Wetterschwankungen),
gutes Wachstum, Gesundheit, die Wurzeln
versorgen und nähren die Pflanze ...

... sowohl bei Nutz- und Edelpflanzen - als auch bei unerwünschtem „Unkraut“



auch in schwierigem Gelände helfen starke Wurzeln



Wurzeln stärker als Steinbauten (Angkor Wat, Kambodscha)





Die Bedingtheit des Lebens (2) – Wurzel-Bedingungskraft

Pflanzen mit schwachen oder gar keinen Wurzeln, wie Moos, Mistel, Alge ...
und anfällig für Wind und Wetter, mechanische Einflüsse, Strömungen





Hetu paccaya - Wurzel-Bedingung

Was sind „Wurzeln“ des Geistes?

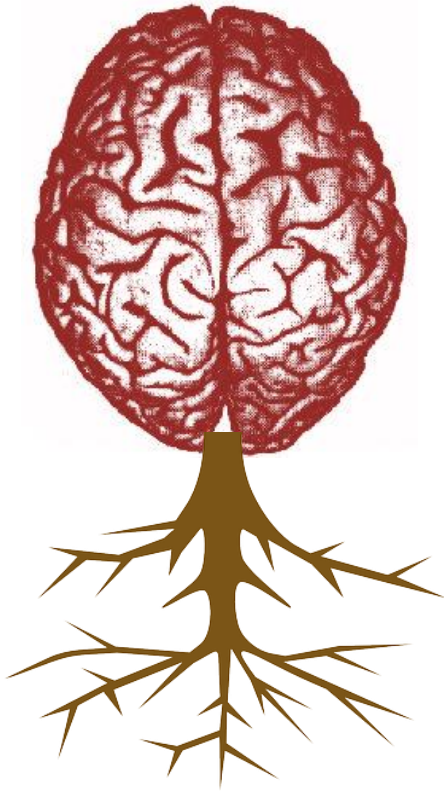
Hetu = Wurzel,
Wurzelursache

Wurzeln machen den Geist fest, stark und stabil.
Wieder im guten wie im schlechten Sinne!

Nyanatiloka, Buddhistisches Wörterbuch:

Wurzeln (*hetu, mūla*) sind solche Bedingungen (*paccaya*), die durch ihre Präsenz die jeweilige moralische Qualität eines Willenszustandes (*cetanā*), des Bewusstseins (*citta*) und der damit verbundenen Geistesfaktoren (*cetasika*) bestimmen.

Die Wurzeln bestimmen die Qualität von *Kamma*.





Hetu paccaya - Wurzel-Bedingung

Was sind „Wurzeln“ des Geistes?

Wurzeln machen den Geist fest, stark und stabil. Er kann gut „wachsen“
... im schlechten Sinn bedeutet es auch, dass die *anusayas* anwachsen.

Schwierige Umstände, weltliche Bedingungen oder „weltliche Winde“
(*loka dhammā*), Kontakt zu erwünschten oder unerwünschten Objekten
können einen **heilsamen, edlen Geist mit starken Wurzeln** nicht leicht
entwurzeln, wegspülen und zunichte machen.



Gute Umstände und Bedingungen, Wissen, Erfahrung und gut gemeinte
Ratschläge weiser Menschen können einen **unheilsamen, bösen Geist mit
starken Wurzeln** nicht einfach entwurzeln, wegspülen, auflösen.

8 loka dhammas:

Gewinn + Verlust
Verehrung + Verachtung
Glück + Unglück
Lob + Tadel
[AN 8.5]



Hetu paccaya - Wurzel-Bedingung

Wurzeln von Bewusstsein (*hetu, mūla*)

heilsam (*kusala*)
resultierend (*vipāka*)
funktional (*kiriya*)

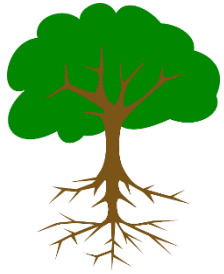
Unheilsame Wurzeln (<i>akusala hetus</i>)	Schöne Wurzeln (<i>sobhana hetus</i>)
Gier (<i>lobha</i>) Begehren, Verlangen, Lust, Anhaftung, Festhalten, Haben-wollen, Sein-wollen, Selbstsüchtigkeit, Egoismus	Nicht-Gier (<i>alobha</i>) Gierlosigkeit, Anti-Gier, Großzügigkeit, Gebefreudigkeit, Freigebigkeit, Selbstlosigkeit, Loslassen
Hass (<i>dosa</i>) Aversion, Ärger, Wut, Zorn, Ablehnung, Widerwille, Übelwollen, Angst	Nicht-Hass (<i>adosa</i>) Hasslosigkeit, Anti-Hass, liebende Güte, Freundlichkeit, Akzeptanz, Wohlwollen; Geduld/Duldsamkeit
Verblendung (<i>moha</i>) Verblendung, Unwissenheit, Ignoranz, Nicht-Erkennen, Nicht-Verstehen	Nicht-Verblendung (<i>amoha</i>) Unverblendung, Anti-Verblendung, Wissen, Weisheit, Verstehen, Einsicht, Erkenntnis

Kommen die Wurzeln
einzeln vor oder welche
Kombinationen gibt es?
Warum?



lobha + moha
dosa + moha
moha

alobha + adosa
alobha + adosa + amoha



Hetu paccaya - Wurzel-Bedingung

**Auszug aus Ledi Sayadaws „Paṭṭhānuddesa-Dīpanī“ (The Buddhist Philosophy of Relations),
übersetzt von Nyanaponika in „Die Wurzeln von Gut und Böse“**

„Nehmen wir einen Baum als Beispiel, so sehen wir, dass die Wurzeln eines Baumes sich fest im Boden verankert haben und die aus Wasser und Erde entzogene Nährlösung bis hinauf in die Krone bringen. So entwickelt sich der Baum und wächst für eine lange Zeit. In ähnlicher Weise verankert sich die Gier in den begehrenswerten Dingen und pumpt die aus Genuss und Vergnügen bereitete Essenz in die begleitenden Bewusstseinsfaktoren hinein, bis diese bersten und sich in unsittlichen Handlungen und Worten ergießen. (...)

Ebenso wie die Wurzel eines Baumes den ganzen Stamm und die anderen Teile des Baumes anregt und belebt, so verhält es sich auch mit der Gierlosigkeit; sie beseitigt die Gier nach begehrenswerten Dingen und fördert das Aufsteigen eines von Gier losgelösten Glücksgefühls, das wie der Baumsaft die es begleitenden Bewusstseinsfaktoren ernährt, bis sie, sozusagen, derart glücklich und freudevoll werden, dass sie sogar die Höhe des Jhāna-Glücks oder des Pfad- oder Fruchteintritts-Glücks erreichen. (...)

Auch die begleitenden Bewusstseinsfaktoren nehmen den Charakter der jeweiligen Einwirkung auf sie an; ebenso verhält es sich auch mit den begleitenden Gruppen materieller Qualitäten. (...)

Diese drei Geisteszustände, Gier, Hass und Verblendung, werden Wurzelursache-Bedingungen genannt, weil sie die Wurzeln sind, denen die Makel der gesamten belebten Welt, der gesamten unbelebten Welt und der Welt des Raumes entspringen.

Die drei entgegengesetzten Zustände, Gierlosigkeit, Hasslosigkeit und Unverblendung, werden gleichfalls Wurzelursache-Bedingungen genannt, weil sie die Wurzeln sind, aus denen Reinheit entsteht.“



Paṭṭhāna, Paccayaniddesa: Hetu paccayo



Hetupaccayo'ti:

Hetu hetusampayuttakānaṃ dhammānaṃ

taṃsamuṭṭhānānañca rūpānaṃ

hetu paccayena paccayo.

Wurzel-Bedingung:

Die Wurzeln ^[1] stehen mit den Phänomenen ^[2], die mit den Wurzeln verbunden sind,
und mit durch sie erzeugter Materie ^[3]

durch die Wurzel-Bedingung in Zusammenhang.

[1] Die sechs Wurzeln (*hetus*) sind: *lobha, dosa, moha* und *alobha, adosa, amoha*

[2] Phänomene, Dinge oder Zustände (*dhammas*) sind die *cittas* und ihre *cetasikas*

[3] Materie, die durch die *cittas* mit Wurzeln erzeugt wird: (*cittaja rūpa*), und im *paṭisandhi*-Moment mit Wurzeln: *kammaja rūpa*



Hetu paccaya - Wurzel-Bedingung

Allgemein:

Bedingendes
(*paccaya*)

6 Wurzeln (*hetus*):

1. Gier (*lobha*)
2. Hass (*dosa*)
3. Verblendung (*moha*)
4. Nicht-Gier (*alobha*)
5. Nicht-Hass (*adosa*)
6. Nicht-Verblendung (*amoha*)

Bedingungskraft,
Beziehung
(*paccayassati*)

hetu paccaya

unterstützen,
stärken,
„nähren“,
„färben“

Bedingtes
(*paccayuppanna*)

71 Bewusstsein mit Wurzeln
(*sahetuka cittas*)
+ 51 Geistesfaktoren (*cetasikas*)
Geist-gezeugte Materie (*cittaja rūpa*)
Kamma-gezeugte Materie (*kammaja rūpa*) im Wiedergeburtsmoment
(*paṭisandhi*)

89 *cittas*
– 18 *ahetuka*
cittas = 71

52 *cetasikas*
– *hetu* = 51

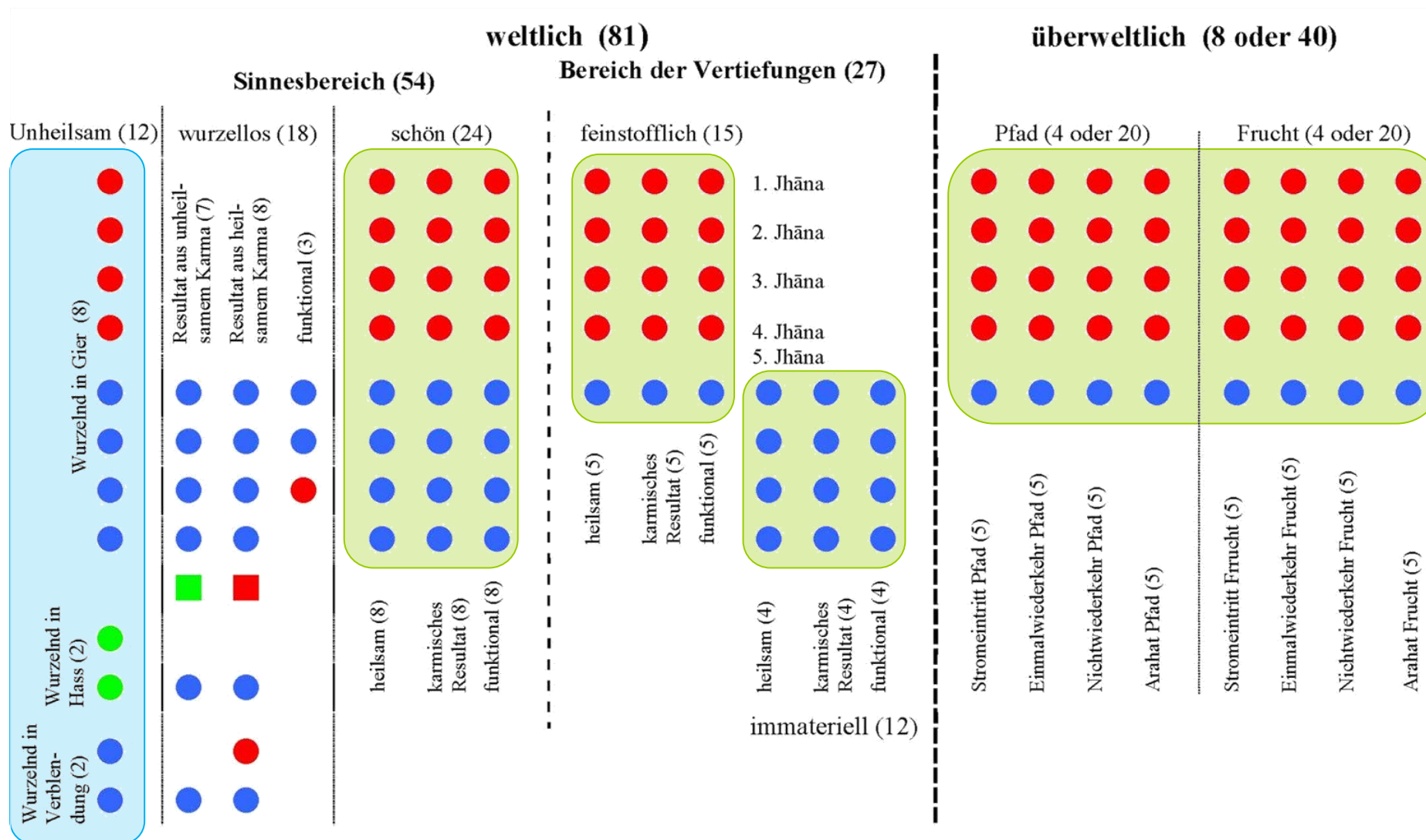
Gleichzeitigkeit:

- *Hetu-cetasika* entsteht und vergeht gleichzeitig mit *citta* und den anderen verbundenen *cetasikas*;
- sie entstehen auf derselben physischen Grundlage (= Herz-Grundlage)
- und haben dasselbe Objekt.
- Auch die in Beziehung stehende Materie entsteht mit dem *hetu*.



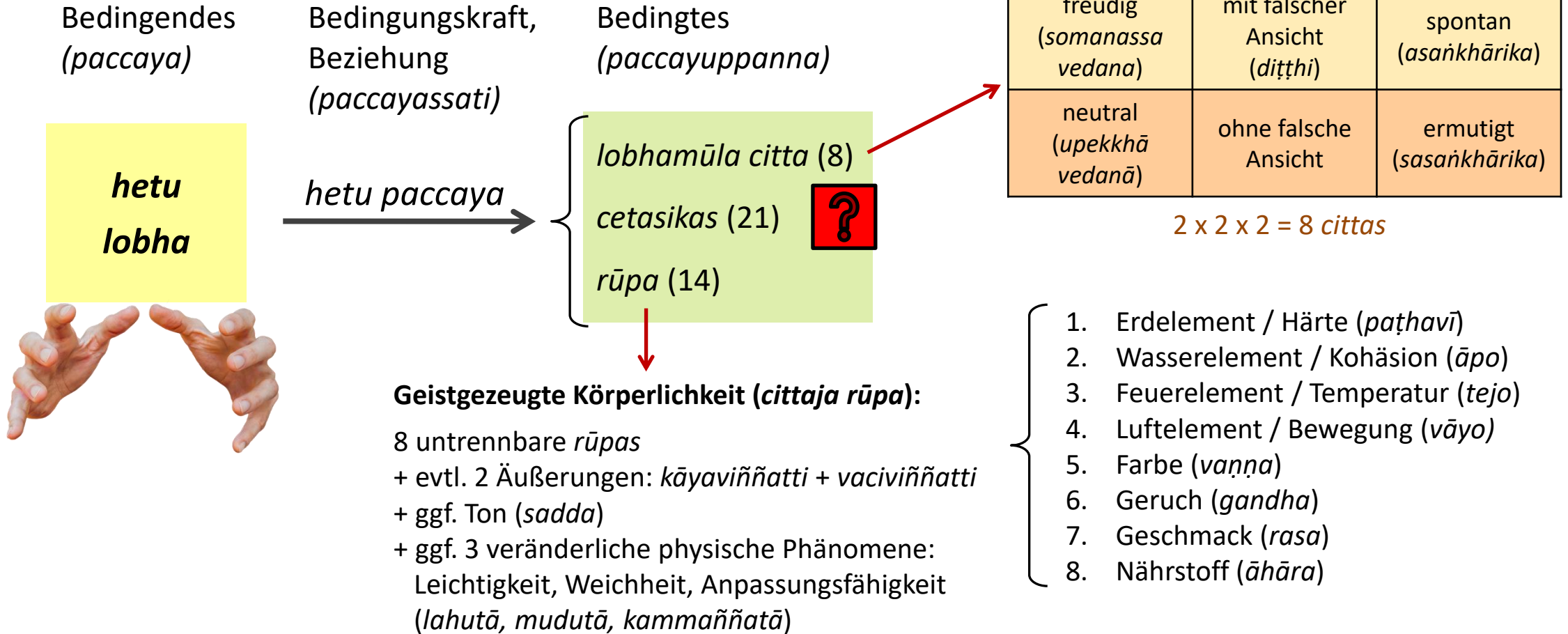
Welches sind Bewusstseinsarten mit Wurzeln (*sahetuka cittas*) ?

Wo sind die **schönen** – wo die **unheilsamen** Wurzeln?





1. Wurzel Gier (*lobha*)



Die Auswirkung auf den Körper geschieht gleichzeitig mit der Gier
 (*cittaja rūpa* entsteht im Existenz-Submoment des *lobhamūla cittas*)



Die Bedingtheit des Lebens (2) – Wurzel-Bedingungskraft

„*Lobha* steht mit den mit ihr verbundenen *dhammas*... durch die Wurzel-Bedingung in Beziehung.“

Citta

1 Art von 8 in Gier wurzelndem
Bewusstsein (*lobhamūla citta*)

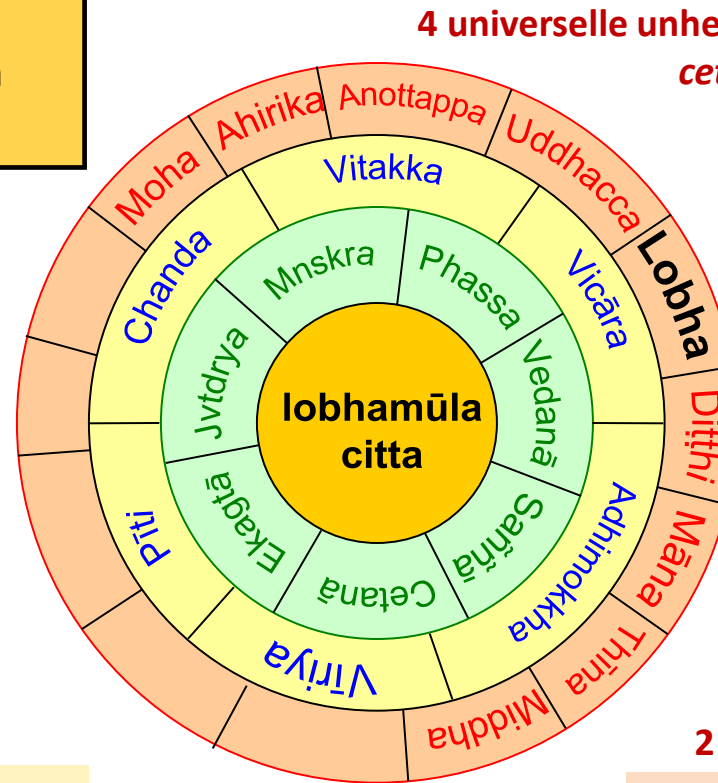
7 universelle *cetasikas*

<i>Phassa</i>	- Kontakt
<i>Vedanā</i>	- Gefühl
<i>Saññā</i>	- Wahrnehmung
<i>Cetanā</i>	- Motivation
<i>Ekaggatā</i>	- Einspitzigkeit
<i>Jīvitindriya</i>	- Lebens-Fähigkeit
<i>Manasikāra</i>	- Aufmerksamkeit

6 gelegentliche *cetasikas*

<i>Vitakka</i>	- Gedankenfassung
<i>Vicāra</i>	- gedankliches Erfassen
<i>Adhimokkha</i>	- Entschlossenheit
<i>Vīriya</i>	- Energie
<i>Pīti</i>	- Freude, Begeisterung
<i>Chanda</i>	- Wunsch

wenn mit
angenehmem
Gefühl
(*somanassa
vedanā*)



4 universelle unheilsame *cetasikas*

<i>Moha</i>	- Verblendung
<i>Ahirika</i>	- Schamlosigkeit
<i>Anottappa</i>	- Rücksichtslosigkeit
<i>Uddhacca</i>	- Unruhe

= 2. Wurzel

Wurzel Gier (Bedingendes)

2 *cetasikas* der Gier-Gruppe

<i>Diṭṭhi</i>	- falsche Ansicht	manchmal einer davon, nie beide
<i>Māna</i>	- Dünkel	

2 sonstige *cetasikas*

<i>Thīna</i>	- Müdigkeit
<i>Middha</i>	- Mattheit

wenn ermutigt (*sasankarika*),
beide zusammen,
sonst keines

Σ = 21

bzw. max. 20,
min. 16



Beispiel für das Wirken der Wurzel *lobha* auf den Geist

Gier -> Denken an das Objekt unserer Begierde => *vitakka* (= *micchā saṅkappa*)

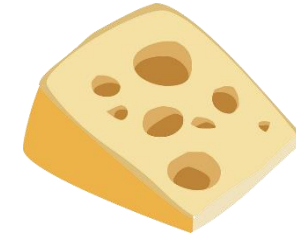
Energie (*virīya*) steigert sich, und wir sind auch bereit uns anzustrengen um das Objekt unserer Begierde zu bekommen bzw. festzuhalten (= *micchā vāyāma*)

Konzentration (*ekaggatā*) auf das Objekt (= *micchā samādhī*)

Nichts anderes wird mehr wahrgenommen (*saññā*)

Unruhe, Aufregung (*uddhacca*) wird stark

Schamlosigkeit, Rücksichtslosigkeit (*ahirika, anottappa*): Bereitschaft auch zu unethischem Handeln, z.B. das Objekt seiner Begierde zu stehlen



Je stärker die Gier ist, desto größer auch die Verblendung (*moha*) – und umgekehrt –
=> die Wirklichkeit kann immer weniger erkannt werden.



Beispiele für das Wirken der Wurzel *lobha* auf den Körper



Gier -> Zusammenlaufen von Speichel im Mund,
Zunge kommt raus
Ton „mmm“ ...

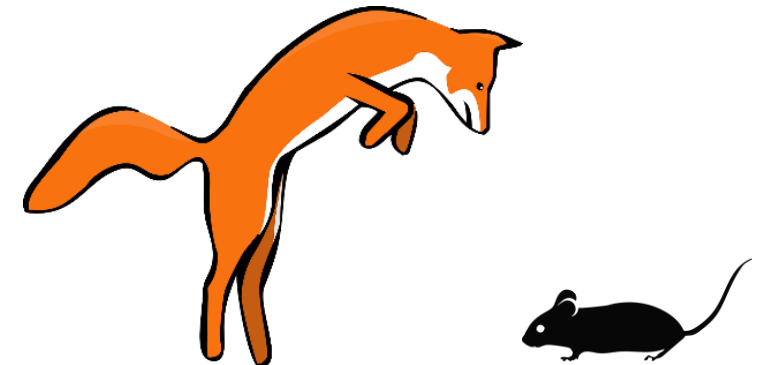


Ausstrecken der Hände nach
dem Objekt unsere Begierde

oder danach Springen
(= Bewegung)



Lachen: Mund verziehen, öffnen (Bewegung),
Lachfalten, Gesichtsfarbe ändert sich, Ton „ha-ha“,
wenn wir uns mitteilen wollen auch sprachliche Äußerung,
manchmal lachen wir Tränen (Wasserelement)...





Bedingtheit für Gier (*lobha*)



Was sind die Ursachen und Bedingungen für die Entstehung von Gier?

Wie kommt die Wurzel Gier (*hetu lobha*) zustande?
Wie wachsen diese Wurzeln?
Was ist „Dünger“ für das Wachstum der Gier?
Warum mögen wir normalerweise Gier und wollen nicht gegen sie vorgehen?
Wie können wir die Gier praktisch ausrotten?

Welche Auswirkungen hat die Gier?

Was sind die Folgen der Wurzel Gier (*hetu lobha*)?
Was erzeugt oder bedingt Gier selbst?
Was können wir gegen die negativen Wirkungen tun?
Wie kann Gier als Motivator für Heilsames wirken und damit gute Resultate hervorbringen?



Was sind die Ursachen und Bedingungen für die Entstehung von Gier?

Wie kommt die Wurzel Gier (*hetu lobha*) zustande?

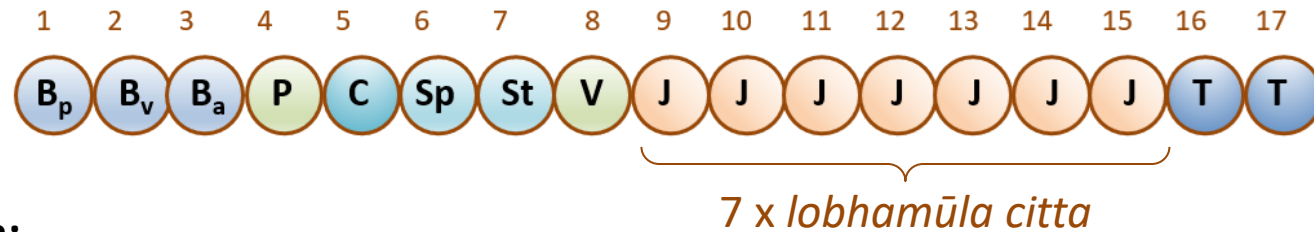
(...)

Paṭiccasamuppāda:

abhängig von Gefühl entsteht Begehren (*vedanā paccayā taṇhā*)

Abhidhamma:

Geistesprozess (*vīthi*):



Bedingungen nach dem Paṭṭhāna:

1. Das **Objekt der Begierde**, mit dem der ganze Prozess arbeitet
2. Die **Herz-Grundlage**, auf der Gier entsteht
3. Das **vorhergehende Bewusstsein** im Prozess
4. Die mit Gier **verbundenen dhammas** (*citta + cetasikas*)

Gewohnheit, **latente Tendenz** zu Gier (*kāmarāgānusaya*)

Aversion, Sorgen, Frustration... Wetter, Wohnort, Menschen...

... **Objekt-Gruppe**

... **Vorher-Entstehungs-Gruppe**

... **Angrenzungs-Gruppe**

... **Zusammen-Entstehungs-Gruppe**

natürliche **Anlass-Bedingung**
(*upanissaya*)

Gier-wurzelndes
Bewusstsein und z.B.
Kontakt, Wahrnehmung,
Verblendung, Aufregung,
Energie, Verzückung,
Konzentration...

Unweise Aufmerksamkeit (*ayoniso manasikāra*) [AN 3.69]

beim am Sinnestor aufmerkenden Bewusstsein (P = *pañcadvārāvajjana*)



Was sind die Ursachen und Bedingungen für die Entstehung von Gier?

Wie wachsen diese Wurzeln?

Was ist „Dünger“ für das Wachstum der Gier?

(...)

Anwachsen von Gier:

- Wiederholung im gleichen geistigen Prozess (*āsevana paccaya* bei den *javanas*)
-> zunehmende, stärkere Gier nach dem gleichen Objekt
- Bei den folgenden Geisttor-Prozessen werden Gier und gierige Reaktionen stärker, wenn keine Achtsamkeit (*sati*) und Weisheit (*paññā*) da sind
- Gier kann zur Gewohnheit werden -> gieriger Charakter (*rāga-carita*)
Jede Gier stärkt die latente Tendenz/Neigung (*anusaya*) zu Gier, so dass immer häufiger Gier entstehen wird

Dünger für Gier:

unweise Aufmerksamkeit (*ayoniso manasikāra*)

falsche Ansicht (*micchā diṭṭhi*) oder Dünkel (*māna*)

zunehmendes Glücksgefühl (*sukha*), Interesse, Entzücken (*pīti*), Aufregung (*uddhacca*)

falsches Denken (*micchā saṅkappa* oder *micchā vitakka*)

Schamlosigkeit (*ahirika*), Nichtbeachtung der eigenen Würde

moralische Furchtlosigkeit (*anottappa*), Gewissenlosigkeit, Rücksichtslosigkeit (auf die Folgen für andere)

(...)



Was sind die Ursachen und Bedingungen für die Entstehung von Gier?

Warum mögen wir normalerweise Gier und wollen nicht gegen sie vorgehen?

Wir mögen Gier

Verbindung mit freudigem Gefühl (*somanassa vedanā*) oder als Folge auf körperliches Wohlgefühl (*sukha vedanā*),

mit Freude, Begeisterung, Verzückung (*pitī*) => wir genießen sie

Verbindung mit der falschen Ansicht (*diṭṭhi*) eines Ich => Identifikation + Festhalten

oder mit Dünkel, Stolz, Einbildung (*māna*) => Freude über die Überlegenheit + Anhaftung

Verbindung mit Aufregung (*uddhacca*) empfinden wir als kribbelnde Spannung, die sich positiv vom Alltag abhebt und uns wach macht, Energie gibt => Genuss

=> Wir geben uns gerne der Gier hin, glauben, dass Gier nicht tadelnswert, unrechtmäßig oder unethisch ist, solange wir nicht aus Gier so handeln, dass wir Gesetze übertreten, andere schädigen, die *sīlas* brechen.

aufgrund von
Verblendung

Aber Achtung:
manokamma!

Wie können wir die Gier praktisch ausrotten?

Temporär: Samatha-Praxis, jhāna (jhāna-Faktor Einspitzigkeit)

Vollständig: **Vipassanā**, insbesondere **Vedanānupassanā**, um den Kreislauf zu stoppen, bevor auf Gefühl mit Begehren reagiert wird (siehe Paṭiccasamuppāda);

alle 4 *satipaṭṭhānas* ... -> zum Schluss heute!

Sinnenlust wird durch *anāgāmī-magga* ausgelöscht, Verlangen nach *rūpa*- und *arūpa-jhānas* und *-bhava* durch *arahatta-magga*.

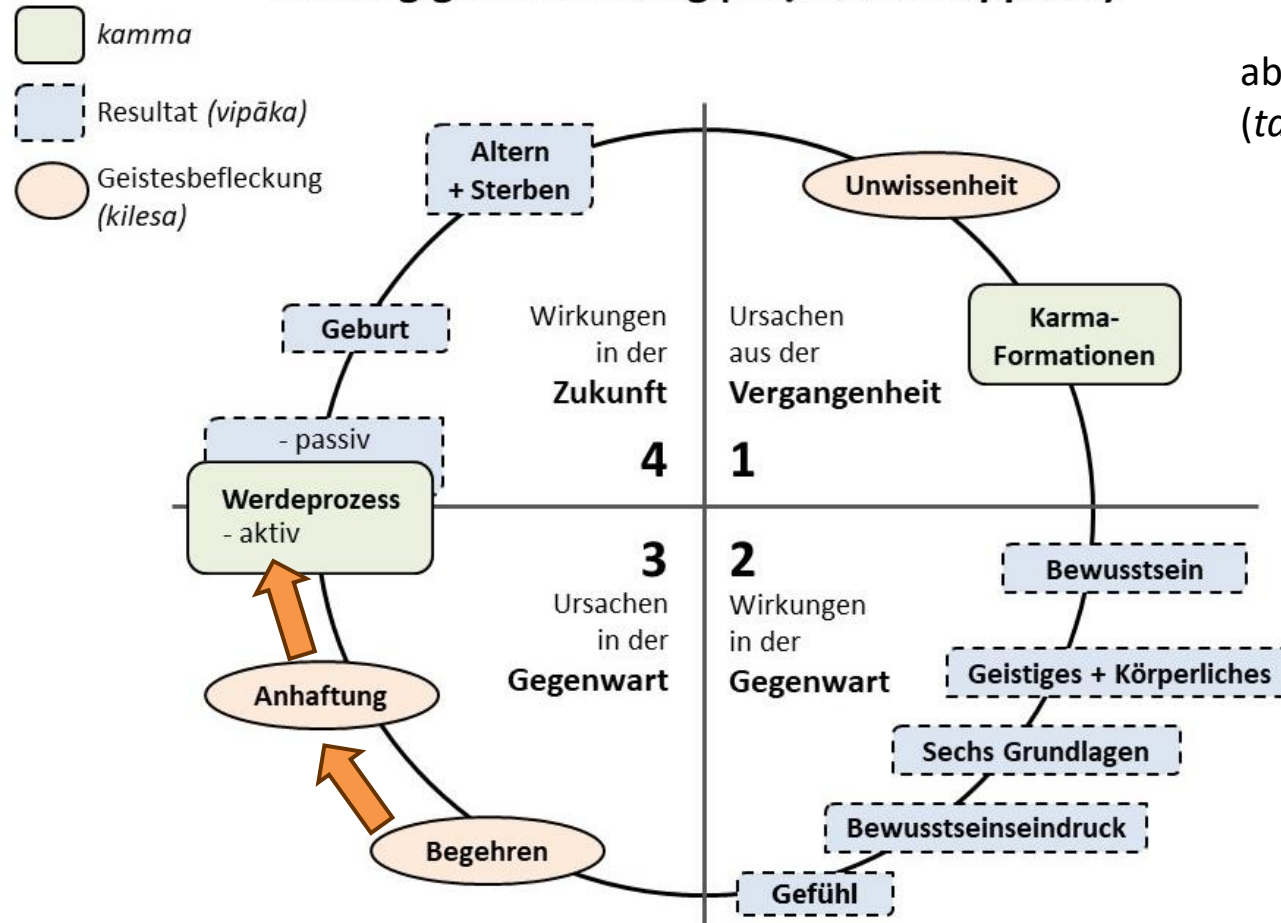


Welche Auswirkungen hat die Gier?

Was sind die Folgen der Wurzel Gier (*hetu lobha*)?

Was erzeugt oder bedingt Gier selbst? (...)

Abhängige Entstehung (*Paṭiccasamuppāda*)



abhängig von Begehren entsteht Anhaftung
(*taṇhā paccayā upadāna*)

Und dann handeln wir (*kamma-bhava*),
um unser Begehren zu erfüllen.

= kammische Aktivität

=> kammisches Resultat (*vipāka*):

- entweder Geburt (Wiedergeburtswusstsein, *paṭisandhi*), die weiter zu Altern, Tod und Leiden führt
- oder ein resultierendes wurzelloses Bewusstsein (*ahetuka vipāka citta*), z.B. die 5 Arten von Sinnesbewusstsein



Welche Auswirkungen hat die Gier?

Was sind die Folgen der Wurzel Gier (*hetu lobha*)?

Was erzeugt oder bedingt Gier selbst? (...)

Gier kann zu unethischem, unmoralischem Verhalten führen.

Aus Gier ist man bereit, die Gesetze, Regeln, Gelübde (*sīla*) zu brechen, man könnte

1. töten (normalerweise eher aus Hass)
2. stehlen
3. Ehebrechen oder andere unheilsame sexuelle Handlungen ausüben
4. lügen, verleumden oder sinnlos reden
5. Alkohol trinken, Drogen oder Rauschmittel nehmen

Mönche und Nonnen könnten außerdem **gegen die Vinaya-Regeln verstoßen**, von Gier überwältigt, könnten sie z.B.

- nach dem Mittag essen
- die Robe falsch tragen, z.B. zu viel des Körpers zu entblößen
- Beziehungen oder Körperkontakte mit Personen des anderen Geschlechts haben
- Kosmetika zur Verschönerung verwenden
- singen, Musik genießen oder Tänze beobachten





Welche Auswirkungen hat die Gier?

Was können wir gegen die negativen Wirkungen tun?

- **Ersetzen des Objekts:** Von groben Objekten des Verlangens und Wünschen zu subtileren, edleren Objekten und Wünschen. Oder durch ein unschönes (*asubha*) Objekt.
- Versuchen, **edle Wünsche (*chanda*)** anstelle von gierigen Wünschen zu entwickeln.
- Entwickeln der entgegengesetzten Qualität: **Großzügigkeit (*alobha*)**, **Selbstlosigkeit**, praktizieren von *dāna* (geben, teilen, schenken, spenden, helfen), loslassen..., um mehr gutes Kamma als schlechtes zu erzeugen.
- **Vipassanā** praktizieren, um „die Dinge so zu sehen, wie sie wirklich sind“ und die Vorstellung eines Selbst auszulöschen. Sotāpanna => keine Wiedergeburt in den niederen, elenden Bereichen mehr möglich.

Kamma: Gleichnis
Salzklumpen



Wie kann Gier als Motivator für Heilsames wirken und damit gute Resultate hervorbringen?

Wenn ein selbstsüchtiger Mensch Gutes tut, z.B. eine Spende an ein Kloster gibt, tut er es oft mit dem **egoistischen Wunsch (= Gier)** nach Verdiensten (*puñña*), nach gutem Kamma, nach besserer Wiedergeburt, nach Ehre, Lob ...
=> *kusala kamma*, aber motiviert durch *akusala mano-kamma*!

Spenden-
Wettbewerb

Gier = Art von **Anregung** => ermutigtes großes heilsames Bewusstsein (*sasaṅkhārika mahākusala citta*).

= Training des Geistes auf das Heilsame hin. Gute Taten werden zur **Gewohnheit** und später **spontan und natürlich sein** (*asaṅkhārika*), ohne selbstsüchtige Motivation. Dann werden wir **reine, heilsame Handlungen** (*kusala kamma*) mit spontanem großen heilsamen Bewusstsein (*asaṅkhārika mahākusala citta*) ausführen.



2. Wurzel Hass (*dosa*)



Bedingendes
(*paccaya*)

Bedingungskraft,
Beziehung
(*paccayassati*)

Bedingtes
(*paccayuppanna*)

hetu
dosa

hetu paccaya

dosamūla citta (2)
cetasikas (21)
rūpa (14)



← **2 *dosamūla citta*s:**

1. mit unangenehmem Gefühl (*domanassa*), verbunden mit Aversion (*paṭigha*), spontan (*asaṅkhārika*)
2. mit unangenehmem Gefühl, verbunden mit Aversion, ermutigt/angeregt (*sasaṅkhārika*)

Geistgezeugte Körperlichkeit (*cittaja rūpa*):

8 untrennbare *rūpas*

+ evtl. 2 Äußerungen: *kāyaviññatti* + *vaciviññatti*

+ ggf. Ton (*sadda*)

+ ggf. 3 veränderliche physische Phänomene:
Leichtigkeit, Weichheit, Anpassungsfähigkeit
(*lahutā, mudutā, kammaññatā*)

} wohl eher nicht bei *dosa*?



Die Bedingtheit des Lebens (2) – Wurzel-Bedingungskraft

„*Dosa* steht mit den mit ihr verbundenen *dhammas*... durch die Wurzel-Bedingung in Beziehung.“

Citta

1 Art von 2 in Hass wurzelndem
Bewusstsein (*dosamūla citta*)

7 universelle *cetasikas*

<i>Phassa</i>	- Kontakt
<i>Vedanā</i>	- Gefühl
<i>Saññā</i>	- Wahrnehmung
<i>Cetanā</i>	- Motivation
<i>Ekaggatā</i>	- Einspitzigkeit
<i>Jīvitindriya</i>	- Lebens-Fähigkeit
<i>Manasikāra</i>	- Aufmerksamkeit

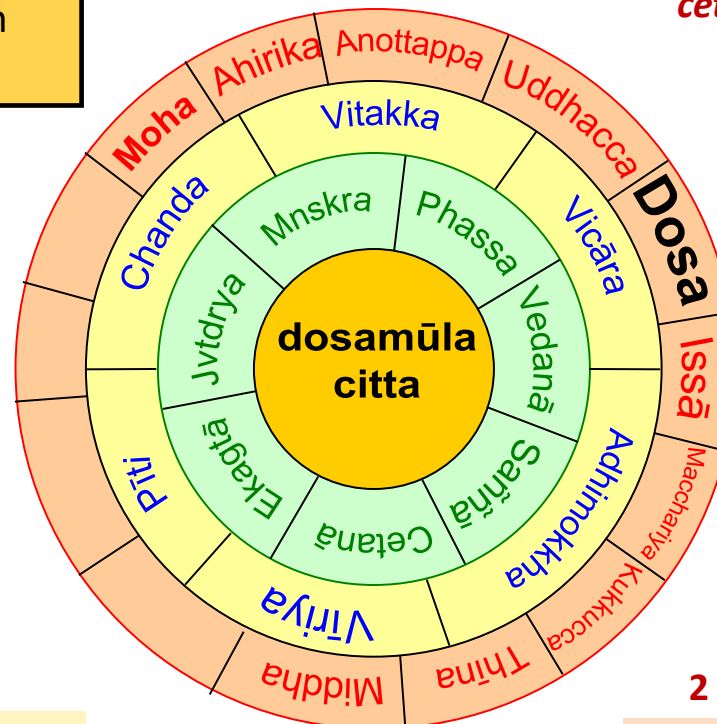
5 gelegentliche *cetasikas*

<i>Vitakka</i>	- Gedankenfassung
<i>Vicāra</i>	- gedankliches Erfassen
<i>Adhimokkha</i>	- Entschlossenheit
<i>Vīriya</i>	- Energie
<i>Pīti</i>	- Freude, Begeisterung
<i>Chanda</i>	- Wunsch

4 universelle unheilsame *cetasikas*

<i>Moha</i>	- Verblendung
<i>Ahriya</i>	- Schamlosigkeit
<i>Anottappa</i>	- Rücksichtslosigkeit
<i>Uddhacca</i>	- Unruhe

= 2. Wurzel



Wurzel Hass (Bedingendes)

3 *cetasikas* der Hass-Gruppe

<i>Issā</i>	- Neid
<i>Macchariya</i>	- Geiz
<i>Kukkucca</i>	- Gewissensbisse

manchmal
einer davon,
nie alle

2 sonstige *cetasikas*

<i>Thīna</i>	- Müdigkeit
<i>Middha</i>	- Mattheit

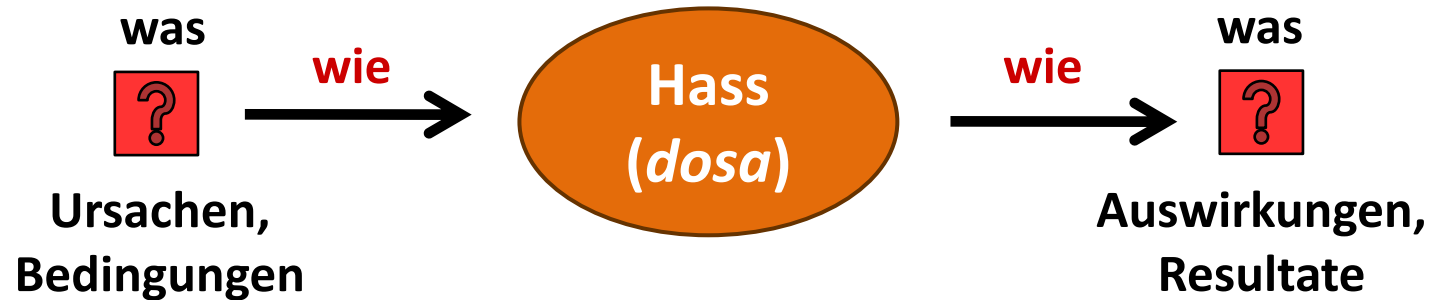
wenn ermutigt (*sasaṅkarika*),
beide zusammen,
sonst keines

Σ = 21

bzw. max. 19,
min. 16



Bedingtheit für Hass (*dosa*)



Was sind die Ursachen und Bedingungen für die Entstehung von Hass?

Unerwünschtes Objekt, unangenehmes Gefühl
 Verlust eines Objektes der Anhaftung
 Verblendung (*moha*)
 Unweise Aufmerksamkeit (*ayoniso manasikāra*)
 Vorher entstandene Herz-Grundlage
 Mangel an Mitgefühl (*karuṇā*)
 Latente Tendenz *paṭighānusaya* vorhanden
 9 falsche Gedanken [AN 9.29]:
 „Er hat mich unglücklich gemacht/macht mich/wird...
 Er hat meinen Freund... meinen Feind...“
 (...)

Welche Auswirkungen hat Hass?

gesamter Geist (*citta + cetasikas*) wird unheilsam, z.B.
 Gefühl unangenehm (*domanassa*) => wir leiden!
 Verblendung (*moha*) und Unruhe (*uddhacca*) nehmen zu.
 Ggf. entstehen auch *issā, macchhariya, kukkucā*.
Viriya -> destruktive Energie.
 Gefahr, dass wir auch sprachlich und körperlich unheilsam
 handeln (*akusala vacī- / kāya-kamma*).
 Latente Tendenz *Paṭighānusaya* wird verstärkt.
Dosa gibt Anlass für neuen *dosa* (= *upanissaya-Bedingung*).
 -> aversiver Charakter (*dosa-carita*), Leute meiden uns.
Paṭiccasamuppāda: *Dosa* -> *upādāna* -> *kamma-bhava* => *vipāka*
 (*paṭisandi* in *apāya*) oder Sinnesbewusstsein (*ahetuka vipāka*)



Beispiel zur Wirkungsweise der Wurzel Hass (*dosa*)



Wir ärgern uns (*dosa*), weil wir beschimpft oder kritisiert wurden,

- Gesicht, Nacken, Hände verspannen sich => Erdelement / Härte
- die Gesichtsfarbe verändert sich, wird rot => Farbe
- wir fluchen, jammern => Ton oder heulen vielleicht sogar => Wasserelement
- wir beschweren uns bei anderen über ihn => sprachliche Äußerung
- bedrohen ihn oder einen Stellvertreter vielleicht mit den Fäusten vor Wut
=> körperliche Äußerung ...



*cittaja
rūpa*

Wir haben ein hass-wurzelndes Bewusstsein und

- wir sind aufgeregt und unruhig (*uddhacca*),
- ringsherum nehmen wir nichts Positives mehr wahr (*saññā*),
- unsere Motivation (*cetanā*) ist unheilsam, wir denken (*vitakka*) vielleicht an Rache oder daran, zum Trost und zur Ablenkung den Fernseher einzuschalten,
- vielleicht beneiden (*issā*) wir einen anderen, der von dieser Person gelobt wurde,
- oder, wenn wir zurecht kritisiert wurden, machen wir uns Sorgen und Gewissensbisse (*kukkucca*)
- wir leiden psychisch (*domanassa vedanā*) ...

Auswirkung
auf den
Geist



Noch ein Beispiel zur Wirkungsweise der Wurzel Hass (*dosa*)



Aus Angst (= auch *dosa*) vor der Spinne

- erstarren wir => Erdelement (Härte)
- werden blass => Farbe
- zittern wir => Luftelement (Bewegung)
- tritt Angstschweiß auf => Wasserelement
- schreien wir vielleicht => Ton
- rufen wir um Hilfe => sprachliche Äußerung



und geistig

- starren wir wie fixiert auf die Spinne = Konzentration (*ekaggatā* -> *micchā samādhi*)
- leiden wir, unser Gefühl ist sehr unangenehm (*domanassa vedanā*)
- sind wir aufgeregt (*uddhacca*)
- haben wir unheilsame Motivation (*cetanā*) und grausame Gedanken (*vitakka*, *micchā saṅkappa*), die Spinne umzubringen ...



Was können wir gegen die Wurzel Hass und ihre negativen Auswirkungen tun?

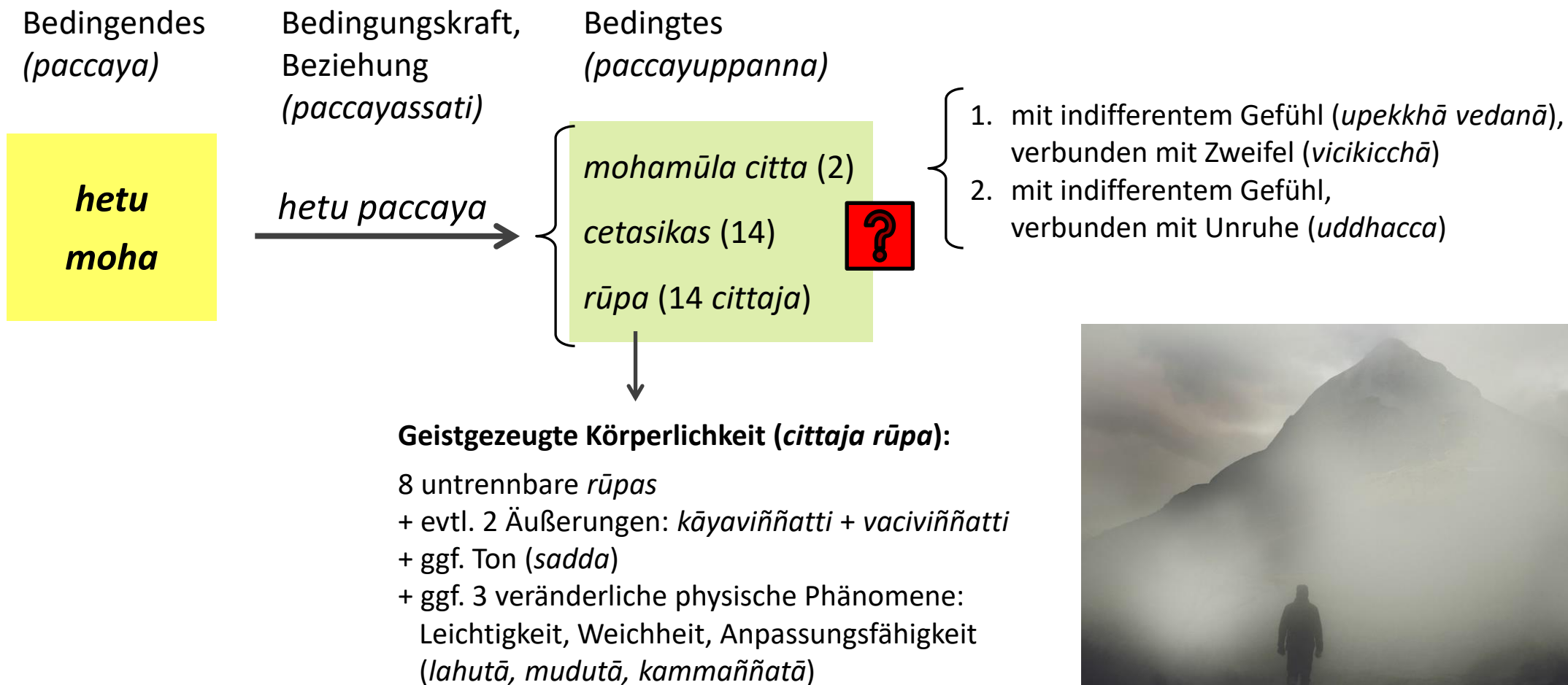
- **Ersetzen des Objekts der Abneigung:** Aufmerksamkeit auf ein schönes Objekt oder einen positiven Aspekt der widerwärtigen Person/Situation richten, Interesse und Freude daran entwickeln.
- Statt Böswilligkeit und Übelwollen, **heilsame Wünsche (*chanda*)** entwickeln.
- ***Mettā*** und die anderen Unermesslichen (*appamaññā*) praktizieren, um den entgegengesetzten Zustand, Wohlwollen oder Freundlichkeit (*adosa*) hervorzubringen; oder über **kamma kontemplieren**.
- Statt Selbstbezogenheit und Egoismus, um das Wohl anderer kümmern und Verständnis für sie entwickeln.
- Statt an eigenen Positionen, Meinungen und Interpretationen anzuhaften, diese hinterfragen, anderen zuhören und versuchen auch die Meinungen anderer zu verstehen und zu tolerieren.
- Samatha => temporäre Unterdrückung des Hindernisses (*nīvaraṇa*) *byāpāda* in *jhāna*
- **Vipassanā**, insbesondere *Vedanānupassanā*, weil wir auf unangenehme Gefühle mit Aversion reagieren, aber auch *Citta-* und *Dhammānupassanā* ... (siehe später)

Sotāpanna => keine Wiedergeburt in den niederen Bereichen (*apāya*)

Anāgāmi => aller Hass endgültig ausgelöscht (Ablegung der Fessel *byāpāda* und Auslöschung der latenten Tendenz *paṭighānusaya*)



3. Wurzel Verblendung (*moha*)





Anmerkung zu Verblendung (*moha*)

≡ Unwissenheit (*avijjā*)

Verblendung, Blendung, Vernebelung, Dunkelheit...

wir können nicht sehen, erkennen, wir sind verwirrt, täuschen uns

=> Gier oder Hass/Angst,
Zweifel oder Unruhe und Aufregung

Unwissenheit, Nicht-Erkennen von was?

heilsam - unheilsam

Vier edle Wahrheiten

Wirklichkeit(en)

... und deren Natur von

anicca, dukkha, anattā, asubha





Die Bedingtheit des Lebens (2) – Wurzel-Bedingungskraft

„*Moha* steht mit den mit ihm verbundenen *dhammas*... durch die Wurzel-Bedingung in Beziehung.“

Citta

1 Art von 2 in Verblendung wurzelndem Bewusstsein (*mohamūla citta*)

7 universelle *cetasikas*

<i>Phassa</i>	- Kontakt
<i>Vedanā</i>	- Gefühl
<i>Saññā</i>	- Wahrnehmung
<i>Cetanā</i>	- Motivation
<i>Ekaggatā</i>	- Einspitzigkeit
<i>Jīvitindriya</i>	- Lebens-Fähigkeit
<i>Manasikāra</i>	- Aufmerksamkeit

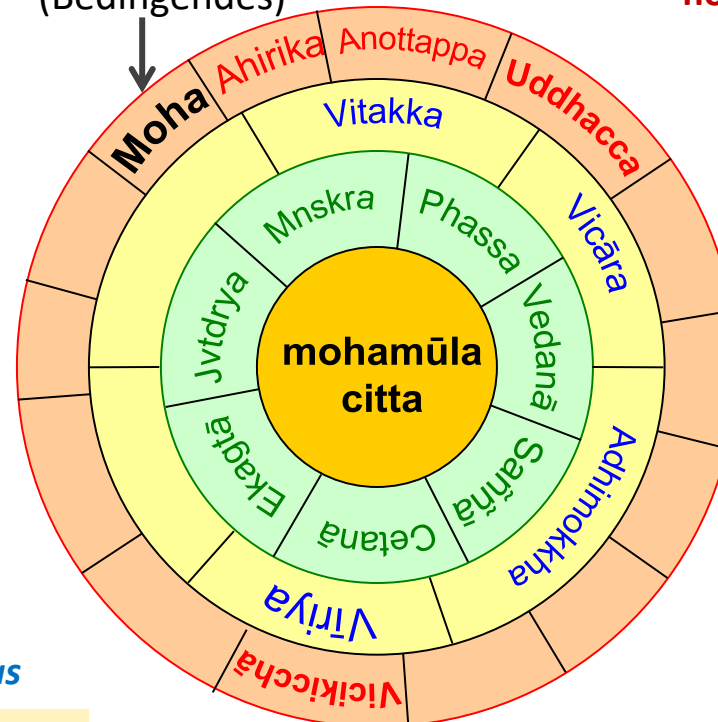
nur 3 - 4 gelegentliche *cetasikas*

nur im 2. *mohamūla citta*:
uddhacca-sampayutta →

<i>Vitakka</i>	- Gedankenfassung
<i>Vicāra</i>	- gedankliches Erfassen
<i>Adhimokkha</i>	- Entschlossenheit
<i>Vīriya</i>	- Energie
<i>Pīti</i>	- Freude, Begeisterung
<i>Chanda</i>	- Wunsch

Wurzel Verblendung

(Bedingendes)



noch 3 universelle unheilsame *cetasikas*

<i>Ahirika</i>	- Schamlosigkeit
<i>Anottappa</i>	- Rücksichtslosigkeit
<i>Uddhacca</i>	- Unruhe

für jedes der *mohamūla cittas*:

$$\Sigma = 14$$

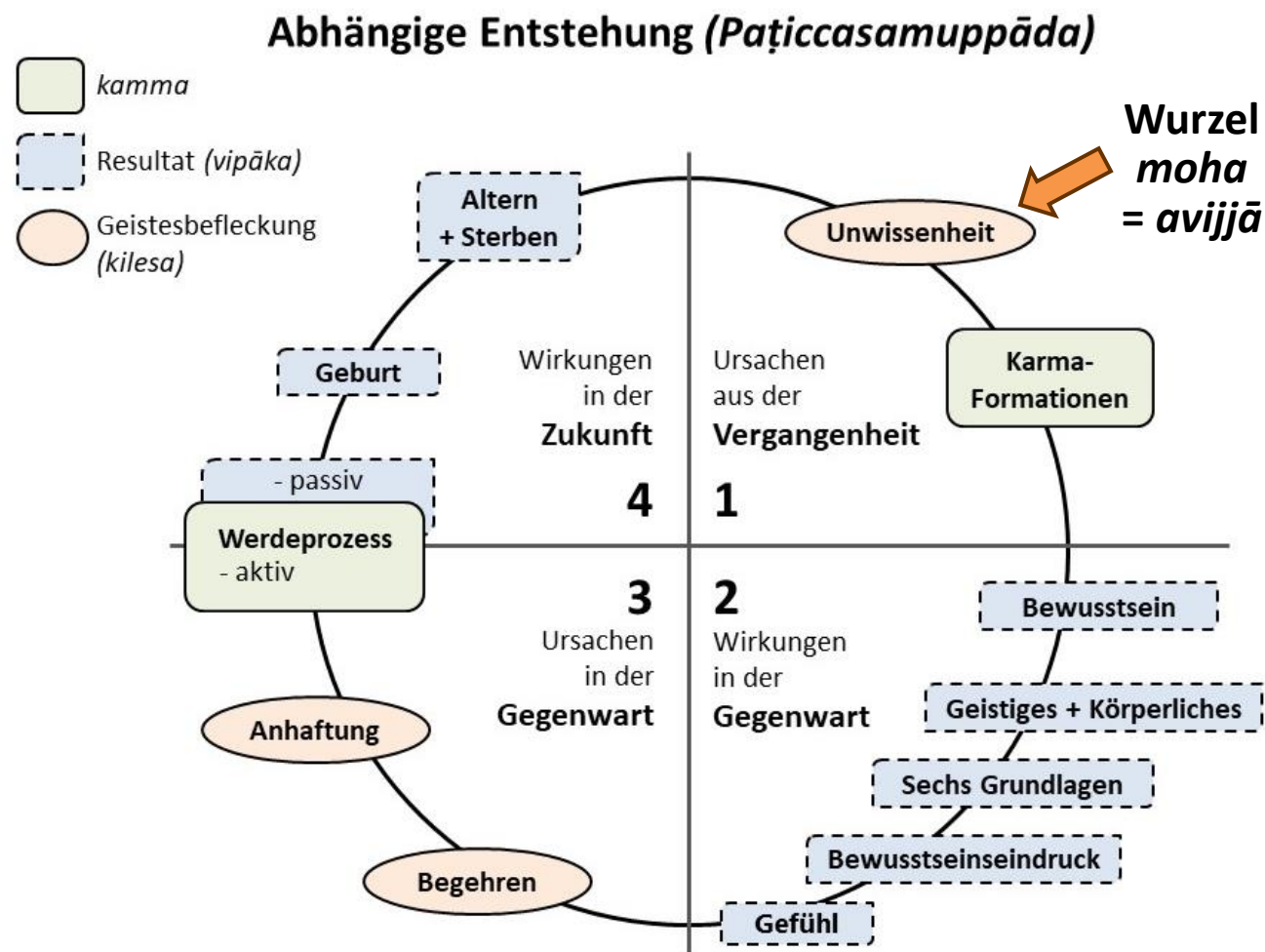
1 sonstiges unheilsames *cetasika*

Vicikicchā - Zweifel

nur im 1. *mohamūla citta*:
vicikicchā-sampayutta



Bedingtheit für die Wurzel Verblendung (*moha*)



Wie ist *moha* / *avijjā* bedingt?

MN 9

„Mit dem Entstehen der Trieben (*āśava*) kommt es zum Entstehen von Unwissenheit“

AN 10.61

Nicht lässt sich, ihr Mönche, ein erster Anfang der Unwissenheit derart erkennen, als ob Unwissenheit vordem nicht dagewesen und erst später entstanden wäre. Wohl aber lässt sich erkennen, dass die Unwissenheit eine bestimmte Bedingung hat. Auch die Unwissenheit, sage ich, hat eine sie ernährende, ist nicht ohne solche Bedingung. Und was ist die ernährende Bedingung der Unwissenheit? »Die fünf Hemmungen«, hätte man zu antworten.

Was bedingt *moha* / *avijjā* selbst?

-> **Karma-Formationen (*cetanā*)**

-> Wiedergeburt und weiteres Kreisen im *Samsāra*



Beispiel zur Wirkungsweise der Wurzel Verblendung (*moha*)

In der Meditation sind wir verunsichert, ob wir die Anleitung des Lehrers richtig verstanden haben, ob der Buddha es wirklich so gemeint hat, ob es eine geeignete Meditationsmethode für uns ist, oder was eine Erfahrung von uns zu bedeuten hat

- wir können nicht mehr gut sitzen, werden unruhig oder zappelig, heben vielleicht die Schultern, der Atem geht schneller => Luftelement / Bewegung
- unsere Mimik zeigt einer anderen Person unsere geistige Verfassung (*kāya-viññatti*)...

*cittaja
rūpa*



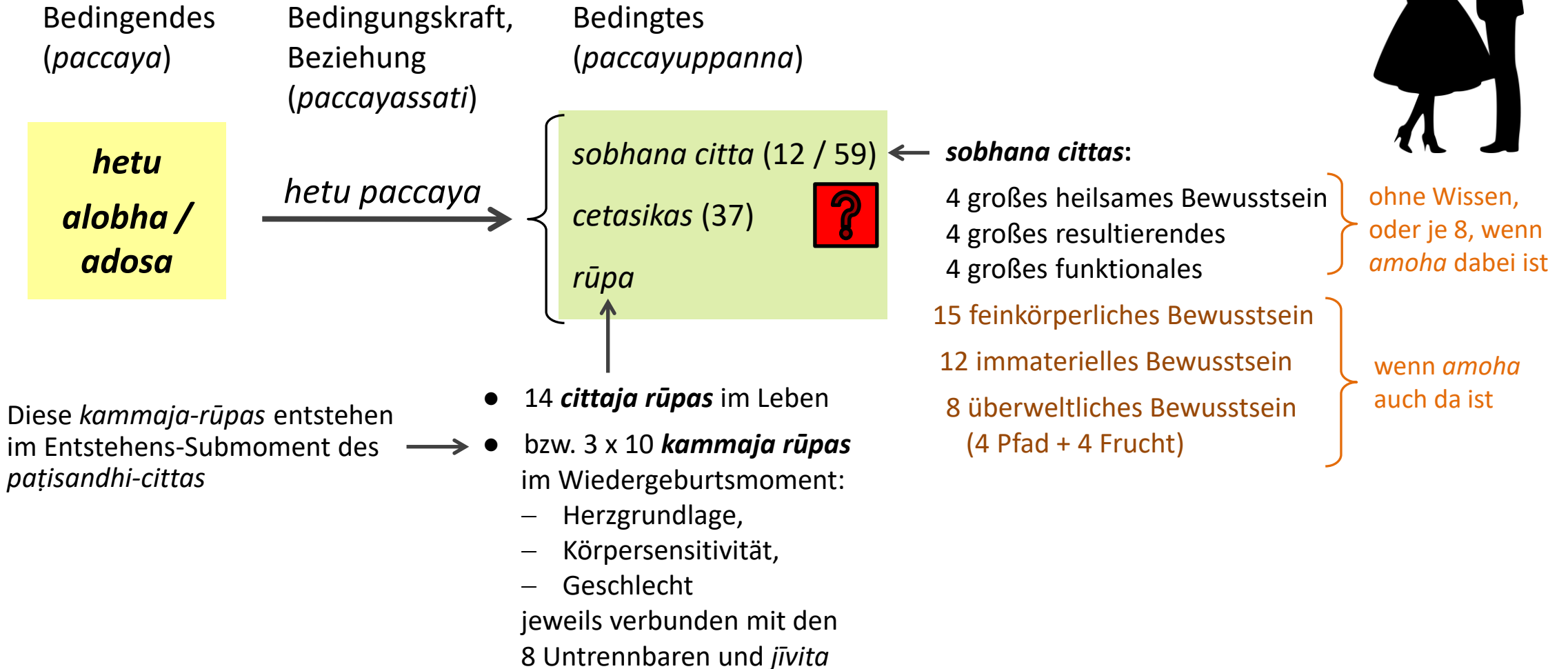
Wir haben ein Verblendung-wurzelndes Bewusstsein und

- wir sind unruhig (*uddhacca*),
- wir grübeln und denken (*vitakka*) hin und her
- wir schwanken, können uns nicht entscheiden (kein *adhimokkha*) und zweifeln (*vicikicchā*)
- unser Gefühl ist indifferent (*upekkhā vedanā*) ...

Auswirkung
auf den
Geist



4. Wurzel Nicht-Gier (*alobha*) und 5. Wurzel Nicht-Hass (*adosa*)





Wurzeln *alobha* und *amoha* kommen immer zusammen vor,
und haben dasselbe Objekt, aber eine der Wurzeln kann stärker / führend sein

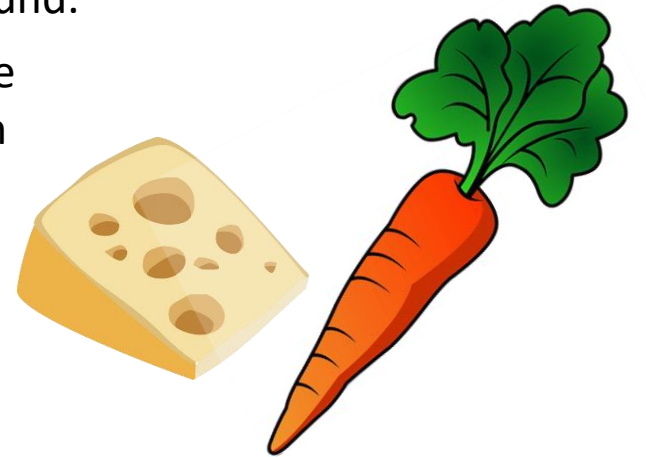


Beispiel:

Wir begegnen einem netter, freundlicher Hund.

Als Tierfreund entsteht sofort liebende Güte
(*mettā* = *adosa*) in unserem Geist, und auch
gleichzeitig Gebefreudigkeit (*alobha*),
gerne wollen wir ihn füttern ...

Hier führt *adosa* an.





Die Bedingtheit des Lebens (2) – Wurzel-Bedingungskraft

„*Alobha ... adosa* steht mit den mit ihm verbundenen *dhammas*... durch die Wurzel-Bedingung in Beziehung.“

Citta

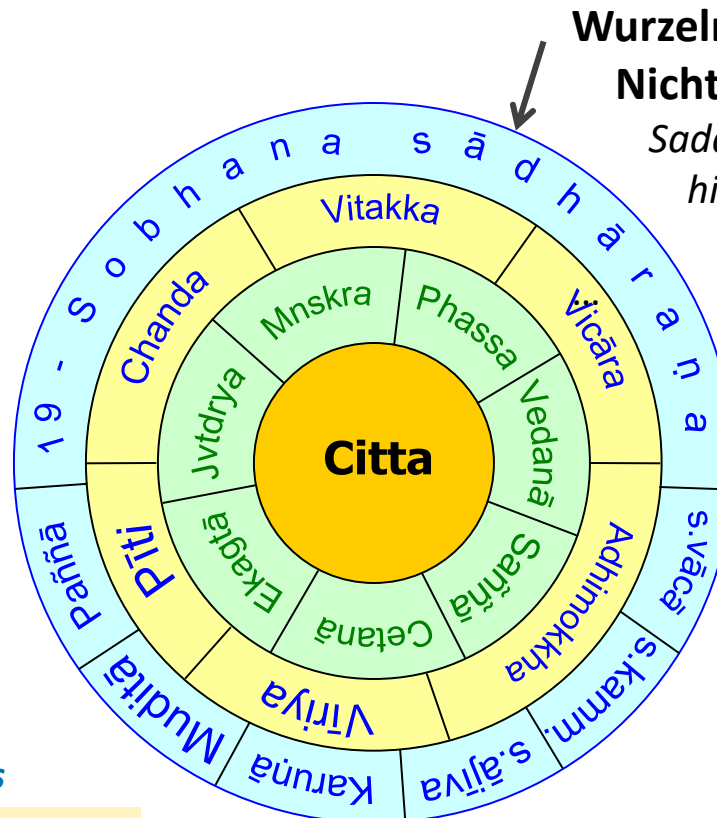
1 Art des schönen Bewusstseins
(*sobhana citta*)

7 universelle *cetasikas*

<i>Phassa</i>	- Kontakt
<i>Vedanā</i>	- Gefühl
<i>Saññā</i>	- Wahrnehmung
<i>Cetanā</i>	- Motivation
<i>Ekaggatā</i>	- Einspitzigkeit
<i>Jīvitindriya</i>	- Lebens-Fähigkeit
<i>Manasikāra</i>	- Aufmerksamkeit

3 - 6 gelegentliche *cetasikas*

Jhāna-Faktoren fehlen ggf.	→	<i>Vitakka</i>	- Gedankenfassung
	→	<i>Vicāra</i>	- gedankliches Erfassen
	→	<i>Adhimokkha</i>	- Entschlossenheit
wenn mit <i>somanassa- vedanā</i>	→	<i>Vīriya</i>	- Energie
	→	<i>Pīti</i>	- Freude, Begeisterung
	→	<i>Chanda</i>	- Wunsch



Wurzeln Nicht-Gier und
Nicht-Hass,

*Saddhā, sati,
hiri, ottappa,
tattamajjhataṭṭā,*

universelle
schöne
cetasikas

6 gelegentliche schöne *cetasikas*

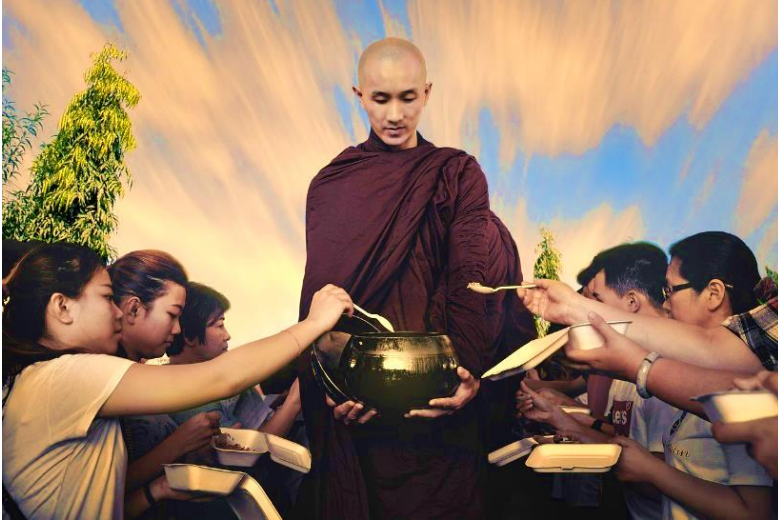
<i>Viratis</i>	- 3 Enthaltungen	(nie alle gemeinsam)
<i>Karuṇā</i>	- Mitgefühl	
<i>Muditā</i>	- Mitfreude	
<i>Paññā</i>	- Weisheit	← 3. Wurzel, falls vorhanden

Σ = 37 (allgemein)

=> Wurzel *alobha* oder *adosa* steht mit 1 *citta*
und 37 *cetasikas* in Beziehung
(29 bei den *arūpa-jhānas*, maximal 33 bei *mahākusala*)



Beispiel zur Wirkungsweise der Wurzel Nicht-Gier (*alobha*) während des Lebens



Wir geben freudig einem Mönch, der auf Almosengang ist, Essen

- wir bewegen unsere Hand um ihm zu geben
=> Luftelement / Bewegung
- wir fühlen uns dabei entspannt und leicht,
unsere Bewegung ist geschmeidig ...
=> *kāya-passaddhi*, *-lahutā*, *-mudutā*
- vielleicht lächeln wir sanft ...

*cittaja
rūpa*

Wir haben ein großes heilsames Bewusstsein (*mahākusala citta*) und wir sind

- ruhig und friedlich (*passaddhi*),
- achtsam (*sati*) und ganz auf den Akt des Gebens konzentriert (*ekaggatā*, *sammā samādhi*)
- freundlich, empfinden liebende Güte (*mettā* = *adosa*) für den Mönch
- wir haben Vertrauen (*saddhā*) in Buddha, Dhamma, Saṅgha
- wir freuen uns, geben zu können (*pīti*)
- unser Gefühl ist angenehm (*somanassa vedanā*)
- unsere Motivation (*cetanā*) ist heilsam
- vielleicht wissen wir (*paññā* = *amoha*) gleichzeitig: es ist heilsames *kamma*; es gibt keine „Person“, die gibt, die empfängt, die die Früchte des *kamma* erntet ...

Auswirkung
auf den
Geist



Beispiel zur Wirkungsweise der Wurzel Nicht-Hass (*adosa*) während des Lebens

In der Mettā-Meditation entfalten wir bedingungslose Liebe zu einer Person

- Unser Körper und unsere Gesichtszüge entspannen sich (= Balance der 4 Elemente, *mahābhūtas*)
- vielleicht lächeln wir
- unser Atem verlangsamt sich, wird ruhig und weich
- uns wird's warm ums Herz ...

*cittaja
rūpa*

Wir haben ein großes heilsames Bewusstsein (*mahākusala citta*) oder erlangen vielleicht sogar *jhāna* damit, dann haben wir das 1., 2., 3. oder 4. *rūpāvacara kusala citta*

- Wir sind ruhig und friedlich (*passaddhi*),
- achtsam (*sati*) und ganz auf diese Person konzentriert (*ekaggatā, sammā samādhi*),
- denken nur an diese Person und ihre Qualitäten (*vitakka, vicāra*) – außer im 3. und 4. *jhāna*
- Freude ist da (*pīti*) – außer im 4. *jhāna*
- unser Gefühl ist angenehm (*somanassa vedanā*) bzw. Glücksgefühl (*sukha*)
- unsere Motivation (*cetanā*) ist heilsam
- Großzügigkeit (*alobha*) ist da, wir sind bereit alles mit dieser Person zu teilen, sie zu beschenken ...

Auswirkung
auf den
Geist



6. Wurzel Nicht-Verblendung (*amoha*) = Erkenntnis, Wissen, Weisheit (*paññā*)



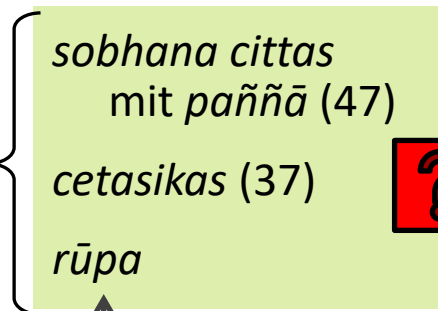
Bedingendes
(*paccaya*)

Bedingungskraft,
Beziehung
(*paccayassati*)

Bedingtes
(*paccayuppanna*)



hetu paccaya →



47 *sobhana cittas*:

12 schöne der Sinnessphäre:

- 4 große heilsame
- 4 resultierende
- 4 funktionale

jeweils mit Wissen
(*ñāṇa-sampayutta*)

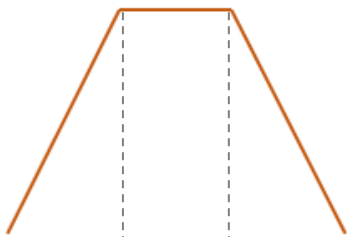
15 feinkörperliches Bewusstsein

12 immaterielles Bewusstsein

8 überweltliches Bewusstsein
(4 Pfad + 4 Frucht)

- 14 ***cittaja rūpas*** im Leben
- bzw. 3 x 10 ***kammaja rūpas*** im Wiedergeburtsmoment:
(Herzgrundlage, Körpersensitivität, Geschlecht)

Submomente eines *citta*



Entstehen - Bestehen - Vergehen

Geist-gezeugte Materie entsteht im **Bestehens-Submoment** des Bewusstseins (durch die Kraft des *citta* und der *hetus*), auf der Herz-Grundlage, die vorher entstanden ist.

Kamma-gezeugte Materie entsteht im **Entstehens-Submoment** des Wiedergeburt-Bewusstseins (durch die Kraft des *paṭisandhi-citta* und der *hetus*), auf der Herz-Grundlage, die gleichzeitig entsteht.



Die Bedingtheit des Lebens (2) – Wurzel-Bedingungskraft

„*Amoha* steht mit den mit ihm verbundenen *dhammas*... durch die Wurzel-Bedingung in Beziehung.“

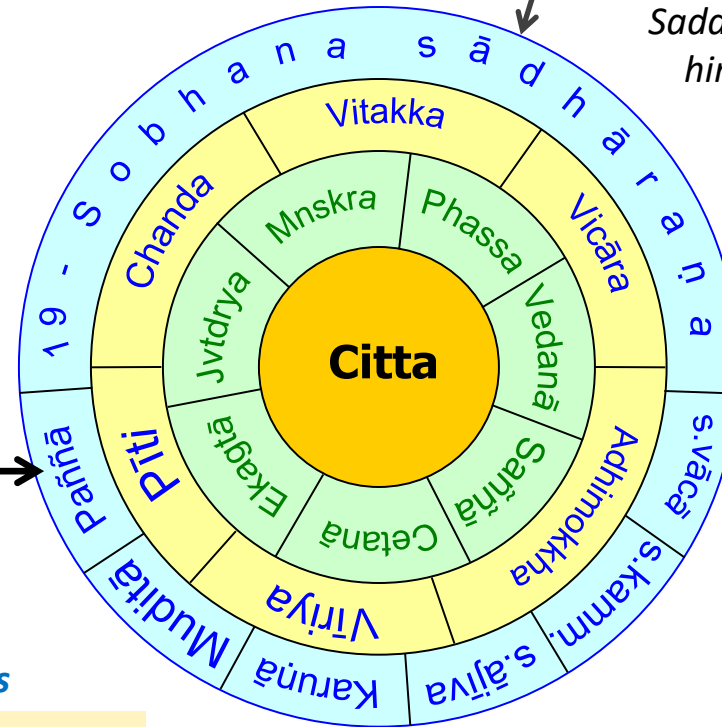
Citta

1 Art des schönen Bewusstseins mit Weisheit (*sobhana citta ñāṇa-sampayutta*)

7 universelle *cetasikas*

<i>Phassa</i>	- Kontakt
<i>Vedanā</i>	- Gefühl
<i>Saññā</i>	- Wahrnehmung
<i>Cetanā</i>	- Motivation
<i>Ekaggatā</i>	- Einspitzigkeit
<i>Jīvitindriya</i>	- Lebens-Fähigkeit
<i>Manasikāra</i>	- Aufmerksamkeit

Wurzel
amoha



Wurzeln Nicht-Gier und Nicht-Hass auch vorhanden,
Saddhā, sati, hiri, ottappa, tatramajjhataṭṭā, ...

19 universelle
schöne *cetasikas*

5 gelegentliche schöne *cetasikas*

<i>Viratis</i>	- 3 Enthaltungen
<i>Karuṇā</i>	- Mitgefühl
<i>Muditā</i>	- Mitfreude

(nie alle gemeinsam)

3 - 6 gelegentliche *cetasikas*

Jhāna-Faktoren fehlen ggf.	→	<i>Vitakka</i>	- Gedankenfassung
	→	<i>Vicāra</i>	- gedankliches Erfassen
	→	<i>Adhimokkha</i>	- Entschlossenheit
wenn mit <i>somanassa-</i> <i>vedanā</i>	→	<i>Vīriya</i>	- Energie
	→	<i>Pīti</i>	- Freude, Begeisterung
	→	<i>Chanda</i>	- Wunsch

$\Sigma = 37$ (allgemein)

=> Wurzel *amoha* steht mit 1 *citta*
und 37 *cetasikas* in Beziehung
(29 bei den *arūpa-jhānas*, maximal 33 bei *mahākusala*)



Gleichnis [aus „Paṭṭhāna light“ von Sayadaw U Ñāṇavaṃsa]:

3 Pflanzen wachsen in der Erde: Chili, Zitrone und Zuckerrohr.

Die Erde hat nicht die Absicht und Fähigkeit, Chili scharf, Zitrone sauer und Zuckerrohr süß zu machen.

Die Entwicklung des Geschmacks ist abhängig von den Genen und wird vom Dünger gefördert.



Genauso wie die Erde sind die Objekte, denen wir täglich begegnen. [Sie haben nicht die Absicht oder Macht, unseren Geist heilsam oder unheilsam zu machen.]

Unsere guten oder schlechten Wurzeln, denen wir in der Vergangenheit erlaubt haben zu entstehen, oder die wir trainiert haben, sind wie die Gene. Der Dünger ist unsere Aufmerksamkeit (*manasikāra*).

Wenn unser Geist Hilfe bekommt von weiser Aufmerksamkeit (*yoniso manasikāra*) und gutem Training für gute Wurzeln, wird heilsames Bewusstsein in uns entstehen. Wenn unser Geist Hilfe von unweiser Aufmerksamkeit (*ayoniso manasikāra*) bekommt und keinem guten Training für gute Wurzeln, wird unheilsames Bewusstsein entstehen.

Eine Ursache für weise Aufmerksamkeit ist wiederholtes Geistetraining in Achtsamkeit und Wissen (*sati sampajaññā*).

Aber wenn wir dem Gefühl erlauben uns zu führen, wenn wir einem Objekt begegnen, wird es eine Ursache für unweise Aufmerksamkeit werden.



Beispiel zur Wirkungsweise der Wurzel Nicht-Verblendung (*amoha*)

In der Vipassanā-Meditation erlangen wir eine der Einsichtsstufen, z.B. *udaya-bhaya-ñāṇa*, die Erkenntnis des Entstehens und Vergehens

- Unser Körper ist aufrecht (Luftelement)
- und entspannt (= Balance der 4 Elemente, *mahābhūtas*) ...

} *cittaja*
} *rūpa*

Wir haben ein großes heilsames Bewusstsein verbunden mit Wissen (*mahākusala citta ñāṇa-sampayutta*)

- Wir sind sehr achtsam (*sati*),
- von Moment zu Moment auf das Entstehen und Vergehen jedes Objektes konzentriert (*khaṇika samādhi*),
- unser Geist ist balanciert, ausgewogen, in Gleichmut (*tatramajjhataṭṭhā*),
- wir sind ruhig und friedlich (*passaddhi*),
- unser Geist ist geschmeidig (*mudutā*), willig und anpassungsfähig (*kammaññatā*)
- unsere Motivation (*cetanā*) ist heilsam
- Loslassen (*alobha*) und Akzeptanz (*adosa*) sind da ...

Auswirkung
auf den
Geist



Wiedergeburtsbewusstsein (*paṭisandhi citta*)

= resultierendes Bewusstsein (*vipāka citta*), beim Menschen Resultat von heilsamem *kamma*

Abhängig von der Art und Qualität des *kusala kamma* ist es

- Wurzellos (*ahetuka*): Prüf-Bewusstsein, das Resultat von heilsamem *kamma* ist (*santīrana citta, kusala vipāka*) => behindert, blind, taub... von Geburt an
- Zweiwurzelig (*dvihetuka*): großes resultierendes Bewusstsein getrennt von Wissen (*mahāvipāka ñāṇa-vippayutta citta*)
- Dreiwurzelig (*tihetuka*): großes resultierendes Bewusstsein verbunden mit Wissen (*mahāvipāka ñāṇa-sampayutta citta*)

Nur mit diesem haben wir das Potential, *jhāna* und *magga phala* zu erlangen

bedingt durch die hier „kammisch neutralen“ *hetus*

Paṭṭhāna, Kusalattika, Pañhāvāra:

„Im Wiedergeburtsmoment stehen die resultierenden unbestimmten Wurzeln (*hetus*, die *vipāka* sind) mit den mit ihnen verbundenen Gruppen (*khandhas*) und mit *kamma*-gezeugter Materie durch die Wurzel-Bedingung in Beziehung.“

Die *vipāka hetus* bedingen das ***hetuka paṭisandhi citta*** mit den **verbundenen *cetasikas*** + ***kamma*-gezeugte Materie (*kammaja rūpas*)**, aber keine Geist-gezeugte Materie (*cittaja rūpa*)



Herz-Grundlage, Geschlecht, Körper-Grundlage (-Sensitivität), jeweils 10-er Gruppen

(*paṭisandhi-citta* + *hetus* entstehen auf der Herz-Grundlage, die gleichzeitig entsteht)



Wurzeln eines Zahnes



Unheilsam (*akusala*) oder schön (*sobhana*)?



heilsam (*kusala*),
resultierend (*vipāka*),
funktional (*kiriya*)?

auf dem Bild 2 Wurzeln: $\left. \begin{array}{l} lobha + moha? \\ dosa + moha? \\ alobha + adosa? \end{array} \right\} \Rightarrow akusala$
 $\Rightarrow sobhana \dots$

Ein bisschen Spaß
muss sein ...

„Weisheitszahn“? 3 Wurzeln? $\Rightarrow$ es müssen die 3 *sobhana hetus* sein, d.h. mit *amoha* = *paññā* !

Zahn: *Rūpa* $\Rightarrow$ kann natürlich keine (geistigen) Wurzeln haben!

Durch was ist ein Zahn entstanden: *Kamma, citta, utu, āhāra*?

... oder nicht doch auch durch die Gier nach essen, kauen im letzten Leben?

Nach dem Abhidhamma nicht (weder Kamma- noch Anlass-Bedingung, *upanissaya*, denn diese bedingt nichts Materielles).



Gedanken zu den *hetus* von Nina van Gorkom („The Conditionality of Life“)

Warum sollten wir die *hetus* kennen?

- Um unseren Geist kennenzulernen und wie er funktioniert
- um sie unterscheiden zu können
- um die unheilsame Natur der *akusala hetus* zu verstehen und sich zu bemühen, sie auszulöschen, um kein unheilsames *Kamma* mehr auszuführen
- um die heilsame Natur der *kusala hetus* zu verstehen und sich zu bemühen, sie zu entwickeln, um mehr und stärkeres heilsames *kamma* auszuführen (und anzusammeln)
- um sich der *hetus* ständig bewusst zu sein, ob stark oder subtil
- um die Natur des Entstehens und Vergehens (*anicca*) der *hetus* zu beobachten und zu kennen
- um die unbefriedigende, unzulängliche Natur (*dukkha*) aller *hetus* zu erkennen
- um die Unkontrollierbarkeit der *hetus* zu erfahren und ihre Natur des Nicht-Selbst (*anattā*) zu erkennen
- um die Bedingungen zu kennen, warum sie entstehen und warum sie wegfallen





Praxis von *hetu paccaya* nach dem Satipaṭṭhāna-Sutta, Cittānupassanā

„Wie nun, o Mönche, weilt der Mönch **beim Geist in der Betrachtung des Geistes?**

Da weiß der Mönch vom **lustbehafteten** Geist: ‘Lustbehaftet ist der Geist’;
er weiß vom **lustfreien** Geist: ‘Lustfrei ist der Geist’;

er weiß vom **hassbehafteten** Geist: ‘Hassbehaftet ist der Geist’;
er weiß vom **hassfreien** Geist: ‘Hassfrei ist der Geist’;

er weiß vom **verblendeten** Geist: ‘Verblendet ist der Geist’;
er weiß vom **unverblendeten** Geist: ‘Unverblendet ist der Geist’;

er weiß vom gehemmten Geist: ‘Gehemmt ist der Geist’;

er weiß vom zerstreuten Geist: ‘Zerstreut ist der Geist’;

er weiß vom entwickelten Geist: ‘Entwickelt ist der Geist’;

er weiß vom unentwickelten Geist: ‘Unentwickelt ist der Geist’;

er weiß vom übertreffbaren Geist ‘Übertreffbar ist der Geist’;

er weiß vom unübertreffbaren Geist: ‘Unübertreffbar ist der Geist’;

er weiß vom gesammelten Geist: ‘Gesammelt ist der Geist’;

er weiß vom ungesammelten Geist: ‘Ungesammelt ist der Geist’;

er weiß vom befreiten Geist: ‘Befreit ist der Geist’;

er weiß vom unbefreiten Geist: ‘Unbefreit ist der Geist’. (...)“

hier sind die 6 *hetus*

Kontemplation der Anwesenheit
der Wurzeln *lobha, dosa, moha*
und ihrer Abwesenheit

= Anwesenheit von *alobha, adosa, amoha*

**aber wie kontempliert man
hetu paccaya?**

Den Entstehungsursachen und den
Einfluss beobachten, vor allem
wenn diese Wurzeln stark sind und
wiederholt auftreten.

... -> Sutta weiter ...



Praxis von *hetu paccaya* nach dem Satipaṭṭhāna-Sutta, Cittānupassanā

„So weilt er nach innen beim Geist in Betrachtung des Geistes;
oder er weilt nach außen beim Geist in Betrachtung des Geistes;
oder er weilt nach innen und außen beim Geist
in Betrachtung des Geistes.

Die Dinge in ihrem **Entstehen** betrachtend, weilt er beim Geiste;
die Dinge in ihrem **Vergehen** betrachtend, weilt er beim Geiste;
die Dinge in ihrem **Entstehen und Vergehen** betrachtend,
weilt er beim Geiste.

‘**Geist ist da!**’ so ist seine Achtsamkeit gegenwärtig,
eben nur soweit es der Erkenntnis dient,
soweit es der Achtsamkeit dient.

nur das Phänomen,
kein Ich/Selbst

Unabhängig lebt er, und an nichts in der Welt ist er angehangen.

So auch, o Mönche, weilt der Mönch beim Geist
in Betrachtung des Geistes.“

In Übersetzung von U Jotika & U Dhamminda:

He dwells perceiving again and again the **cause**
and the actual **appearing** of the mind;
or he dwells perceiving again and again the **cause**
and the actual **dissolution** of the mind;
or he dwells perceiving again and again both the
actual **appearing and dissolution** of the mind **with**
their causes.

- - -

So weilt er, immer wieder die **Ursache** und das
tatsächliche **Erscheinen** des Geistes wahrnehmend,
oder er weilt, immer wieder die **Ursache** und die
tatsächliche **Auflösung** des Geistes wahrnehmend,
oder er weilt, immer wieder beides, das
tatsächliche Erscheinen und Auflösen des Geistes
mit seinen Ursachen wahrnehmend.



Praxis von *hetu paccaya* nach dem Satipaṭṭhāna-Sutta, Dhammānupassanā

Die *hetus* finden sich auch in den Kategorien bei Dhammānupassanā

Wo sind sie?

(1) <i>Nīvaraṇa</i>	Hindernisse (5)
(2) <i>Upādānakkhandha</i>	Gruppen des Anhaftens (5)
(3) <i>Āyatana</i>	Sinnesgrundlagen (6 x 2)
(4) <i>Bojjhaṅga</i>	Erleuchtungsfaktoren (7)
(5) <i>Ariya sacca</i>	Edle Wahrheiten (4)

lobha (*kāmacchanda*), *dosa* (*byāpāda*)

alle *hetus* in *saṅkhāra-khandha*

alle *hetus* in *dhammāyatana* „und er kennt auch die Fessel,
die ... entsteht“
(die *akusala hetus* sind auch Fesseln)

amoha = *dhammavicaya*

lobha (*taṇhā*) als 2. Wahrheit,
die anderen *hetus* in 1. Wahrheit,
amoha (*sammā diṭṭhi*] in 4. Wahrheit



Itivuttaka 88 (Khuddhaka Nikāya) – Übersetzung Nyanaponika in „Die Wurzeln von Gut und Böse“

„Es gibt drei innere Makel, drei innere Gegner, drei innere Feinde, drei innere Mörder, drei innere Widersacher. Welches sind diese drei? **Gier** ist ein innerer Makel ... **Hass** ist ein innerer Makel ...

Verblendung ist ein innerer Makel, ein innerer Gegner, ein innerer Feind, ein innerer Mörder, ein innerer Widersacher.

Gier ist ein Grund für Unheil,
Rastlosigkeit des Geistes folgt ihr nach.
Doch die Gefahr, die ihm von innen droht,
Der Giergeblendete nimmt sie nicht wahr.

Der Gierige verkennt die Wirklichkeit.
Der Gierige erkennt die Wahrheit nicht.
Denn wer von Gier ist überwältigt,
Der bleibt in dichte Finsternis gehüllt.

Doch wer sich von der **Gier befreit**
Und, was da gierig anreizt, nicht verlangt,
Dem gleitet Gier vom Herzen ab
Wie Wasser von dem Lotusblatt.“





ff Itivuttaka 88 (Khuddhaka Nikāya)

„Hass ist ein innerer Makel, ein innerer Gegner, ein innerer Feind, ein innerer Mörder, ein innerer Widersacher.

Hass ist ein Grund für Unheil,
Rastlosigkeit des Geistes folgt ihm nach.
Doch die Gefahr, die ihm von innen droht,
Der Hassgeblendete nimmt sie nicht wahr.

Wer hasserfüllt, verkennt die Wirklichkeit,
Wer hasserfüllt, erkennt die Wahrheit nicht.
Denn wer vom Hasse überwältigt ist,
Der bleibt in dichte Finsternis gehüllt.

Doch wer **vom Hasse sich befreit**
Und, was zum Hassen anreizt, nicht mehr hasst,
Dem fällt der Hass vom Herzen ab
Wie von dem Stiel die reife Frucht.“





ff Itivuttaka 88 (Khuddhaka Nikāya)

„Verblendung ist ein innerer Makel, ein innerer Gegner, ein innerer Feind, ein innerer Mörder, ein innerer Widersacher.

Verblendung ist ein Grund für Unheil,
Rastlosigkeit des Geistes folgt ihr nach.
Doch die Gefahr, die ihm von innen droht,
Der blind Verblendete nimmt sie nicht wahr.

Verblendeter verkennet die Wirklichkeit.
Verblendeter erkennt die Wahrheit nicht.
Wer von Verblendung ist umspinnen,
Der bleibt in dichte Finsternis gehüllt.

Doch wer **Verblendung ausgetilgt**,
Bleibt von der Wirrsal unverwirrt
Und treibt des Wahnes Blendwerk aus
Wie Sonnenaufgang dunkle Nacht.“

