

Der Weg zu analytischer Erkenntnis (*Paṭisambhidāmagga*)

(29.) Rede über die Einsicht (*Vipassanākathā*)

Übersetzung aus dem Pāli: Agganyani

[die Zwischenüberschriften und Fußnoten sind von der Übersetzerin eingefügt]

So habe ich gehört. Zu einer Zeit hielt sich der Erhabene bei Sāvatti in Anāthapiṇḍikas Park im Jeta-Hain auf. Dort redete er die Mönche an: "Ihr Bhikkhus". "Ehrwürdiger", antworteten sie. Der Erhabene sagte dies:

Nicca/anicca

"Bhikkhus, dass ein Mönch, der bedingte Phänomene (*sankhāras*) als beständig (*nicca*) wahrnimmt, tatsächlich von Einsichts-Wissen¹ (*anulomika khanti = Vipassanā-ñāṇa*) erfüllt werden wird - das ist nicht möglich.

Dass er, nicht erfüllt von Einsichts-Wissen, in die Gewissheit der Wahrheit² (*sammatta-niyāma*) eintreten wird - das ist nicht möglich.

Dass er, nicht eingetreten in die Gewissheit der Wahrheit, die Frucht des Stromeintritts, der Einmalwiederkehr, der Nichtwiederkehr und der Arahatschaft realisieren wird - das ist nicht möglich.

Bhikkhus, dass ein Mönch, der alle bedingten Phänomene als unbeständig (*anicca*) wahrnimmt, tatsächlich von Einsichts-Wissen erfüllt werden wird - das ist möglich.

Dass er, erfüllt von Einsichts-Wissen, in die Gewissheit der Wahrheit eintreten wird - das ist möglich.

Dass er, eingetreten in die Gewissheit der Wahrheit, die Frucht des Stromeintritts, der Einmalwiederkehr, der Nichtwiederkehr und der Arahatschaft realisieren wird - das ist möglich."

Sukha/dukkha

"Bhikkhus, dass ein Mönch, der bedingte Phänomene als Glück (*sukha*) wahrnimmt, tatsächlich von Einsichts-Wissen erfüllt werden wird - das ist nicht möglich.

Dass er, nicht erfüllt von Einsichts-Wissen, in die Gewissheit der Wahrheit eintreten wird - das ist nicht möglich.

Dass er, nicht eingetreten in die Gewissheit der Wahrheit, die Frucht des Stromeintritts, der Einmalwiederkehr, der Nichtwiederkehr und der Arahatschaft realisieren wird - das ist nicht möglich.

¹ *anulomika khanti* wird von Nyanatiloka im Visuddhimagga mit "sich anpassendes Verständnis" und "Anpassungs-Erkenntnis" übersetzt. (*Khanti*, heißt es, hat hier nicht die Bedeutung von Geduld, sondern eher Vorzug, Vorliebe, Präferenz oder Auswahl.) Ñāṇamoli übersetzt: "choice in conformity". Nach einer Quelle auf <http://www.thisismyanmar.com/nibbana/> und nach den mündlichen Erklärungen von Sayadaw Dr. Nandamālābhivamsa ist hier *Vipassanā-ñāṇa* gemeint, weshalb ich hier direkt mit Einsichts-Wissen übersetzt habe.

² *sammatta-niyāma* wird von Nyanatiloka im Visuddhimagga mit "Pfad zur Vollendung" übersetzt. Die Quelle aus Myanmar übersetzt "path of assurance", Ñāṇamoli "certainty of rightness". Nach den Erklärungen von Sayadaw Dr. Nandamālābhivamsa und meinem Verständnis habe ich mich hier für "Gewissheit der Wahrheit" entschieden. Die Bedeutung der Pāli-Wörter ist vielfältig: *Niyāma* = Gewissheit, Methode, Pfad, Gesetz, Reihenfolge, Ordnung, Anordnung; *sammatta* = Richtigkeit, Korrektheit, das Rechte, Gerechtigkeit, Gesetz, Wahrheit.

Bhikkhus, dass ein Mönch, der alle bedingten Phänomene als Leiden (*dukkha*) wahrnimmt, tatsächlich von Einsichts-Wissen erfüllt werden wird - das ist möglich.

Dass er, erfüllt von Einsichts-Wissen, in die Gewissheit der Wahrheit eintreten wird - das ist möglich.

Dass er, eingetreten in die Gewissheit der Wahrheit, die Frucht des Stromeintritts, der Einmalwiederkehr, der Nichtwiederkehr und der Arahatschaft realisieren wird - das ist möglich."

Atta/anatta

"Bhikkhus, dass ein Mönch, der irgendein Phänomen (*dhamma*) als Selbst (*atta*) wahrnimmt, tatsächlich von Einsichts-Wissen erfüllt werden wird - das ist nicht möglich.

Dass er, nicht erfüllt von Einsichts-Wissen, in die Gewissheit der Wahrheit eintreten wird - das ist nicht möglich.

Dass er, nicht eingetreten in die Gewissheit der Wahrheit, die Frucht des Stromeintritts, der Einmalwiederkehr, der Nichtwiederkehr und der Arahatschaft realisieren wird - das ist nicht möglich.

Bhikkhus, dass ein Mönch, der alle Phänomene (*sabba dhammā*) als Nicht-Selbst (*anatta*) wahrnimmt, tatsächlich von Einsichts-Wissen erfüllt werden wird - das ist möglich.

Dass er, erfüllt von Einsichts-Wissen, in die Gewissheit der Wahrheit eintreten wird - das ist möglich.

Dass er, eingetreten in die Gewissheit der Wahrheit, die Frucht des Stromeintritts, der Einmalwiederkehr, der Nichtwiederkehr und der Arahatschaft realisieren wird - das ist möglich."

Nibbāna

"Bhikkhus, dass ein Mönch, der *Nibbāna* als Leiden (*dukkha*) wahrnimmt, tatsächlich von Einsichts-Wissen erfüllt werden wird - das ist nicht möglich.

Dass er, nicht erfüllt von Einsichts-Wissen, in die Gewissheit der Wahrheit eintreten wird - das ist nicht möglich.

Dass er, nicht eingetreten in die Gewissheit der Wahrheit, die Frucht des Stromeintritts, der Einmalwiederkehr, der Nichtwiederkehr und der Arahatschaft realisieren wird - das ist nicht möglich.

Bhikkhus, dass ein Mönch, der *Nibbāna* als Glück (*sukha*) wahrnimmt, tatsächlich von Einsichts-Wissen erfüllt werden wird - das ist möglich.

Dass er, erfüllt von Einsichts-Wissen, in die Gewissheit der Wahrheit eintreten wird - das ist möglich.

Dass er, eingetreten in die Gewissheit der Wahrheit, die Frucht des Stromeintritts, der Einmalwiederkehr, der Nichtwiederkehr und der Arahatschaft realisieren wird - das ist möglich."

40 Aspekte des Sehens

Auf wie viele Weisen erlangt er Einsichts-Wissen und auf wie viele Weisen tritt er in die Gewissheit der Wahrheit ein? Auf 40 Weisen erlangt er Einsichts-Wissen; auf 40 Weisen tritt er in die Gewissheit der Wahrheit ein.

Auf welche 40 Weisen erlangt er Einsichts-Wissen und auf welche 40 Weisen tritt er in die Gewissheit der Wahrheit ein?

Er sieht die fünf Gruppen (*khandhas*) als unbeständig (*aniccato*), Leiden (*dukkhato*), Krankheit (*rogato*), Beule (*gaṇḍato*), Stachel (*sallato*), als schmerzbringend (*aghato*), als Qual (*ābādhato*), als von anderen

abhängig (*parato*), als Zerfall (*palokato*), Plage (*ītito*), Unglück (*upaddavato*), Schrecken (*bhayato*), Bedrohung (*upasaggato*), als unstet (*calato*), vernichtbar (*pabhaṅgato*), instabil (*addhuvato*), als keine Sicherheit (*atāṇato*), kein Schutz (*aleṇato*), keine Zuflucht (*asaraṇato*), als gehaltlos (*rittato*), wert-leer (*tucchato*), leer (*suñṇato*), als Nicht-Selbst (*anattato*), als Gefahr (*ādīnavato*), als von veränderlicher Natur (*vipariṇāmadhammato*), ohne Kern (*asārakato*), als Ursache für Unglück (*aghamūlato*), als Mörder (*vadhakato*), als Vernichtung (*vibhavato*), als mit Trieben (*āsavas*) verbunden (*sāsavato*), als bedingt (*saṅkhatato*), als Beute des Todes (*mārāmisato*), als der Geburt unterworfen (*jātidhammato*), dem Altern (*jarādhammato*), der Krankheit (*byādhidhammato*), dem Tod (*maraṇadhammato*), der Sorge (*sokadhammato*), dem Jammer (*paridevadhammato*), der Verzweiflung unterworfen (*upāyāsadhammato*) und als von Natur aus mit Geistesbefleckungen (*kilesas*) verbunden (*saṃkilesikadhammato*).

Sicht der *khandhas* - Sicht von *Nibbāna*

Wenn er die fünf Gruppen als unbeständig (*aniccato*) sieht, erlangt er Einsichts-Wissen. Wenn er sieht, dass das Ende der fünf Gruppen *Nibbāna* ist, das beständig (*niccam*) ist, tritt er ein in die Gewissheit der Wahrheit.

Wenn er die fünf Gruppen als Leiden (*dukkhato*) sieht, erlangt er Einsichts-Wissen. Wenn er sieht, dass das Ende der fünf Gruppen *Nibbāna* ist, das Glück (*sukham*) ist, tritt er ein in die Gewissheit der Wahrheit.

Wenn er die fünf Gruppen als Krankheit (*rogato*) sieht, erlangt er Einsichts-Wissen. Wenn er sieht, dass das Ende der fünf Gruppen *Nibbāna* ist, das Gesundheit (*ārogyam*) ist, tritt er ein in die Gewissheit der Wahrheit.

Wenn er die fünf Gruppen als Beule (*gaṇḍato*) sieht, erlangt er Einsichts-Wissen. Wenn er sieht, dass das Ende der fünf Gruppen *Nibbāna* ist, das keine Beule (*agaṇḍam*) ist, tritt er ein in die Gewissheit der Wahrheit.

Wenn er die fünf Gruppen als Stachel (*sallato*) sieht, erlangt er Einsichts-Wissen. Wenn er sieht, dass das Ende der fünf Gruppen *Nibbāna* ist, das ohne Stachel (*visallam*) ist, tritt er ein in die Gewissheit der Wahrheit.

Wenn er die fünf Gruppen als schmerzbringend (*aghatato*) sieht, erlangt er Einsichts-Wissen. Wenn er sieht, dass das Ende der fünf Gruppen *Nibbāna* ist, das nicht zu Schmerz führt (*anagho*), tritt er ein in die Gewissheit der Wahrheit.

Wenn er die fünf Gruppen als Qual (*ābādhato*) sieht, erlangt er Einsichts-Wissen. Wenn er sieht, dass das Ende der fünf Gruppen *Nibbāna* ist, das frei von Qual (*anābādho*) ist, tritt er ein die Gewissheit der Wahrheit.

Wenn er die fünf Gruppen als von anderen abhängig (*parato*) sieht, erlangt er Einsichts-Wissen. Wenn er sieht, dass das Ende der fünf Gruppen *Nibbāna* ist, das nicht von anderen abhängt (*aparappaccayam*), tritt er ein in die Gewissheit der Wahrheit.

Wenn er die fünf Gruppen als Zerfall (*palokato*) sieht, erlangt er Einsichts-Wissen. Wenn er sieht, dass das Ende der fünf Gruppen *Nibbāna* ist, das unzerstörbar (*apalokadhammo*) ist, tritt er ein in den Pfad der Sicherheit.

Wenn er die fünf Gruppen als Plage (*ītito*) sieht, erlangt er Einsichts-Wissen. Wenn er sieht, dass das Ende der fünf Gruppen *Nibbāna* ist, das frei von Plage (*anitikaṃ*) ist, tritt er ein in die Gewissheit der Wahrheit.

Wenn er die fünf Gruppen als Unglück (*upaddavato*) sieht, erlangt er Einsichts-Wissen. Wenn er sieht, dass das Ende der fünf Gruppen *Nibbāna* ist, das frei von Unglück (*aupaddavaṃ*) ist, tritt er ein in die Gewissheit der Wahrheit.

Wenn er die fünf Gruppen als Schrecken (*bhayato*) sieht, erlangt er Einsichts-Wissen. Wenn er sieht, dass das Ende der fünf Gruppen *Nibbāna* ist, das frei von Schrecken (*abhayaṃ*) ist, tritt er ein in die Gewissheit der Wahrheit.

Wenn er die fünf Gruppen als Bedrohung (*upasaggato*) sieht, erlangt er Einsichts-Wissen. Wenn er sieht, dass das Ende der fünf Gruppen *Nibbāna* ist, das keine Bedrohung (*anupasaggam*) ist, tritt er ein in die Gewissheit der Wahrheit.

Wenn er die fünf Gruppen als unstat (*calato*) sieht, erlangt er Einsichts-Wissen. Wenn er sieht, dass das Ende der fünf Gruppen *Nibbāna* ist, das Stillstand (*acalaṃ*) ist, tritt er ein in die Gewissheit der Wahrheit.

Wenn er die fünf Gruppen als vernichtbar (*pabhaṅgato*) sieht, erlangt er Einsichts-Wissen. Wenn er sieht, dass das Ende der fünf Gruppen *Nibbāna* ist, das unvernichtbar (*apabhaṅgu*) ist, tritt er ein in die Gewissheit der Wahrheit.

Wenn er die fünf Gruppen als instabil (*addhuvato*) sieht, erlangt er Einsichts-Wissen. Wenn er sieht, dass das Ende der fünf Gruppen *Nibbāna* ist, das stabil (*dhavaṃ*) ist, tritt er ein in die Gewissheit der Wahrheit.

Wenn er die fünf Gruppen als keine Sicherheit (*atāṇato*) sieht, erlangt er Einsichts-Wissen. Wenn er sieht, dass das Ende der fünf Gruppen *Nibbāna* ist, das Sicherheit (*tāṇam*) ist, tritt er ein in die Gewissheit der Wahrheit.

Wenn er die fünf Gruppen als keinen Schutz (*aleṇato*) sieht, erlangt er Einsichts-Wissen. Wenn er sieht, dass das Ende der fünf Gruppen *Nibbāna* ist, das Schutz (*leṇam*) ist, tritt er ein in die Gewissheit der Wahrheit.

Wenn er die fünf Gruppen als keine Zuflucht (*asaraṇato*) sieht, erlangt er Einsichts-Wissen. Wenn er sieht, dass das Ende der fünf Gruppen *Nibbāna* ist, das Zuflucht (*saraṇam*) ist, tritt er ein in die Gewissheit der Wahrheit.

Wenn er die fünf Gruppen als gehaltlos (*rittato*) sieht, erlangt er Einsichts-Wissen. Wenn er sieht, dass das Ende der fünf Gruppen *Nibbāna* ist, das gehaltvoll (*arittam*) ist, tritt er ein in die Gewissheit der Wahrheit.

Wenn er die fünf Gruppen als wert-leer (*tucchato*) sieht, erlangt er Einsichts-Wissen. Wenn er sieht, dass das Ende der fünf Gruppen *Nibbāna* ist, das wertvoll (*atuccham*) ist, tritt er ein in die Gewissheit der Wahrheit.

Wenn er die fünf Gruppen als leer (*suñṇato*) sieht, erlangt er Einsichts-Wissen. Wenn er sieht, dass das Ende der fünf Gruppen *Nibbāna* ist, das im höchsten Sinn leer (*paramasuñṇam*) ist, tritt er ein in die Gewissheit der Wahrheit.

Wenn er die fünf Gruppen als Nicht-Selbst (*anattato*) sieht, erlangt er Einsichts-Wissen. Wenn er sieht, dass das Ende der fünf Gruppen *Nibbāna* ist, das letztendlich (*paramattham*) ist, tritt er ein in die Gewissheit der Wahrheit.

Wenn er die fünf Gruppen als Gefahr (*ādīnavato*) sieht, erlangt er Einsichts-Wissen. Wenn er sieht, dass das Ende der fünf Gruppen *Nibbāna* ist, keine Gefahr (*anādīnavam*) ist, tritt er ein in die Gewissheit der Wahrheit.

Wenn er die fünf Gruppen als von veränderlicher Natur (*vipariṇāmadhammato*) sieht, erlangt er Einsichts-Wissen. Wenn er sieht, dass das Ende der fünf Gruppen *Nibbāna* ist, das von unveränderlicher Natur (*avipariṇāmadhammaṃ*) ist, tritt er ein in die Gewissheit der Wahrheit.

Wenn er die fünf Gruppen als ohne Kern (*asārakato*) sieht, erlangt er Einsichts-Wissen. Wenn er sieht, dass das Ende der fünf Gruppen *Nibbāna* ist, das mit Kern (*sāraṃ*) ist, tritt er ein in die Gewissheit der Wahrheit.

Wenn er die fünf Gruppen als Ursache für Unglück (*aghamūlato*) sieht, erlangt er Einsichts-Wissen. Wenn er sieht, dass das Ende der fünf Gruppen *Nibbāna* ist, das keine Ursache für Unglück (*anaghamūlaṃ*) ist, tritt er ein die Gewissheit der Wahrheit.

Wenn er die fünf Gruppen als Mörder (*vadhakato*) sieht, erlangt er Einsichts-Wissen. Wenn er sieht, dass das Ende der fünf Gruppen *Nibbāna* ist, kein Mörder (*avadhakaṃ*) ist, tritt er ein in die Gewissheit der Wahrheit.

Wenn er die fünf Gruppen als Vernichtung (*vibhavato*) sieht, erlangt er Einsichts-Wissen. Wenn er sieht, dass das Ende der fünf Gruppen *Nibbāna* ist, das keine Vernichtung (*avibhavaṃ*) ist, tritt er ein in die Gewissheit der Wahrheit.

Wenn er die fünf Gruppen als mit Trieben verbunden (*sāsavato*) sieht, erlangt er Einsichts-Wissen. Wenn er sieht, dass das Ende der fünf Gruppen *Nibbāna* ist, das ohne Triebe (*anāsavaṃ*) ist, tritt er ein in die Gewissheit der Wahrheit.

Wenn er die fünf Gruppen als bedingt (*saṅkhatato*) sieht, erlangt er Einsichts-Wissen. Wenn er sieht, dass das Ende der fünf Gruppen *Nibbāna* ist, das unbedingt (*asaṅkhatam*) ist, tritt er ein in die Gewissheit der Wahrheit.

Wenn er die fünf Gruppen als Beute des Todes (*mārāmisato*) sieht, erlangt er Einsichts-Wissen. Wenn er sieht, dass das Ende der fünf Gruppen *Nibbāna* ist, das keine Beute (*nirāmiṣam*) ist, tritt er ein in die Gewissheit der Wahrheit.

Wenn er die fünf Gruppen als der Geburt unterworfen (*jātidhammato*) sieht, erlangt er Einsichts-Wissen. Wenn er sieht, dass das Ende der fünf Gruppen *Nibbāna* ist, das ungeboren (*ajātam*) ist, tritt er ein in die Gewissheit der Wahrheit.

Wenn er die fünf Gruppen als dem Altern unterworfen (*jarādhhammato*) sieht, erlangt er Einsichts-Wissen. Wenn er sieht, dass das Ende der fünf Gruppen *Nibbāna* ist, das nicht altert (*ajaram*), tritt er ein in die Gewissheit der Wahrheit.

Wenn er die fünf Gruppen als der Krankheit unterworfen (*byādhidhammato*) sieht, erlangt er Einsichts-Wissen. Wenn er sieht, dass das Ende der fünf Gruppen *Nibbāna* ist, das frei von Krankheit (*abyādhi*) ist, tritt er ein in die Gewissheit der Wahrheit.

Wenn er die fünf Gruppen als dem Tod unterworfen (*maraṇadhammato*) sieht, erlangt er Einsichts-Wissen. Wenn er sieht, dass das Ende der fünf Gruppen *Nibbāna* ist, das todlos (*amataṃ*) ist, tritt er ein in die Gewissheit der Wahrheit.

Wenn er die fünf Gruppen als der Sorge unterworfen (*sokadhammato*) sieht, erlangt er Einsichts-Wissen. Wenn er sieht, dass das Ende der fünf Gruppen *Nibbāna* ist, das frei von Sorge (*asokaṃ*) ist, tritt er ein in die Gewissheit der Wahrheit.

Wenn er die fünf Gruppen als dem Jammer unterworfen (*paridevadhhammato*) sieht, erlangt er Einsichts-Wissen. Wenn er sieht, dass das Ende der fünf Gruppen *Nibbāna* ist, das frei von Jammer (*aparidevaṃ*) ist, tritt er ein in die Gewissheit der Wahrheit.

Wenn er die fünf Gruppen als der Verzweiflung (*upāyāsadhāmmato*) unterworfen sieht, erlangt er Einsichts-Wissen. Wenn er sieht, dass das Ende der fünf Gruppen *Nibbāna* ist, das frei von Verzweiflung (*anupāyāsaṃ*) ist, tritt er ein in die Gewissheit der Wahrheit.

Wenn er die fünf Gruppen als von Natur aus mit Geistesbefleckungen verbunden (*saṃkilesikadhāmmato*) sieht, erlangt er Einsichts-Wissen. Wenn er sieht, dass das Ende der fünf Gruppen *Nibbāna* ist, das frei von Geistesbefleckungen (*asaṃkiliṭṭham*) ist, tritt er ein in die Gewissheit der Wahrheit.

Die Haupt-Charakteristika der 5 *khandhas*: *anicca, dukkha, anatta*

Unbeständig ist der Betrachtung der Unbeständigkeit (*aniccānupassanā*) zuzuordnen.

Leiden ist der Betrachtung des Leidens (*dukkhānupassanā*) zuzuordnen.

Krankheit ist *dukkhānupassanā* zuzuordnen.

Beule ist *dukkhānupassanā* zuzuordnen.

Stachel ist *dukkhānupassanā* zuzuordnen.

Schmerzbringend ist *dukkhānupassanā* zuzuordnen.

Qual ist *dukkhānupassanā* zuzuordnen.

Abhängig von anderen ist Betrachtung von Nicht-Selbst (*anattānupassanā*) zuzuordnen.

Zerfall ist *aniccānupassanā* zuzuordnen³.

Plage ist *dukkhānupassanā* zuzuordnen.

Unglück ist *dukkhānupassanā* zuzuordnen.

Schrecken ist *dukkhānupassanā* zuzuordnen.

Bedrohung ist *dukkhānupassanā* zuzuordnen.

Unstet ist *aniccānupassanā* zuzuordnen.

Vernichtbar ist *aniccānupassanā* zuzuordnen.

Instabil ist *aniccānupassanā* zuzuordnen.

Keine Sicherheit ist *dukkhānupassanā* zuzuordnen.

Kein Schutz ist *dukkhānupassanā* zuzuordnen.

Keine Zuflucht ist *dukkhānupassanā* zuzuordnen.

Gehaltlos ist *anattānupassanā* zuzuordnen⁴.

Wertlos ist *anattānupassanā* zuzuordnen.

Leer ist *anattānupassanā* zuzuordnen.

Nicht-Selbst ist *anattānupassanā* zuzuordnen.

Gefahr ist *dukkhānupassanā* zuzuordnen.

Von veränderlicher Natur ist *aniccānupassanā* zuzuordnen.

Ohne Kern ist *aniccānupassanā* zuzuordnen.⁵

Ursache von Unglück ist *dukkhānupassanā* zuzuordnen.

Mörder ist *dukkhānupassanā* zuzuordnen.

³ Die PTS-Pāli-Version ordnet Zerfall (*palokato*) dagegen *anattānupassanā* zu, was aber zur Errechnung der Endsummen nicht stimmen kann. In der CS-Pāli-Version und im *Visuddhimagga* (Kap. 20, § 698) ist es richtig.

⁴ Die PTS-Pāli-Version ordnet gehaltlos/leer (*ritatto*) dagegen *dukkhānupassanā* zu, was aber ebenso zur Errechnung der Endsummen nicht stimmen kann. In der CS-Pāli-Version und im *Visuddhimagga* (Kap. 20, § 698) ist es richtig.

⁵ Im Pāli-Original (CS und PTS) steht '*anattānupassanā*', aber im Kommentar und *Visuddhimagga* (Kap. 20, §§ 697-698) heißt es '*aniccānupassanā*'. Nach den am Ende der Abhandlung angegebenen Summenzahlen, wäre auch '*aniccānupassanā*' richtig - oder man müsste die Zahlen korrigieren. Ich habe mich hier entschieden, dem Kommentar zu folgen - wie Ñāṇamoli auch.

Vernichtung ist *aniccānupassanā* zuzuordnen.

Mit Trieben verbunden ist *dukkhānupassanā* zuzuordnen.

Bedingt ist *aniccānupassanā* zuzuordnen.

Beute des Todes ist *dukkhānupassanā* zuzuordnen.

Der Geburt unterworfen ist *dukkhānupassanā* zuzuordnen.

Dem Altern unterworfen ist *dukkhānupassanā* zuzuordnen.

Der Krankheit unterworfen ist *dukkhānupassanā* zuzuordnen.

Dem Tod unterworfen ist *dukkhānupassanā* zuzuordnen.

Der Sorge unterworfen ist *dukkhānupassanā* zuzuordnen.

Dem Jammer unterworfen ist *dukkhānupassanā* zuzuordnen.

Der Verzweiflung unterworfen ist *dukkhānupassanā* zuzuordnen.

Von Natur aus mit Geistesbefleckungen verbunden ist *dukkhānupassanā* zuzuordnen.

Zusammenfassung

Mittels dieser 40 Aspekte erlangt er Einsichts-Wissen. Mittels dieser 40 Aspekte tritt er in die Gewissheit der Wahrheit ein.

Wenn er mittels dieser 40 Aspekte Einsichts-Wissen erlangt und [mittels dieser 40 Aspekte] in die Gewissheit der Wahrheit eintritt, wieviele Arten der Betrachtung von Unbeständigkeit (*aniccānupassanā*), von Leiden (*dukkhānupassanā*) und von Nicht-Selbst (*anattānupassanā*) sind es dann?

25 Kontemplationen von Nicht-Selbst (*anattānupassanā*),

50 Kontemplationen von Unbeständigkeit (*aniccānupassanā*),

125 sogar sind es, die auf Leiden (*dukkha*) bezogen genannt werden.

Ende der Rede über *Vipassanā*.