

# Tugenden vervollkommen



**... auf dem Weg zur Befreiung**



**Namo tassa Bhagavato  
Arahato  
Sammāsambuddhassa**



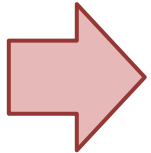
Verehrung dem Erhabenen,  
Befreiten, vollkommen  
Selbst-Erleuchteten!



## Tugenden vervollkommen

### Die 10 Vollkommenheiten (*pāramīs / pāramītas*)

1. *dāna* - Großzügigkeit, Geben, Helfen
2. *sīla* - Sittlichkeit, ethisches Verhalten
3. *nekkhamma* - Entsagung
4. *paññā* - Weisheit
5. ***virīya*** - Energie, Anstrengung
6. ***khanti*** - Geduld, Duldsamkeit, Nachsicht
7. ***sacca*** - Wahrheit, Wahrhaftigkeit
8. ***adhiṭṭhāna*** - Bestimmtheit, Entschlossenheit
9. *mettā* - Liebende Güte
10. *upekkhā* - Gleichmut



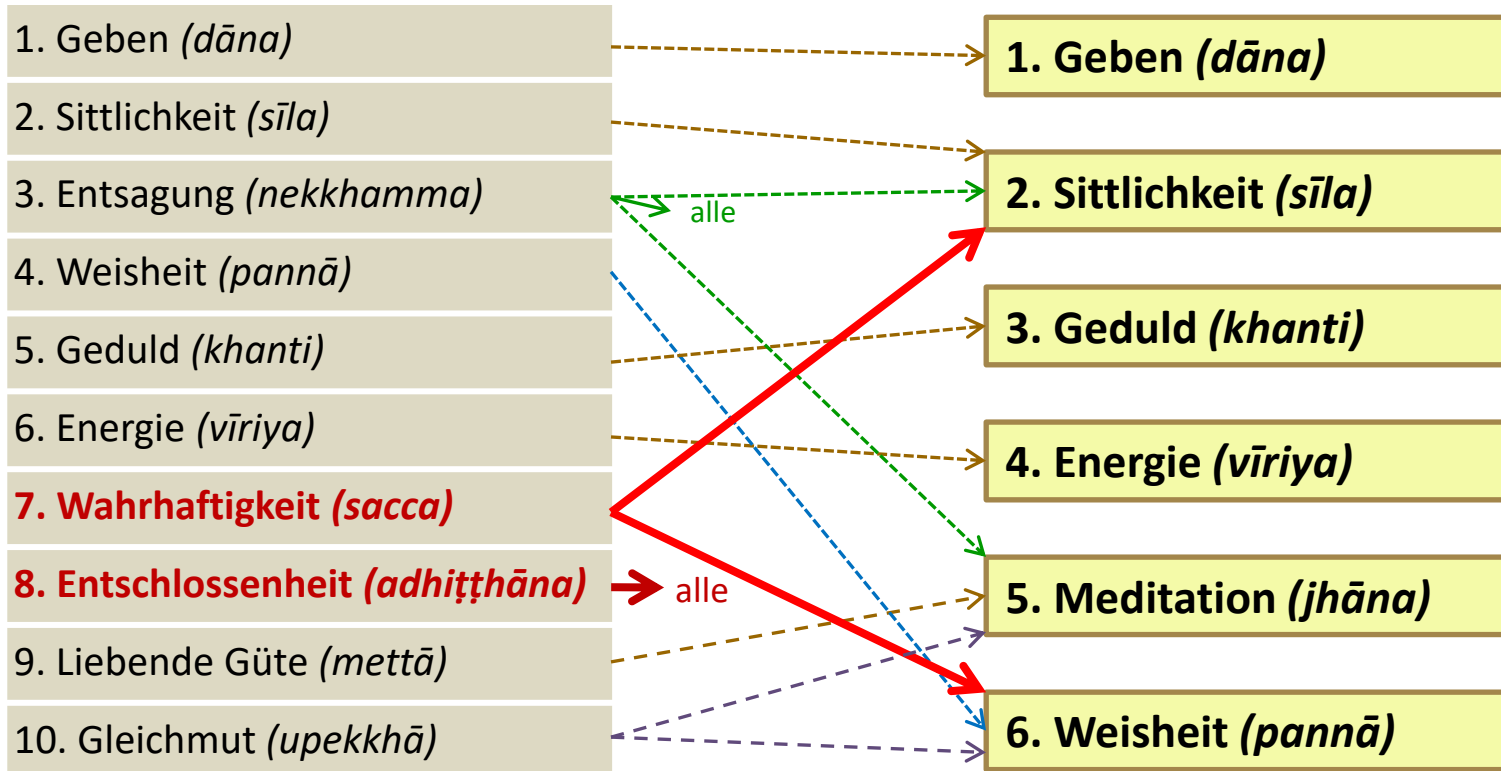
Quellen: **Cariyā-piṭaka** des Khuddaka-Nikāya + Kommentar (Dhammapala),  
Brahmajāla-Sutta & Kommentare (übers. Bh. Bodhi),  
**Buddhavaṃsa** (Khuddaka-Nikāya), Jātakas

Zeitgenössische Kommentare: Ledi Sayadaw (Uttamapurisa Dīpanī), Walpola Rahula  
Thera, Rerukane Chandavimala Mahāthera, Shanta Ratnayaka, U Thittila, U Sīlānanda,  
Bhikkhu Bodhi, Jeffrey Samuels, Sujin Boriharnwanaket & Nina van Gorkom, u.v.m.

# Tugenden vervollkommen

[Paramattha-dīpanī = Kommentar zum Cariyā-piṭaka des Khuddaka Nikāya von Dhammapāla]

## Synthese der 10 pāramīs zu 6 (wie im Mahāyāna):



## Tugenden vervollkommen: Sacca

### *Sacca pāramī*

#### Die Vollkommenheit der Wahrheit

***Sacca* = Wahrheit; Wahrhaftigkeit, Ehrlichkeit, Aufrichtigkeit**



*Cattāro ariya saccāni*  
= die 4 Edlen Wahrheiten



*sammā vācā*  
= rechte Rede

*Sacca pāramī* wird vervollkommenet  
als entschlossene Bereitschaft  
die Dinge so zu sehen,  
wie sie im Sinne des Dhamma wirklich sind.

*musavāda veramani*  
Abstehen von Lügen

## Tugenden vervollkommen: Sacca



Ein Teil von **Sacca pāramī** gehört zum 3. Faktor des Edlen Achtfachen Pfades:  
**Sammā-vācā = Rechte Rede**

### Vibhaṅga-Sutta, SN 45.8

*Katamā ca bhikkhave sammā-vācā?*

*Musāvādā veramaṇī,*

*pisuṇāya vācāya veramaṇī,*

*pharusāya vācāya veramaṇī,*

*samphappalāpā verāmaṇī.*

*Ayaṃ vuccati bhikkhave sammā-vācā.*

Und was, ihr Bhikkhus, ist **rechte Rede**?

Abstehen von Lügen,

Abstehen von Hintertragen,

Abstehen von grober Rede,

Abstehen von nutzlosem Geschwätz.

Dies, ihr Bhikkhus, wird rechte Rede genannt.

## Tugenden vervollkommen: Sacca

### **Dhp 223** (Übersetzung Nyanatiloka)

Durch Nichtzorn stets besiegt' den Zorn,  
durch Güte den Nichtgütigen,  
den Geizigen durch ein Geschenk,  
**durch Wahrheit den, der Lügen spricht.**

#### Kommentar Nyanatiloka:

Den gehässigen Menschen nämlich gewinne man durch Hasslosigkeit,  
den unfreundlichen durch Freundlichkeit,  
den harherzigen Knauer durch freigebige Gesinnung hinsichtlich es eigenen Besitzes,  
den Lügner durch **wahre Rede**.

## Tugenden vervollkommen: Sacca

### Atthasālinī – Die Darlegung der Bedeutung:

#### Einleitung:

die vorher besprochenen pāramīs 1 - 6



(...) Doch nicht bloß dieses können sein die Dinge, die zum Buddha machen.  
Noch andre Dinge muß ich suchen, durch die man zur Erleuchtung reift.

In meinem Forschen sah ich dann: als siebentes **Vollkommenheit der Wahrheit**, wie sie in Früher Vorzeit schon die Großen Seher ausgeübt. Das mach als siebtes in dir stark und weihe dieser Übung dich! Wenn hier dein Wort kein Schwanken kennt, Erleuchtung wirst du finden dann!

Gleichwie in stetem Gleichmaß geht der Morgenstern am Firmament, nicht Jahreszeit und Wetter, nicht Zeiten Lauf ihn ablenkt je von seiner Bahn, so sollst in deinen Worten du vom **Pfad der Wahrheit** nimmer weichen. Bist zu Vollkommener Wahrheit du gelangt, Erleuchtung wirst du finden dann!





## Tugenden vervollkommen: Sacca

### Definition von Sayadaw Janakābhivaṃsa

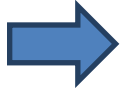
Wer lügt und sich nicht an sein Wort hält, betrügt andere.

Also keine Lügen erzählen, um einen oder viele zu täuschen,  
sich nicht rühmen, sondern nur sagen, was man wirklich kann,  
und tun, was man sagt,  
- das wird Vollkommenheit der Wahrheit (*sacca pāramī*) genannt.

### Bhikkhu Bodhi:

Er spricht die Wahrheit, ist der Wahrheit verpflichtet,  
verlässlich, vertrauenswürdig, kein Betrüger der Menschen.

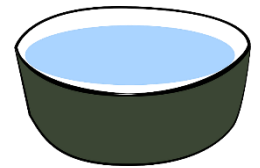
„(...) So spricht er niemals wissentlich eine Lüge,  
weder um seines eigenen Vorteils willen,  
noch um des Vorteils eines anderen willen,  
oder um irgendeines Vorteils willen.“



### MN 61 Rat an Rāhula bei Ambalaṭṭhikā

Der Buddha erklärt seinem Sohn Rāhula anhand einer Schüssel Wasser, wie wichtig es ist, die Wahrheit zu sagen und die eigenen Motive zu überdenken.

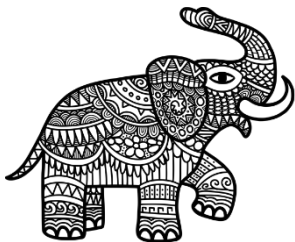
(...) „Rāhula, siehst du diesen geringen Rest Wasser in der Wasserschüssel?“  
—„Ja, ehrwürdiger Herr.“— „Rāhula, genauso gering ist das Mönchtum jener, die sich nicht schämen, vorsätzlich zu lügen.“



„Siehst du jenen geringen Rest Wasser, der weggeschüttet wurde? Ebenso weggeschüttet ist das Mönchtum jener, die sich nicht schämen, vorsätzlich zu lügen.“

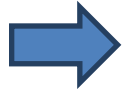
„Siehst du diese umgestülpte Wasserschüssel? Ebenso umgestülpt ist das Mönchtum jener, die sich nicht schämen, vorsätzlich zu lügen.“

„Rāhula, siehst du diese hohle, leere Wasserschüssel? Ebenso hohl und leer ist das Mönchtum jener, die sich nicht schämen, vorsätzlich zu lügen.“



„(...) Ebenso, Rāhula, wenn man sich nicht schämt, vorsätzlich zu lügen, dann gibt es kein Übel, sage ich, das man nicht tun würde. Daher, Rāhula, solltest du dich so üben: **Ich will keine Unwahrheit äußern, nicht einmal im Scherz.**“

## Tugenden vervollkommen: Sacca



### MN 61 Rat an Rāhula bei Ambalaṭṭhikā

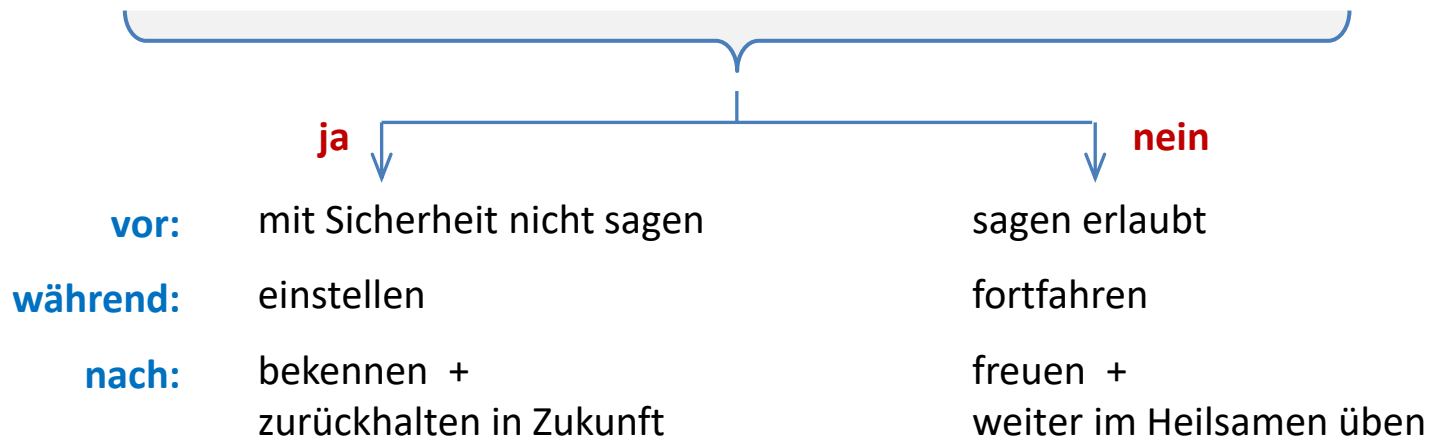
„Was meinst du, Rāhula: Wozu ist ein Spiegel da?“

„Zum Reflektieren, ehrwürdiger Herr.“

„Ebenso, Rāhula, sollte eine Handlung mit dem Körper nach wiederholtem Reflektieren ausgeführt werden; eine Handlung mit der Sprache sollte nach wiederholtem Reflektieren ausgeführt werden; eine Handlung mit dem Geist sollte nach wiederholtem Reflektieren ausgeführt werden.“ (...)

Reflektion vor / während / nach dem Sprechen:

-> Leid für mich / für andere / für beide? Unheilsam, schmerzhaft Folgen?



## Tugenden vervollkommen: Sacca

### AN 4.183 Suta-Sutta - Reden und Schweigen

Brahmane Vassakāra zum Buddha:

„Meine Ansicht ist: Wer auch immer von Gesehenem spricht: ‚Das habe ich gesehen‘, der begeht darum nichts Böses. Wer von Gehörtem, von Empfundem, von Erkanntem spricht: ‚Das habe ich gehört, das habe ich empfunden, das habe ich erkannt‘, der begeht darum nichts Böses.“

Würdet Ihr dem zustimmen?



#### Der Buddha korrigiert:

„Über solches Gesehene, Gehörte, Empfundene und Erkannte, wobei dem Sprecher die schlechten Eigenschaften zunehmen, die guten Eigenschaften schwinden, darüber soll man **nicht sprechen**.

Doch über solches Gesehene, Gehörte, Empfundene und Erkannte, wobei, wenn man nicht davon spricht, die guten Eigenschaften schwinden und die schlechten Eigenschaften zunehmen, darüber **soll man sprechen**.“

## Tugenden vervollkommen: Sacca

### MN 58 Abhayarājakumāra-Sutta

#### Kriterien für die Entscheidung, was es wert ist zu sagen

	wahr und richtig	nützlich	willkommen und angenehm	Was ist zu tun?
1	nein	nein	nein	nicht sprechen
2	ja	nein	nein	nicht sprechen
3	ja	ja	nein	zur rechten Zeit sprechen
4	nein	nein	ja	nicht sprechen
5	ja	nein	ja	nicht sprechen
6	ja	ja	ja	zur rechten Zeit sprechen



„Warum ist das so?

Weil der Tathāgata Mitgefühl mit den Lebewesen hat.“

der Tathāgata hat ein Gefühl für den richtigen Zeitpunkt, um die Wahrheit zu sagen

## Tugenden vervollkommen: Sacca

Honesty is Trust

Honesty is Truthful

Honesty is Guarantee

Honesty is Confidence

Honesty is Consistence

Honesty is Convincing

Honesty is Certainty

Honesty is Credibility

Honesty is Reliability

Honesty is Authenticity

Honesty is Integrity

Honesty is Accuracy

Honesty is Commitment

Honesty is Sincerity

Honesty is Security

Honesty is Reality

**Honesty is a Must!**

Ehrlichkeit ist Vertrauen

Ehrlichkeit ist Wahrhaftigkeit

Ehrlichkeit ist Garantie

Ehrlichkeit ist Zuversicht

Ehrlichkeit ist Konsistenz

Ehrlichkeit ist überzeugend

Ehrlichkeit ist Gewissheit

Ehrlichkeit ist Glaubwürdigkeit

Ehrlichkeit ist Zuverlässigkeit

Ehrlichkeit ist Autentizität

Ehrlichkeit ist Integrität

Ehrlichkeit ist Genauigkeit

Ehrlichkeit ist Verbindlichkeit

Ehrlichkeit ist Aufrichtigkeit

Ehrlichkeit ist Sicherheit

Ehrlichkeit ist Realität

**Ehrlichkeit ist ein Muss!**

## Tugenden vervollkommen: Sacca

### Dhp 9 + 10 (Nyanatiloka)

Wer da noch voller Trübungen  
Das gelbgetrübte Kleid anlegt,  
Von **Wahrheit** und Bezähmung fern,  
Verdient nicht das gelbe Kleid.

Doch wer die Trübungen ausgespien,  
Erstarkt ist in der Sittlichkeit,  
Mit **Wahrheit**, Zügelung verseh'n,  
Verdient fürwahr das gelbe Kleid.

Kommentar Nyanatiloka:

Abgewichen von

- der Wahrheit im höchsten Sinn (*paramattha-sacca*)
- der Wahrheit in Worten



## Tugenden vervollkommen: Sacca

**Sacca:** Wahrheit, Wahrhaftigkeit, Aufrichtigkeit, Korrektheit, Ehrlichkeit, Integrität

### 2 Arten:

1. Übereinstimmung zwischen dem gesprochenen Wort und der körperlichen Handlung  
= Einheitlichkeit zwischen körperlicher Handlung (*kāya kamma*) und verbaler Handlung (*vaci kamma*)  
= „*uju*“ = aufrecht

**Tun, was man sagt + sprechen, wie man handelt**

2. Übereinstimmung zwischen gesprochenem Wort, körperlicher Handlung und Gedanken  
= Einheitlichkeit der 3 kammās: körperliche Handlung (*kāya kamma*), verbale Handlung (*vaci kamma*) und geistige Handlung (*mano kamma*).  
= „*suhuju*“ = sehr gerade oder sehr aufrecht

**Tun und sagen, was man denkt + denken, wie man handelt und spricht**



## Tugenden vervollkommen: Sacca

### Ja 363 Hiri Jātaka – Die Erzählung von der Scham

*Cetasika hiri* = universeller schöner Geistesfaktor

Der Großkaufmann von Benares sprach, als ihm gemeldet worden war, dass die Leute des an der Grenze wohnenden Großkaufmanns ihre Habe verloren hätten und nach Verlust ihres Eigentums davon gelaufen seien:

„Wer denen, die zu ihm kommen, nicht die schuldigen Dienste erweist,  
findet auch niemand, der ihm einen Gegendienst erweist.“

„Wer keine Scham kennt und voll Überdruß  
dir nur mit Worten sagt: ‚Ich bin dein Freund‘,  
doch keine Werke dementsprechend tut,  
der wird nicht anerkannt als wahrer Freund.

Nur was du tun willst, das versprich;  
versprich nicht, was du nicht tun würdest.  
Wer immer spricht und doch nichts tut,  
den lernen bald die Weisen kennen.

(...)

Doch wer der Einsamkeit Entzücken  
gekostet, wer die Lust beruhigt,  
ist frei von Leiden, frei von Übel  
und er genießt der **Wahrheit Wonne.**“

## Tugenden vervollkommen: Sacca

### ***Sacca pāramī* : Wahrhaftigkeit**

Mit *sacca* ist hier das Einhalten von Versprechen gemeint, und es ist eines der hervorstechenden Merkmale eines Bodhisatta. Kein Bodhisatta hat im Laufe seiner Wanderschaft von Leben zu Leben jemals die Unwahrheit gesagt: Auch wenn er gelegentlich gegen die anderen Gebote verstößt, macht er die Wahrheit zu seinem Leitfaden und hält sich fest daran.

Er überlegt gut, bevor er ein Versprechen gibt, aber wenn er ein Versprechen gegeben hat, erfüllt er es um jeden Preis. Im [Mahāsutasoma Jātaka](#) heißt es, dass der Bodhisatta sogar so weit ging, sein Leben zu opfern, um ein Versprechen zu erfüllen.

Er ist vertrauenswürdig, aufrichtig und ehrlich. Er spricht, wie er handelt, und wie er handelt, so spricht er. In seinen Gedanken, Worten und Taten herrscht vollkommene Harmonie, und er lässt sich nie zu Schmeicheleien herab, um die Herzen anderer zu gewinnen, noch erhebt er sich, um Bewunderung zu erlangen.



## Jā 537 Mahāsutasoma-Jātaka



Der Bodhisatta wurde einmal von einem Menschenfresser gefangen, wollte aber noch ein Versprechen einhalten, das er einem Brahmanen gegeben hatte.

... „die Wahrheit achtend wird‘ ich wiederkommen“ ...

Der Menschenfresser ließ ihn unter der Bedingung frei, dass er am nächsten Tag zurückkehrte.

Der Bodhisatta hielt sein Wort und kam zurück ...

Viel später erinnerte er sich: „Indem ich diesen **Weg der Wahrheit** schützte, gab ich mein Leben und mein Königreich auf, befreite 100 gefangene Könige, und bändigte den Menschenfresser durch Belehrungen in Wahrheit und Tugend ...

Damit habe ich die höchste Vollkommenheit der Wahrheit erreicht!“

## Tugenden vervollkommen: Sacca

### *Sacca pāramī*

#### Definition

[Paramattha-dīpanī = Kommentar zum Cariyā-ṭīṭaka des Khuddaka Nikāya von Dhammapāla]

Die Vollkommenheit der Wahrhaftigkeit ist die Nicht-Täuschung in der Rede, die in Enthaltensamkeit, in Willen usw. umgesetzt wird, begleitet von Mitgefühl und geschickten Mitteln.

	pāramīs allgemein	sacca pāramī
Merkmal	anderen zu nutzen	Unverfälschtheit der Sprache
Funktion	anderen Hilfe zu leisten oder nicht zu schwanken	Überprüfung der Übereinstimmung mit den Tatsachen
Manifestation	der Wunsch für das Wohlergehen der anderen oder für die Buddhaschaft	Vortrefflichkeit
unmittelbare Ursache	großes Mitgefühl ( <i>mahākaruṇā</i> ) oder Mitgefühl & geschickte Mittel	Ehrlichkeit

## Tugenden vervollkommen: Sacca

### ***Sacca pāramī* wird unmittelbar nach *khanti* angegeben**

[Paramattha-dīpanī = Kommentar zum Cariyā-piṭaka des Khuddaka Nikāya von Dhammapāla]

1. Weil die Entschlossenheit, Geduld zu üben, durch Wahrhaftigkeit lange anhält;
2. Nachdem zuerst das geduldige Ertragen des von anderen zugefügten Unrechts erwähnt wurde, kommt als nächstes die Treue zum eigenen Wort, um ihnen zu helfen;
3. Um zu zeigen, dass ein Bodhisattva, der durch Geduld im Angesicht von Missbrauch nicht schwankt, durch wahrheitsgemäße Rede (seinen Gegner) nicht aufgibt;
4. Um die Wahrhaftigkeit des Wissens zu zeigen, das durch reflektierende Akzeptanz der Leerheit der Wesen entwickelt wurde

Bodhisattvas sehen durch ihre Neigung zur Wahrheit den Fehler in der irreführenden Rede.

### **Verunreinigung (*saṅkilesa*) oder Unreinheit der *sacca pāramī*:**

Unterscheidende, bewertende Gedanken (*vikappa*), z.B. zu behaupten, etwas gesehen zu haben, was man nicht gesehen hat; Gedanken, jemanden aus selbstsüchtigen Motiven zu belügen oder in die Irre zu führen ...

***Sacca* spielt in der ehrlichen Praxis aller *pāramīs* eine große Rolle!**

## Tugenden vervollkommen: Sacca

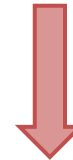
[Paramattha-dīpanī = Kommentar zum Cariyā-piṭaka des Khuddaka Nikāya von Dhammapāla]

Indem er wahrhaftig ist und sein Versprechen, anderen ohne Täuschung zu helfen, nicht bricht, praktiziert er in vielerlei Hinsicht zum Wohl der anderen.

### 3 Stufen der Vollkommenheit der Wahrhaftigkeit:

Das Nicht-Aufgeben der Wahrhaftigkeit auch auf Kosten

1. der eigenen Besitztümer,
2. seiner Gliedmaßen,
3. seines eigenen Lebens.



zunehmend schwierige  
Bodhisatta-Praxis

### Synthese des *pāramīs*:

Ein Teil der Vollkommenheit der Wahrhaftigkeit, nämlich der Aspekt der wahrheitsgemäßen Rede oder der Enthaltung von falscher Rede, ist in der Vollkommenheit der **Sittlichkeit** (*sīla pāramī*) enthalten, und ein Teil, nämlich der Aspekt des wahrheitsgemäßen Wissens, in der Vollkommenheit der **Weisheit** (*paññā pāramī*).

# Tugenden vervollkommen: Sacca

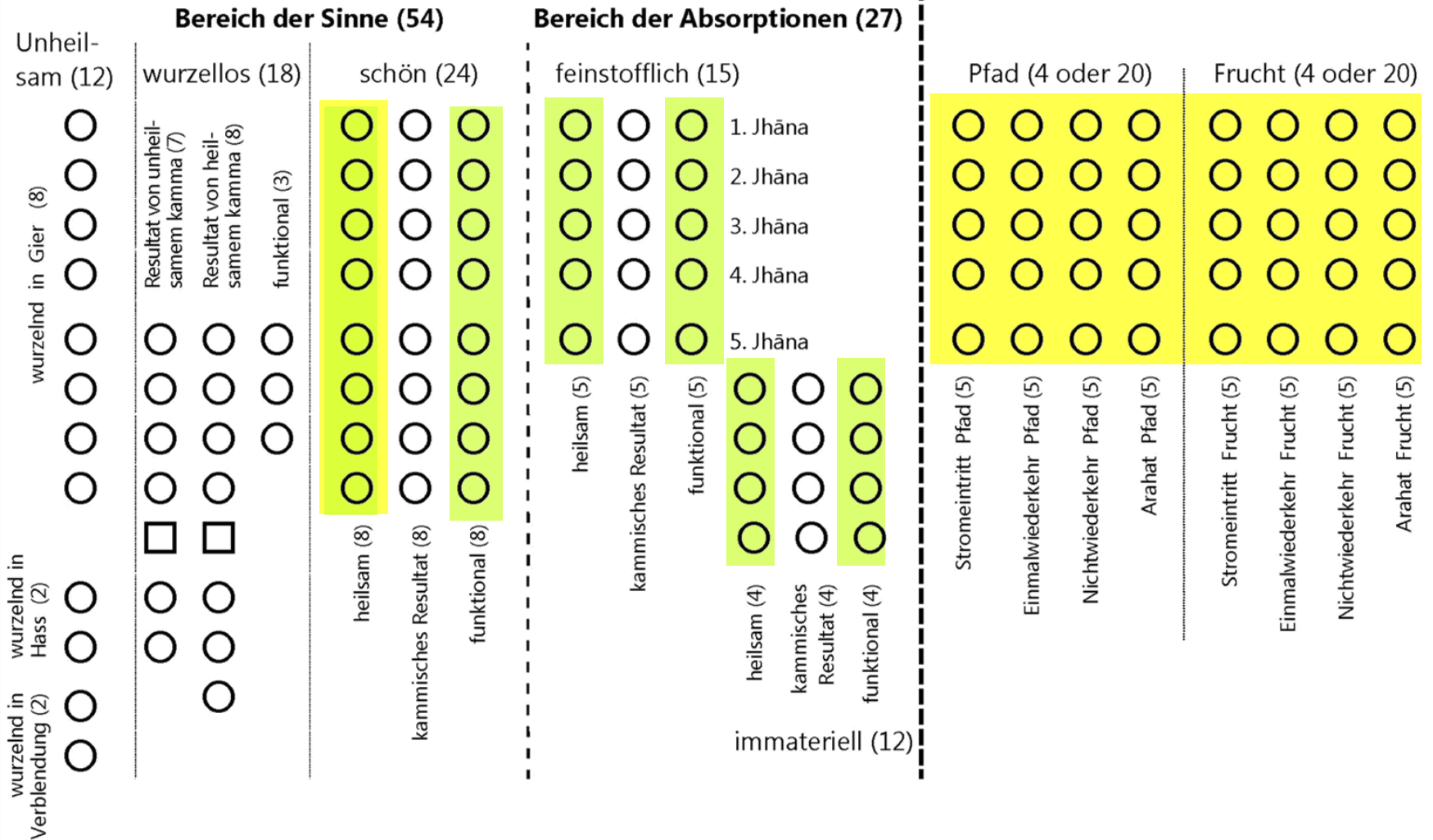
Welche *cittas* können sich mit **sammā-vācā** verbinden? ?

Aktive Praxis von **sacca-pāramī**? ?

## Bewusstsein (*citta*) 89 / 121

weltlich (81)

überweltlich (8 oder 40)



# Tugenden vervollkommen: Sacca

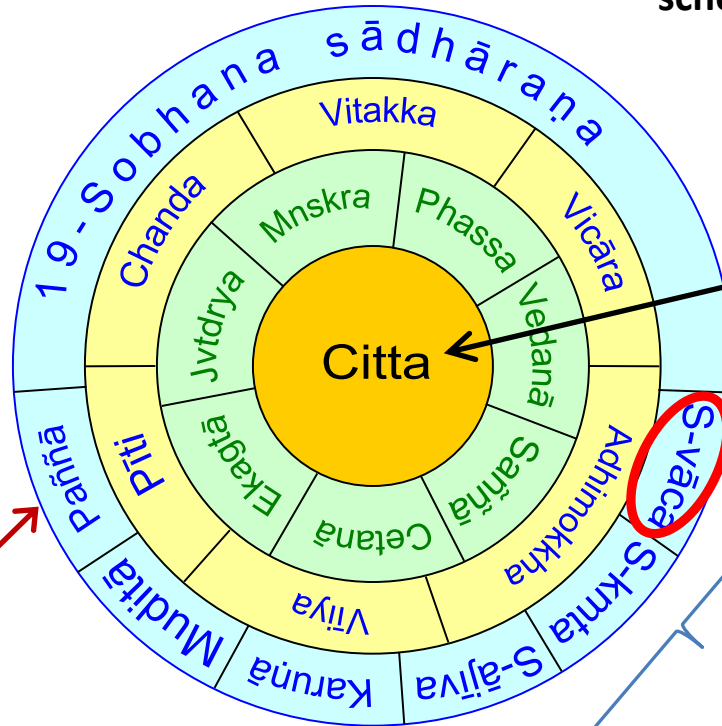
## Geistiges „Molekül“ in der Praxis der *sacca-pāramī*

**Sammā-vācā** ist ein gelegentlicher, schöner Geistesfaktor (*cetasika*)

1. *Sati* - Achtsamkeit
2. *Saddhā* - Vertrauen
3. *Hiri* - Schande
4. *Ottappa* - moralische Angst
5. *Alobha* - Nicht-Gier
6. *Adosa* - Nicht-Hass
7. *Tatramajjhataṭṭā* - Gleichmütigkeit
- (...)

*Appamaññās* (2)  
- Unermessliche

***Paññā* - Weisheit**



**Großes heilsames  
Bewusstsein  
(*mahākusala citta*)**

Viratis - Enthaltungen



## Tugenden vervollkommen: Sacca

### Mahāsatipaṭṭhāna-Sutta [MN 10 und DN 22]

1. *Kāyānupassanā*: Betrachtung des Körpers (14)
2. *Vedanānupassanā*: Betrachtung des Gefühls (9)
3. *Cittānupassanā*: Betrachtung des Bewusstseins/Geistes (16)
4. ***Dhammānupassanā*: Betrachtung des *Dhamma*/der *dhammas* (5)**

hier kann man  
„*sacca*“ direkt  
kontemplieren



1. *Nīvaraṇa* - Hindernisse (5)
2. ***Upādānakkhandha* - Gruppen des Anhaftens (5)** *saṅkhāra-khandha (cetasika sammā-vācā)*
3. *Āyatana* - Sinnesgrundlagen (6 x2)
4. *Bojjhaṅga* - Faktoren der Erleuchtung (7)
5. ***Ariya sacca* - Edle Wahrheiten (4)** → } *alle edlen Wahrheiten  
und: 4. edle Wahrheit (edler 8-facher Pfad):  
sammā-vācā maggaṅga*

Außerdem: Bei allen Übungen in allen 4 Bereichen geht es darum,  
die Phänomene zu erkennen, wie sie wirklich sind (= Wahrheit).

=> alle Satipaṭṭhāna-Praktiken sind eine Entwicklung von ***sacca pāramī***

## Parittas - Schutzverse

Wirkung aufgrund von

1. **Kraft der Wahrheit** (*saccakiriya*) oder des *Dhamma*
2. Kraft der Tugend, der sittlichen Reinheit (*sīla*)
3. Kraft der Liebe (*mettā*) und des Mitgefühls (*karuṇā*)
4. Kraft des Tones, des harmonischen Chantings (*saddā*)

=> erzeugen kraftvollen, heilsamen Geisteszustand,  
fördern Sammlung (*samādhi*) und Vertrauen (*saddhā*)

## Tugenden vervollkommen: Sacca

### Sn 2.1 Ratana-Sutta – Die Juwelen-Rede

(Verse 4,5,6,8)

Was es an Schätzen gibt, hier und im Jenseits,  
Welch köstliches Juwel sich auch in Himmeln findet,  
Es kann sich keines dem Vollendeten vergleichen!  
Dies köstliche Juwel, es leuchtet im Erwachten!  
**Durch diese Wahrheit möge Glück entstehen!**

Versiegung und Entsüchtung, Tod-Befreiung kostbar,  
Erreicht vom Sakya-Weisen, innerlich gesammelt,  
Nicht gibt es etwas solcher Lehre Gleiches!  
Dies köstliche Juwel, es leuchtet in der Lehre!  
**Durch diese Wahrheit möge Glück entstehen!**

Acht hohe Menschen, die gepriesen  
von den Edlen, die auch als vierfach  
Menschenpaar bekannt,  
Sie, Jünger des Vollkommenen,  
sind der Gaben würdig.  
Die Spende, ihnen dargereicht,  
bringt reiche Frucht.

Dies köstliche Juwel, es leuchtet uns im Orden!  
**Durch diese Wahrheit möge Glück entstehen!**

Ariya-Saṅgha

#### **Paritta** - Schutzverse

für das Volk von Vesali in einer Zeit der  
Hungersnot, des Todes und der Seuchen

*Idampi Buddhē ratanaṃ paṇītaṃ  
Etena saccena suvatthi hotu!*

*Idampi Dhamme ratanaṃ paṇītaṃ  
Etena saccena suvatthi hotu!*

*Idampi Saṅghe ratanaṃ paṇītaṃ  
Etena saccena suvatthi hotu!*

## Tugenden vervollkommen: Sacca

### Das Bojjhaṅga-Paritta-Sutta

... die 7 Erleuchtungsfaktoren ...

Der Weise hat sie wiederholt entfaltet  
und näher erläutert.

Sie führen zur direktem Wissen,  
zu Nibbāna, zur Erleuchtung.

**Durch diese Worte der Wahrheit,  
mögest du für immer glücklich sein.**

### Zusammenfassung der 3 Bojjhaṅga-Sutten (= Gilāna-Sutten)

1. Mahā Kassapa Bojjhaṅga-Sutta  
Kassapa war krank, der Buddha rezitierte
2. Mahā Moggalāna Bojjhaṅga-Sutta  
Moggalāna war krank, der Buddha rezitierte
3. Mahā Cunda Bojjhaṅga-Sutta  
Der Buddha selbst war krank, Cunda rezitierte

=> alle wurden wieder gesund und glücklich

*Etena saccavajjena,  
sothi te hotu sabbadā.*

=> erzeugen kraftvollen, heilsamen Geisteszustand mit Freude / Verzückung

## Tugenden vervollkommen: Sacca

### MN 86 Aṅgulimāla-Sutta

#### Aṅgulimālas Äußerung der Wahrheit

Eines Tages, als Aṅgulimāla als Mönch auf Almosenrunde war, sah er eine Frau in schweren, schmerzhaften Wehen.

Als er dies sah, dachte Aṅgulimāla, der in der Vergangenheit keine Skrupel hatte, Menschen zu töten:

„Oh, **wie sehr leiden doch die Menschen!**“

Als Aṅgulimāla von seiner Almosenrunde zurückkehrte, erzählte er dem Buddha von der Frau in den Wehen. Der Buddha sagte: „Geh zu ihr und sprich: ‚Schwester, seit meiner Geburt kann ich mich nicht erinnern, jemals absichtlich ein Lebewesen des Lebens beraubt zu haben.

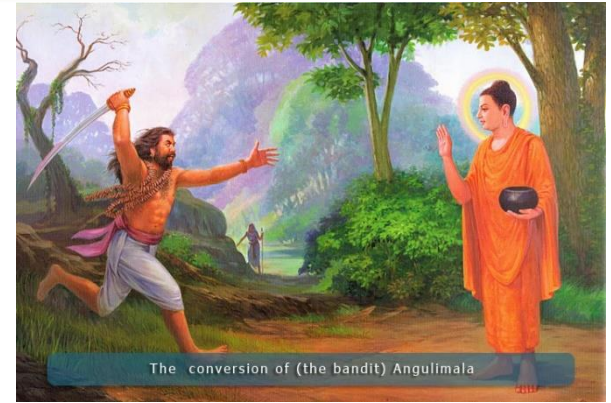
Mögest du **durch diese Wahrheit** gesund werden und möge dein Kind gesund werden!“

„Ehrwürdiger Herr“, sagte Aṅgulimāla, „da ich in der Tat absichtlich viele Menschen getötet habe, würde ich dann nicht **absichtlich lügen?**“



Der Buddha antwortete: „In diesem Fall gehe zu der Frau und sage: ‚Schwester, seit ich die edle Geburt erlangt habe, erinnere ich mich nicht, dass ich jemals absichtlich ein Lebewesen des Lebens beraubt habe. Mögest du **durch diese Wahrheit** gesund werden und möge dein Kind gesund werden.“

Aṅgulimāla kehrte daraufhin zu der Frau zurück und gab seine Erklärung der Wahrheit ab. Daraufhin wurde das Baby problemlos geboren und Mutter und Kind wurden gesund.



<https://www.dailymirror.lk/news-features/Angulimala-in-turbulence-and-peace/131-162580>

## Tugenden vervollkommen: Sacca

### MN 140 Dhātuvihaṅga-Sutta - Die Darlegung der Elemente

Während er eine Nacht in einer Töpferwerkstatt zubringt, hat der Buddha eine zufällige Begegnung mit einem Mönch, der ihn nicht erkennt. Sie haben eine lange und tiefgründige Unterhaltung über die sechs Elemente.

(...) ‚Bhikkhu, dieser Mensch hat **vier Grundlagen**.‘ So wurde gesagt. Und in Bezug worauf wurde dies gesagt?

Da gibt es die Grundlage der Weisheit, die **Grundlage der Wahrheit**, die Grundlage des Verzichts und die Grundlage des Friedens.

(*paññādhiṭṭhāna*, ***saccādhiṭṭhāna***, *cāgādhiṭṭhāna*, *upasamādhiṭṭhāna*). —→ ***adhiṭṭhāna!***

Man sollte Weisheit nicht vernachlässigen, man sollte **die Wahrheit aufrecht erhalten**, man sollte Verzicht pflegen, und man sollte für den Frieden üben.

(...) Dies ist die höchste edle Weisheit, nämlich das Wissen von der Vernichtung von allem Dukkha (*sabbadukkhakkhaya ñāṇa*).

Seine Befreiung, die **auf der Wahrheit gegründet** ist, ist unerschütterlich. Denn jenes ist unecht (*musā*), was eine trügerische Natur (*mosadhamma*) hat, und jenes ist wahr (*sacca*), was eine untrügerische Natur (*amosadhamma*) hat—Nibbāna.

Daher besitzt ein Bhikkhu, der diese Wahrheit besitzt, die **höchste Grundlage der Wahrheit**. Denn dies ist die höchste edle Wahrheit, nämlich Nibbāna, das eine untrügerische Natur hat.

(...)

## DN 16 Mahāparinibbāna-Sutta



Seid euch selbst die Insel (*dīpa*) / Leuchte,  
seid euch selbst die Zuflucht,  
habt keine andere Zuflucht.

**Die Lehre (*dhamma*)** sei euch Insel / Leuchte,  
die Lehre sei euch Zuflucht,  
habt keine andere Zuflucht.

**Die Wahrheit** sei euch Insel / Leuchte,  
**die Wahrheit** sei euch Zuflucht,  
habt keine andere Zuflucht.



Kontemplation zu sacca + adhiṭṭhāna



## Adhiṭṭhāna

**Entschlossenheit,**  
Bestimmtheit,  
Entschiedenheit,  
Entschluss,  
Vorsatz,  
Determination,  
Aspiration

**Adhiṭṭhāna:** *adhi* + *sthā*  
*adhi* = grundlegend oder Anfang  
*sthā* = stehend

Die Vollkommenheit der Entschlossenheit ist die unerschütterliche Entschlossenheit zur Aktivität zum Wohle anderer, begleitet von Mitgefühl und geschickten Mitteln; oder es ist der Akt des Bewusstseins, der in einem solchen Zusammenhang auftritt.

## Tugenden vervollkommen: Adhiṭṭhāna

**Entschlossenheit** = das Rückgrat der 10 Vollkommenheiten

Ohne Entschlossenheit kann der Weg zu schwierig und anspruchsvoll erscheinen, und der Suchende wird scheitern.

Buddha: ***adhiṭṭhāna*** = **Dinge, die gewollt sind**

Wahrscheinlich ist die früheste Erwähnung von *adhiṭṭhāna* im Saṅgīti Sutta (DN 33):

***adhiṭṭhāna* als 4 Qualitäten, die gewollt oder aufgelöst werden müssen:**

- (1) Einsicht zu entwickeln
- (2) die Wahrheit zu erkennen
- (3) die Hindernisse aufzugeben
- (4) in Ruhe zu leben

## Tugenden vervollkommen: Adhiṭṭhāna

### Bestes Beispiel für Entschlossenheit: Geschichte des Buddha

Verzicht auf königliche Vergnügungen und das Königreich

Ernsthafte Suche nach dem Ende von Leiden, nach Todlosigkeit

Unter dem Bodhibaum unerschütterlich durch Māras Versuchungen

-> letztlich Erfolg: Erleuchtung / Erwachen



## Tugenden vervollkommen: Adhiṭṭhāna

### Ja 538 Temiya-Jātaka / Mugapakkha-Jātaka - Die Erzählung von dem stummen Krüppel

Furcht vor der Königsherrschaft ... und erneutem Leiden in der Hölle  
Großes Ziel: Allwissenheit und Buddhaschaft



#### Rat der devatā: „Zeige keine Intelligenz“

„Lieber Temiya, fürchte dich nicht! Wenn du dich von hier befreien willst, so werde, obwohl du kein verwachsener Krüppel bist, wie ein verwachsener Krüppel; obwohl du nicht stumm bist, sei, als wärest du stumm; obwohl nicht taub, stelle dich taub. Indem du diese drei Merkmale zeigst, verrate nicht deine Weisheit.“ Und sie sprach folgende erste Strophe:

„Nicht deine Weisheit lasse sehen,  
als Tor werde geschätzt bei allen Wesen.  
Das ganze Volk soll dich verachten;  
so wird dein Zweck dir in Erfüllung gehen.“

Mit voller Entschlossenheit widerstand Temiya allen Lüsten und Versuchungen, verhielt sich wie ein Krüppel und schwieg, immer seinem Vorsatz und Ziel getreu.

(...) Als er als Nichtsnutz und Schande von Königsfamilie und Königreich im Wald getötet werden sollte, zeigte er dort seine Fähigkeiten ... entsagte, und wurde Waldasket.

Als die Königsfamilie ihn im Wald besuchte und er seine Gründe erklärte, folgten sie und viele Menschen seinem Beispiel.

Temiya war der Bodhisatta, und hatte schon damals seinem Königsreich entsagt, aber seine große Entsagung damals war nicht „wunderbar“.

## Tugenden vervollkommen: Adhiṭṭhāna

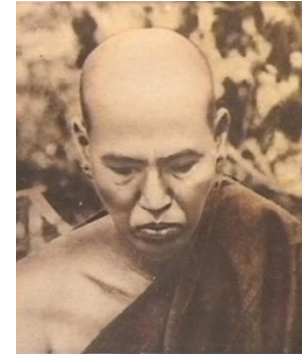
**Definition von Ledi Sayadaw** [Uttama Purisa Dīpanī]

Nicht von seinem Vorsatz abzuweichen ist ***adhiṭṭhāna pāramī***.

*Adhiṭṭhāna pāramī* hat die **Eigenschaft** des unerschütterlichen Festhaltens an den Taten von *dāna* (Almosen geben), *sīla* (Sittlichkeit), *nekkhamma* (Entsagung), *paññā* (Weisheit) usw., die die grundlegenden Bestandteile für die Erlangung von *Sabbaññutabodhi* (Allwissenheits-Erleuchtung für die Buddhaschaft), *paccekabodhi* (Erleuchtung zur Paccekabuddhaschaft) und *sāvakabodhi* (Erleuchtung des Schülers) sind.

Ihre **Aufgabe** ist es, die Gegensätze zu unterdrücken und zu beseitigen. Sie zeichnet sich durch ihre Festigkeit, Beharrlichkeit und Stetigkeit aus.

*Dāna, sīla, nekkhamma, paññā*, etc. sind ihre **unmittelbaren Ursachen**.



## Tugenden vervollkommen: Adhiṭṭhāna

Entschlossenheit zur Tatkraft  
*adhiṭṭhāna pāramī* bezüglich *vīriya*

### AN 2.5 Upaññāta-Sutta - Unnachlässiges Streben

Diese zwei Dinge, ihr Mönche, habe ich kennengelernt: sich **nicht zufrieden geben** mit (bereits erworbenen) heilsamen Dingen und **nicht nachlassen** im Kampfe.

**Unnachlässig**, ihr Mönche, habe ich gekämpft: ‚Ob mir auch nur Haut, Sehnen und Knochen bleiben, ob mir auch Fleisch und Blut im Leibe eintrocknen, so wird meine Tatkraft doch nicht erlahmen, ehe ich nicht erreicht habe, was durch Mannesmut, durch Manneskraft, durch Mannesstreben erreichbar ist!‘ Und durch **Unermüdlichkeit** (*appamāda*), ihr Mönche, errang ich die Erleuchtung, durch Unermüdlichkeit errang ich den höchsten Frieden.

Wenn auch ihr, o Mönche, also **unnachlässig** kämpft, so möchtet auch ihr in gar nicht langer Zeit jenes höchste Ziel des heiligen Wandels, um dessen willen edle Söhne gänzlich vom Hause fort in die Hauslosigkeit ziehen, euch erringen, es selber erkennen und verwirklichen.

Darum also, ihr Mönche, sei euer Streben: ‚**Unnachlässig** wollen wir kämpfen (erfüllt vom Gedanken): ‚Ob mir auch nur Haut (...), so wird meine Tatkraft doch nicht erlahmen, ehe ich nicht erreicht habe, was durch Mannesmut, durch Manneskraft, durch Mannesstreben erreichbar ist!‘ Das, ihr Mönche, sei euer **Streben**!

## Tugenden vervollkommen: Adhiṭṭhāna

### *adhiṭṭhāna pāramī*

#### Definition

[Paramattha-dīpanī = Kommentar zum Cariyā-piṭaka des Khuddaka Nikāya von Dhammapāla]

	pāramīs allgemein	adhiṭṭhāna pāramī
Merkmal	anderen zu nutzen	Bestimmung der Erfordernisse der Erleuchtung
Funktion	anderen Hilfe zu leisten oder nicht zu schwanken	ihre Gegensätze überwinden
Manifestation	der Wunsch für das Wohlergehen der anderen oder für die Buddhaschaft	Unerschütterlichkeit in dieser Aufgabe
unmittelbare Ursache	großes Mitgefühl ( <i>mahākaruṇā</i> ) oder Mitgefühl & geschickte Mittel	die Voraussetzungen für die Erleuchtung

**Verunreinigung (*saṅkilesa*):** Unterscheidende Gedanken (*vikappa*), die Mängel in den Voraussetzungen der Erleuchtung und Tugenden in den Gegensätzen der Vollkommenheit der Entschlossenheit wahrnehmen.

## Tugenden vervollkommen: Adhiṭṭhāna

### **Adhiṭṭhāna pāramī** wird unmittelbar nach *sacca* angegeben

[Paramattha-dīpanī = Kommentar zum Cariyā-piṭaka des Khuddaka Nikāya von Dhammapāla]

1. Denn Wahrhaftigkeit wird durch Entschlossenheit vervollkommnet, weil Enthaltbarkeit (von Falschheit) in demjenigen vollkommen wird, dessen Entschlossenheit unerschütterlich ist;
2. Um nachdem zuerst gezeigt wurde, dass er in der Rede nicht täuscht, als nächstes unerschütterliches Engagement für sein Wort aufzuzeigen, denn ein Bodhisattva, der sich der Wahrheit verschrieben hat, erfüllt seine Gelübde des Gebens usw. ohne zu wanken;
3. Um gleich nach der Wahrhaftigkeit des Wissens die vollständige Sammlung der **Erleuchtungsvoraussetzungen (*bodhisambhāra*)** aufzuzeigen; denn wer die Dinge so erkennt, wie sie wirklich sind, entscheidet sich für die Erleuchtungsvoraussetzungen und bringt sie zur Vollendung, indem er sich weigert, den Gegensätzen gegenüber zu schwanken.

#### **Die Voraussetzungen der Erleuchtung (*bodhisambhāra*)**

(gemäß der Fußnote in Bhikkhus Bodhis Übersetzung:)

... sind die *pāramīs* selbst, die in zwei Gruppen unterteilt sind: die Voraussetzungen des Verdienstes (*puññasambhāra*) und die Voraussetzungen des Wissens (*ñāṇasambhāra*).



## Tugenden vervollkommen: Adhiṭṭhāna

[Paramattha-dīpanī = Kommentar zum Cariyā-piṭaka des Khuddaka Nikāya von Dhammapāla]

Durch seine Entschlossenheit, ihnen auch bei Schwierigkeiten unerschütterlich zu helfen, übt er sich darin, anderen in vielerlei Hinsicht zu helfen.

Die **3 Stufen** der Vollkommenheit der Entschlossenheit:  
unerschütterliche Entschlossenheit trotz der Zerstörung

1. der eigenen Habseligkeiten,
2. der Gliedmaßen,
3. und des eigenen Lebens

wobei zu bedenken ist, dass die *pāramīs* letztendlich durch unbeirrbarere Entschlossenheit Erfolg haben.

**Synthese des *pāramīs*:**

Die Vollkommenheit der Entschlossenheit ist in allen *pāramīs* enthalten.

# Tugenden vervollkommen: Adhiṭṭhāna

## Adhiṭṭhāna im Visuddhimagga & Paṭisambhidāmagga

Höhere Geisteskräfte (*abhiññā*), dazu gehören die magischen Kräfte (*iddhi*)

*Iddhi* = 10 Arten der Macht:

1. die **Macht des Entschlusses** (*adhiṭṭhānā iddhi*)
2. die Macht der Verwandlung
3. die Macht des geistigen Erzeugens
4. die Macht durchdringender Erkenntnis
5. die Macht durchdringender Sammlung
6. die edle Macht
7. die karmisch gezeugte Macht
8. die Macht des Verdienstvollen
9. die Macht der Zauberei
10. die Macht im Sinne des durch dieses oder jenes rechte Streben bedingten Erfolges.

(1) Hierunter nun gilt, insofern die Macht durch Willensentschluß zustande gekommen ist, diese als „Macht des Entschlusses“ (*adhiṭṭhānā iddhi*). „Von Natur aus bloß einer seiend heftet er seinen Geist auf Vervielfältigung, auf hundert oder tausend oder hunderttausend Gestalten. Hat er aber seinen Geist darauf gerichtet, so faßt er auf Grund seines Wissens den Entschluß: ‚Laß mich vielfach werden!‘“

Diese Dinge, wie Grundlagen, Fahrten, Stufen und Wurzelbedingungen der Macht, erfüllend, tritt er in die die Grundlage zu den Höheren Geisteskräften (*abhiññā*) bildende Vertiefung ein. Dann erhebt er sich wieder daraus und vollzieht, falls er hundertfach zu werden wünscht, den vorbereitenden Akt: ‚Möge ich hundertfach werden! Möge ich hundertfach werden!‘ Darauf tritt er von neuem in die die Grundlage zu den Höheren Geisteskräften bildende Vertiefung ein. Und sobald er sich daraus erhoben hat, faßt er den Entschluß und wird gleichzeitig mit dem vom Entschlusse begleiteten Bewußtsein hundertfach.

## Tugenden vervollkommen: Adhiṭṭhāna

Gibt es eine Beziehung zwischen *adhiṭṭhāna* und dem *cetasika adhimokkha*?

### Atthasālinī – Die Darlegung der Bedeutung:

Als **Entschluß** (*adhimokkha*) gilt das Sich-Entschließen.

Sein Merkmal ist das Sich-Entscheiden.

Sein Wesen ist das Freisein von Unentschlossenheit.

Seine Äußerung ist Entschiedenheit.

Seine Grundlage sind die zu entscheidenden Dinge.

Wegen seiner unbeweglichen Haltung dem Objekt gegenüber kann man ihn mit einer Stadttorsäule vergleichen.

# Tugenden vervollkommen: Adhiṭṭhāna

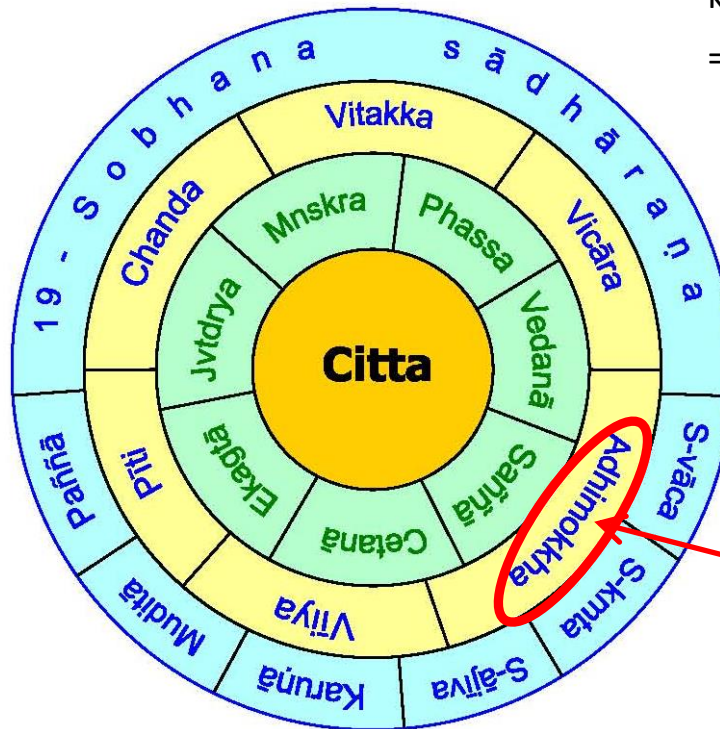
## Adhimokkha cetasika im schönen geistigen Molekül

*adhimokkha* = gelegentlicher kammisch variabler Geistesfaktor

= Entschlossenheit mit dem Objekt zu arbeiten

= verbunden mit fast allen *cittas* (außer dem *mohamūla citta* mit Zweifel und dem 2 x 5 Sinnesbewusstsein).

Gibt es eine Beziehung zwischen *adhimokkha* und *adhiṭṭhāna*?



Entschlossenheit  
(*adhimokkha*)

*adhimokkha*, verbunden mit heilsamem Bewusstsein,  
kann *adhiṭṭhāna pāramī* werden,  
wenn das Objekt die eigenen *pāramīs* sind  
und die Motivation dazu Mitgefühl und die eigene Erleuchtung  
(bzw. Buddhaschaft) ist

## Tugenden vervollkommen: Adhiṭṭhāna

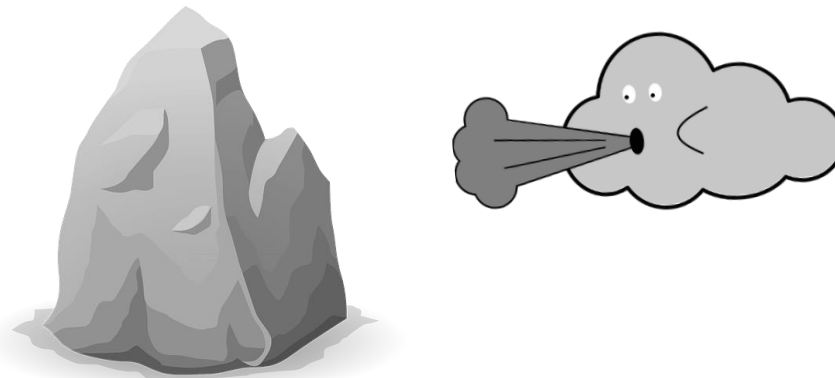
### Atthasālinī – Die Darlegung der Bedeutung:

#### Einleitung:

(...) Doch nicht bloß dieses können sein die Dinge, die zum Buddha machen.  
Noch andre Dinge muß ich suchen, durch die man zur Erleuchtung reift.

In meinem Forschen sah ich dann: als achtetes den **Vollkommenen Entschluß**, wie ihn in Früher Vorzeit schon die Großen Seher ausgeübt. Dies mach' als achtetes in dir stark und weihe dieser Übung dich! Wenn du hier unbeweglich fest, Erleuchtung wirst du finden dann!

Gleichwie ein mächt'ger Felsenberg, der fest gegründet, unbeweglich auch nicht bei starken Stürmen wankt, auf seinem Platze eben steht, so sei auch du zu jeder Zeit ganz unbeirrbar im Entschluß. Bist du vollkommen im Entschluß, Erleuchtung wirst du finden dann.



## Tugenden vervollkommen



***Idaṃ me puññaṃ āsavakkhayā-vahaṃ hotu.***

Mögen meine Verdienste die Trieb-Versiegung hervorbringen.

***Idaṃ me puññaṃ bodhiñāṇassa paccayo hotu.***

Mögen meine Verdienste zu Erleuchtungs-Wissen führen.

***Imaṃ no puññabhāgaṃ sabbā sattānaṃ dema.***

Mögen alle Wesen an unseren Verdiensten teilhaben.

***Sabbe sattā sukhitā hontu.***

Mögen alle Wesen glücklich sein.

## Tugenden vervollkommen



Möge ich dienen, um vollkommen zu sein  
Möge ich vollkommen sein, um zu dienen!