

Moha

Der Geisteszustand von Verblendung oder Unwissenheit

Moha ist Verblendung, Verwirrung, Ignoranz, Konfusion, Unwissenheit, Nicht-Wissen, Nicht-Erkennen, Nicht-Sehen der Dinge wie sie wirklich sind. *Moha* vernebelt den Geist, umwölkt, trübt und verschleiert, macht ihn dunkel.

Moha ist ein Geistesfaktor (*cetasika*), d.h. ein Zustand, eine Verfassung oder eine Eigenschaft des Geistes. Er ist ein universeller unheilvoller Geistesfaktor (*akusala sādharma cetasika*), der in allen Arten unheilvollen Bewusstseins gegenwärtig ist. Nach der Einteilung der Wirklichkeiten in die fünf Gruppen (*khandhas*), gehört er zur Gruppe der Geistesformationen (*sankhārakkhandha*).

Synonyme: *Avijjā* (Ignoranz, Unwissenheit)
aññāṇa (Nicht-Wissen)

Gegenteile: *Amoha* (Nicht-Verblendung, Anti-Verblendung)
Paññā (Weisheit)
Vijjā (Wissen)
ñāṇa (Wissen, Einsicht, Erkenntnis)
sampajañña (Wissensklarheit)
vimamsa (analytisches Wissen durch Erforschen)

Ähnlich, aber nicht mit *moha* zu verwechseln, ist *micchā diṭṭhi* (falsche Ansicht oder falsches Verstehen), deren Gegenteil *sammā diṭṭhi* (rechte Ansicht, rechtes Verstehen) wäre. Auf die Unterschiede zwischen *moha* und *diṭṭhi* wird auf den Seiten 3 und 8 hingewiesen.

Traditionelle Definition von *moha* [Visuddhimagga, Atthasālinī u.a.]:

- Charakteristik / Merkmal: Geistige Blindheit oder Nicht-Wissen (*aññāṇa*).
- Funktion / Wesen: Nicht-Durchdringung und Nicht-Verstehen des Objekts; verhüllt die wahre Natur der Objekte.
- Manifestation / Äußerung: Abwesenheit von rechtem Verstehen oder geistige Dunkelheit; unrechter Wandel
- Unmittelbare Ursache / Grundlage: Unweise Aufmerksamkeit (*ayoniso manasikāra*).

„Als Wurzel aller unheilvollen Dinge hat man die Verblendung zu betrachten.“

Unwissenheit oder Verblendung wird im Suttanta definiert als das Nicht-Wissen über die vier Edlen Wahrheiten, d.h. *dukkha* (Leiden, Unzulänglichkeit), seine Ursache, sein Ende und den Weg zu seiner Beendigung nicht zu kennen oder nicht zu verstehen. [z.B. S 12, 4]

Nach dem Abhidhamma ist Unwissenheit das Nicht-Wissen von acht Dingen:

- 1.-4. Die vier Edlen Wahrheiten
5. Vergangenheit, d.h. die vergangene Existenz
6. Zukunft, d.h. das zukünftige Schicksal
7. Vergangenheit und Zukunft beide
8. Bedingte Entstehung (*paṭiccasamuppāda*); Bedingungen der bedingten Phänomene

Moha als Wurzel (*hetu, mūla*)

Moha ist eine der drei unheilsamen Wurzeln (*akusala hetus*) oder der Geistesgifte – Gier (*lobha*), Hass (*dosa*), Verblendung (*moha*) – die die wesentlichen Geistesstrübungen oder Geistesbefleckungen (*kilesas*) sind. Im Geist mit *lobha* oder mit *dosa*, ist *moha* auch immer vorhanden. *Moha* ist mit allen Arten unheilsamen Bewusstseins (*akusala cittas*) verbunden, die entweder zwei-wurzelig (*dvihetuka*) sind – das wären entweder *lobha* + *moha* oder *dosa* + *moha* – oder ein-wurzelig (*ekahetuka*) – nur *moha* – aber niemals dreiwurzelig (*tihetuka*), das bedeutet, *lobha*, *dosa* und *moha* können nicht in einer einzigen geistigen Einheit koexistieren bzw. zur selben Zeit vorkommen.

In Verblendung wurzelndes Bewusstsein (*mohamūla cittas*)

Zwei Arten von Bewusstsein wurzeln in Verblendung und haben keine andere Wurzel:

1. *Mohamūla citta upekkhā-sahagata vicikicchā-sampayutta*
In Verblendung wurzelndes Bewusstsein, begleitet von Indifferenz (neutralem Gefühl), verbunden mit Zweifel
2. *Mohamūla citta upekkhā-sahagata uddhacca-sampayutta*
In Verblendung wurzelndes Bewusstsein, begleitet von Indifferenz (neutralem Gefühl), verbunden mit Ruhelosigkeit.

Verbindung / Assoziation von *moha*

Moha ist mit allen 12 unheilsamen Bewusstseins-Arten (*akusala cittas*) verbunden – mit keinem anderen Bewusstsein.

Außerdem ist *moha* auch immer mit den folgenden 14 Geistesfaktoren verbunden: Allen sieben universellen Geistesfaktoren Kontakt (*phassa*), Gefühl (*vedanā*), Wahrnehmung (*saññā*), Motivation (*cetanā*), Einspitzigkeit (*ekaggatā*), Lebensfähigkeit (*jīvitindriya*) und Aufmerksamkeit (*manasikāra*); mindestens drei der gelegentlichen Geistesfaktoren, nämlich Gedankenfassung (*vitakka*), gedankliches Erfassen (*vicāra*) und Energie (*vīriya*); sowie den weiteren drei unheilsamen universellen Geistesfaktoren Schamlosigkeit (*ahirika*), Rücksichtslosigkeit (*anottapa*) und Ruhelosigkeit (*uddhacca*).

Je nach Gegebenheit kann *moha* zusätzlich mit einem oder einigen von 13 weiteren Geistesfaktoren verbunden sein (niemals allen – einige schließen sich gegenseitig aus): Den drei weiteren gelegentlichen Geistesfaktoren Entschlossenheit (*adhimokkha*) und Freude (*pīti*) und Wunsch (*chanda*); sowie den weiteren zehn unheilsamen Geistesfaktoren Gier (*lobha*),

07/2010

falsche Ansicht (*diṭṭhi*), Stolz (*māna*), Hass (*dosa*), Neid (*issā*), Geiz (*macchariya*), Gewissenbisse (*kukkuca*), Müdigkeit (*thīna*), Mattheit (*middha*) oder Zweifel (*vicikicchā*).

Moha ist in Wirklichkeit also mit mindestens 14 *cetasikas* (in jedem der beiden *mohamūla cittas*) oder maximal 20 *cetasikas* (im zweiten und vierten *lobhamūla citta*) verbunden.

Moha, wird gesagt, ist die primäre Wurzel allen Übels und Leidens in der Welt. Warum?

Aufgrund der geistigen Blindheit sieht man Dinge nicht richtig wie sie sind, durchdringt und durchschaut sie nicht bezüglich der letztendlichen Wirklichkeiten (*paramttha dhammas*).

Dinge falsch sehen als

- beständig (*nicca*)
- glückverheißend (*sukha*)
- Selbst, mein, Seele (*atta*), kontrollierbar
- schön (*subha*) und attraktiv

wahre Natur

- unbeständig (*anicca*)
- Leiden, leidbringend (*dukkha*), unbefriedigend
- Nicht-Selbst, nicht mein, Nicht-Seele (*anatta*), unkontrollierbar
- unschön (*asubha*) und unattraktiv

Dieses falsche Sehen führt normalerweise zu Gier, Verlangen und Anhaftung (*lobha*) oder zu Aversion, Angst und Hass (*dosa*). *Dosa* ist bereits mit unangenehmem geistigem Gefühl (*domanassa vedanā*) verbunden, was geistiges Leiden (*dukkha*) ist. *Lobha* ist zwar erst einmal mit angenehmem, freudigen Gefühl (*somanassa vedanā*) oder neutralem Gefühl (*upekkhā vedanā*) verbunden, wird aber durch die Unbeständigkeit des Objektes (und unseres eigenen Geistes) zu Sorgen und Leiden führen. Entweder wir verlieren das Objekt unseres Begehrens, oder es wird gestohlen, zerbrochen, getötet oder zumindest wird es sich aufgrund seiner Natur ändern. Aber noch weitergehend: Physische, verbale oder geistige Aktivitäten mit *lobha*, *dosa* oder *moha* sind unheilbares Kamma (*akusala kamma*) und werden definitiv zu schlechten Resultaten (*akusala vipāka*) und Leiden (*dukkha*) führen – später oder in zukünftigen Leben.

Ähnlichkeit und Unterscheidung von *moha* und *diṭṭhi*

Durch *moha* ist unser Geist verblendet, geblendet, vernebelt oder verdunkelt – deshalb können wir nicht richtig sehen und erkennen. Bedingt durch unklares, verschwommenes, verfälschtes Sehen bzw. Nicht-Erkennen der einzelnen Objekte, bilden wir eine Idee, Theorie, Philosophie, ein ganzes Lehrgebäude oder einen Glauben aus, der auf dieser – durch *moha* hervorgerufenen – falschen Sichtweise aufbaut. Diese falsche Theorie, dieser Irrtum oder dieser falsche Glaube ist nichts anderes als *diṭṭhi*, falsche Ansicht, falsches Verstehen. *Moha* bedingt also *diṭṭhi*. Nach dem Buddha beruhen alle *diṭṭhis* auf irgendeine Vorstellung einer Seele, eines Selbsts, einer Persönlichkeit – ob ewig oder vernichtbar. Im Brahmajāla-Sutta [D 1] werden 62 Arten falscher Ansicht über Ich, Mensch und Welt erklärt. Die Fessel (*samyojana*) dieses falschen „Persönlichkeitsglaubens“ (*sakkāya-diṭṭhi*) wird beim Strom-eintritt (*sotāpatti*) abgelegt. Die Fessel *moha* jedoch erst endgültig beim Arahat.

Diṭṭhi entsteht nur mit in Gier wurzelndem Bewusstsein, d.h. den acht *lobhamūla cittas*, weil wir an unseren Theorien, Lehr- und Glaubenssystemen immer anhaften. Am zugrundeliegen-

07/2010

den falschen Sehen oder Nicht-Erkennen eines Objekts Haften wir nicht unbedingt an – *moha* kommt auch mit anderem unheilsamen Bewusstsein vor, nicht nur dem in Gier wurzelnden.

***Moha* bzw. *avijjā* in der Lehre des bedingten Entstehens (*Paṭiccasamuppāda*)**

„*Avijjā paccaya saṅkhārā*“

Übersetzungsmöglichkeiten: Abhängig von Unwissenheit entstehen Kamma-Formationen.

Unwissenheit bedingt kreatives Kamma.

Aufgrund von Unwissenheit entstehen karmische Aktivitäten.

Saṅkhāra bedeutet hier *kamma* bzw. *cetanā* (Motivation, Stimulation, Absicht), verbunden mit physischer (*kāyasaṅkhāra*), verbaler (*vacīsaṅkhāra*) oder geistiger (*manosaṅkhāra*) Aktivität.

Drei Arten von Motivation bzw. karmischer Aktivität (*saṅkhāra*) sind hier möglich:

1. nicht-verdienstvoll, tugendlos (*apuññābhi saṅkhāra*)
2. verdienstvoll, tugendhaft (*puññābhi saṅkhāra*)
3. unbeweglich, unerschütterlich (*āneñjābhi saṅkhāra*)

(1) *Avijjā* oder *moha* selbst ist natürlich unheilsam (*akusala*). Im genau selben Moment von *moha* können wir deshalb mit einer „nicht-verdienstvollen karmischen Aktivität“ (*apuññābhi saṅkhāra*), z.B. etwas stehlen, lügen oder Rache planen. Die Motivation (*cetanā*) hinter diesen Aktivitäten ist *kamma*. *Avijjā* bedingt *apuññābhi saṅkhāra* dann zur selben Zeit, in der selben geistigen Einheit durch die Kraft der Zusammenentstehungs-Bedingung (*sahajāta paccaya*)¹. Oder *avijjā* bedingt *apuññābhi saṅkhāra* später, in einem anderen geistigen Moment durch die Kraft als entscheidenden Unterstützungs- oder Anlass-Bedingung (*upanissaya paccaya*). Z.B. kann *avijjā* als direkter Anlass zusammen mit Gier jemanden dazu bringen später zu stehlen – durch die Kraft der natürlichen Anlass-Bedingung (*pakat’upanissaya*). Oder wir können ärgerlich werden, wenn wir uns an unseren vorhergehenden Zustand der Verblendung erinnern, ihn als Objekt nehmen – dann ist es durch die Kraft der Objekt-Anlass-Bedingung (*ārammaṇūpanissaya*).

(2) Genau zur selben Zeit und in der selben geistigen Einheit mit *avijjā* heilsames Kamma zu wirken, ist nicht möglich. Heilsam (*kusala*) und unheilsam (*akusala*) können in einem einzigen Geistes-Moment nicht zusammen sein. Aber trotzdem kann *avijjā* auch „verdienstvolle karmische Aktivität“ (*puññābhi saṅkhāra*) hervorbringen. So glauben Leute z.B. an Himmel und Hölle oder Seelenwanderung, geben deswegen Spenden (*dāna*) und halten sich nur deshalb an die ethischen Regeln (*sīlas*). Oder jemand beginnt aus Stolz oder als Ego-Tripp mit Meditation; oder weil er Alter und Krankheit für mit Meditation kontrollierbar und aufhaltbar hält. Die Meditation selbst ist aber verdienstvoll, vielleicht erreicht er sogar die

¹ Sowie weiteren Bedingungen aus der *sahajāta*-Gruppe: Der Wurzel-Bedingung (*hetu paccaya*), der Gegenseitigkeits-Bedingung (*aññamañña paccaya*), der Verbundenseins-Bedingung (*sampayutta paccaya*), der Anwesenheits-Bedingung (*atthi paccaya*) und der Nicht-Verschwundenseins-Bedingung (*avigata paccaya*). Diese werden im Paṭṭhāna („Bedingungszusammenhänge“), dem siebten und letzten Abhidhamma-Buch gelehrt.

07/2010

feinstofflichen *Jhānas* oder später sogar Pfad und Frucht (*magga* und *phala*). Obwohl diese Handlungen durch Verblendung, Unwissenheit oder falsche Ansicht bedingt sind, sind sie selbst heilsam, verdienstvoll, werden Verdienste bringen (*puññābhi*). Dies findet nicht zur selben Zeit wie *avijjā* und nicht in der selben geistigen Einheit statt. Zuerst ist der unheilsame Geist mit *avijjā* da, der den späteren heilsamen Geist während der verdienstvollen Handlung (*puññābhi saṅkhāra*) durch die Kraft der Anlass-Bedingung (*upanissaya paccaya, pakata* oder *ārammaṇa*) bedingt. Beispiele für die Objekt-Anlass-Bedingung (*ārammaṇūpanissaya*) wären, wenn wir in der *Vipassanā*-Meditation achtsam *avijjā* als Objekt unserer Beobachtung nehmen, oder wenn wir weise über frühere *avijjā* als Wurzel allen Übels in der Welt nachdenken.

(3) Unwissenheit kann auch zu unbeweglicher, unerschütterlicher karmischer Aktivität (*āneñjābhi saṅkhāra*) führen. Ein Beispiel wäre, wenn jemand aus Unwissenheit heraus (er weiß nicht, dass die immateriellen *Jhānas* nicht zu *Nibbāna* führen) oder aus Eitelkeit meditiert, die immateriellen, unkörperlichen *Jhānas* (*arūpa jhānas*) erreicht und dabei die immateriellen heilsamen Bewusstseinsarten (*arūpāvacara kusala cittas*) erfährt. Die Motivation (*cetanā*) verbunden mit diesen Bewusstseinsarten wird unerschütterlich oder unbeweglich (*āneñjābhi*) genannt. Auch hier bedingt *avijjā* zu einem späteren Zeitpunkt conditions *āneñjābhi saṅkhāra* durch die Kraft der natürlichen Anlass-Bedingung (*pakat'upanissaya paccaya*).

Warum beginnt der *Paṭiccasamuppāda* mit *avijjā*?

Da Unwissenheit die Grundlage aller lebensbejahenden Handlungen, allen Übels und Leidens ist, deshalb steht sie zu Beginn der Formel der bedingten Entstehung (*paṭiccasamuppāda*). Aber aus diesem Grund, sagt der *Visuddhimagga* [Vis. XVII, 525], sollte Unwissenheit keineswegs als „ursachenloser Urgrund der Welt“ oder erste Ursache betrachtet werden, sondern es wird auf das *Sammādiṭṭhi-Sutta* [M 9] verwiesen, in dem erklärt wird, dass die Entstehung der Triebe (*āsava*)² die Entstehung der Unwissenheit bedingt. Trotzdem hat sie der Buddha an den Ausgangspunkt der Erklärung der Daseinsrunde gestellt.

„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 (*idappaccaya*) hat. Auch die Unwissenheit, sage ich, hat eine sie ernährende (*sāhāram*) Bedingung, ist nicht ohne solche Bedingung. Und was ist die ernährende Bedingung der Unwissenheit? ‚Die fünf Hemmungen (*nīvaraṇas*)‘, hätte man zu antworten. (...)

Die Unwissenheit, wenn aufgetreten, führt zum Daseinsdurst (*bhava-taṇhā*).“

[A X, 61 und 62]

Daseinsdurst und Unwissenheit werden vom Buddha als „Hauptbedingungen für *kamma* genannt, das zu glücklichem und unglücklichem Schicksal führt“ [Vis. XVII, 525].

² *Āsava* = Trieb, Einstromung, Gift, schädlicher Einfluss. Es finden sich Lehren mit 3 oder 4 Trieben: 1. Sinnlichkeits-Trieb (*kāmāsava*), 2. Daseins-Trieb (*bhāvāsava*), 3. Unwissenheits-Trieb (*avijjāsava*) ± 4. Ansichts-Trieb (*diṭṭhāsava*).

„Anfangslos ist der Daseinskreislauf (*samsāra*), ein erster Anfang der von Unwissenheit gehemmteten Wesen, die gefesselt von Begehren dahintreiben und umherwandern, ist nicht zu erkennen. Aber die restlose Auflösung und Beendigung der Unwissenheit, der Masse von Dunkelheit: Das ist der friedvolle Zustand, der erhabene Zustand, das ist die Stillung aller Formationen, die Stätte der Ruhe, das ist die erlesene Stätte, nämlich die Beruhigung aller Gestaltungen, das Loslassen aller Errungenschaften, die Zerstörung des Begehrens, Leidenschaftslosigkeit, Erlöschen, *Nibbāna*.“ [Āpaṇa-Sutta, S 48, 50]

Da Unwissenheit noch bis zum Erreichen der Arahatschaft existiert, wenn auch nur mehr sehr subtil, wird sie als letzte Fessel (*samyojana*)³ angesehen, die die Wesen an den Kreislauf der Wiedergeburten bindet. Von den drei unheilsamen Wurzeln, Gier, Hass und Verblendung, ist Verblendung bzw. Unwissenheit die hartnäckigste.

Unwissenheit ist eine der Triebe (*āsava*) und Neigungen (*anusaya*)⁴. Sie wird auch oft als Hindernis (*nīvaraṇa*)⁵ bezeichnet [z.B. in S 15, 3; A X,61], erscheint aber nicht in der gewöhnlichen Liste der fünf Hindernisse oder Hemmungen.

Moha-carita, der Verblendungs-Typ

Es gibt sechs Arten von Temperamenten (*carita*), menschlichen Naturen oder Charaktertypen:

1. Gier-Typ oder Begehrlich-Gearteter (*rāga-carita*)
2. Hass-Typ oder Gehässig-Gearteter (*dosa-carita*)
3. Verblendungs-Typ oder Verblendungs-Gearteter (*moha-carita*)
4. Vertrauens-Typ oder Vertrauensvoll-Gearteter (*saddhā-carita*)
5. Intellektueller Typ oder Verständnisvoll-Gearteter (*buddhi-carita*)
6. Grübler-Typ oder geistig Unruhig-Gearteter (*vitakka-carita*)

Für jeden Charaktertyp werden geeignete Meditations-Objekte erwähnt [Vis. III und Abhidhammatthasangaha IX,13]. Für den Verblendungs-Typ (*moha-carita*) ist es die Achtsamkeit auf das Atmen (*ānāpāna*). Außerdem werden die vier unkörperlichen (*arūpa-*) Meditationen und sechs der zehn *kasinas* (alle außer den vier Farb-*kasinas*, die speziell für *dosa-caritas* günstig sind) für alle Temperamente empfohlen, aber es heißt, die *kasinas* sollten großflächig für den *moha-carita* sein.

³ *Samyojana* = Fessel, die die Lebewesen an *samsara* bindet. 10 Fesseln: 1. Persönlichkeitsglaube (*sakkāya-dit̥ṭhi*), 2. Zweifel (*vicikicchā*), 3. Hängen an Riten (*sīlabbata-parāmāsa*), 4. Sinnesverlangen (*kāma-rāga*), 5. Übelwollen (*byāpāda*), 6. Begehren nach feinstofflicher Existenz (*rūpa-rāga*), 7. Begehren nach immaterieller Existenz (*arūpa-rāga*), 8. Stolz (*māna*), 9. Ruhelosigkeit (*uddhacca*), 10. Unwissenheit (*avijjā*).

⁴ *Anusaya* = Neigung, Hang, Tendenz. 7 Neigungen: 1. Sinnes-Begehren (*kāma-rāga*), 2. Widerstreben (*paṭigha*), 3. Falsche Ansicht (*dit̥ṭhi*), 4. Skeptischer Zweifel (*vicikicchā*), 5. Stolz (*māna*), 6. Daseins-Begehren (*bhava-rāga*), 7. Unwissenheit (*avijjā*).

⁵ *Nīvaraṇa* = Hemmung für die Konzentration, Hindernis des Geistes. 5 Hindernisse: 1. Sinnesverlangen (*kāmacchanda*), 2. Übelwollen (*byāpāda*), 3. Müdigkeit und Mattheit (*thīna-middha*), 4. Ruhelosigkeit und Gewissensbisse (*uddhacca-kukkucca*), 5. Skeptischer Zweifel (*vicikicchā*).

Vipassanā

***Cittānupassanā* – Betrachtung des Bewusstseins**

In der Betrachtung des Bewusstseins, so wie im Satipaṭṭhāna-Sutta [D 22 und M 10] erklärt, gilt es 16 Arten von Bewusstsein zu erkennen, die sich in 8 Paare unterteilen lassen. Ein Paar davon ist verblendetes und unverblendetes Bewusstsein. D.h. wir sollen uns des Geistes mit Verblendung (*samoha citta*) und des Geistes ohne Verblendung (*vītamoha citta*) bewusst sein, wann immer sie auftreten, und sie achtsam beobachten, kennenlernen und durchschauen. Während wir das Bewusstsein mit Verblendung beobachten und kontemplieren, ist es bereits vergangen; der beobachtende Geist selbst enthält kein *moha* mehr, sondern ist – hoffentlich – mit *amoha* bzw. *paññā* verbunden, und eine der acht Arten großen heilsamen Bewusstseins (*mahākusala cittas*) übt die Funktion des Kontemplierens aus.

Es ist nicht leicht den Geist mit *moha* zu erkennen. Wenn wir auch Gier oder Hass haben, können wir rückschließen, dass auch Verblendung dabei ist. Wenn weder Gier noch Hass vorhanden sind, der Geist aber trotzdem unheilsam ist, wird er in Verblendung wurzeln. Wir können ihn insbesondere durch seine Assoziation mit Zweifel (*vicikicchā*) oder Ruhelosigkeit (*uddhacca*) erkennen. Wenn wir uns einer inneren Unruhe bewusst werden, wissen wir bereits, dass wir in einem unheilsamen Zustand sind und eine der 12 unheilsamen Bewusstseinsarten (*akusala cittas*) haben. Dann sollten wir andere, damit verbundene geistige Eigenschaften oder Zustände checken. Wenn wir kein Begehren (*lobha*) oder Anhaftung finden können, und auch keine Aversion (*dosa*), Hass oder Angst, dann können wir rückschließen dass es ein Bewusstsein mit Verblendung (*samoha citta*) ist.

Missinterpretation von *diṭṭhi* als *moha*

In der Praxis kann es sein, dass wir falsche Ansicht (*diṭṭhi*) als *moha* missinterpretieren. Aber obwohl *diṭṭhi* zum größten Teil durch *moha* bedingt ist, sind sie verschieden. *Moha* ist nur Verblendung, geistige Blindheit, Nicht-Sehen, Nicht-Erkennen von Dingen und ihrer letztendlichen Natur. Dann schaffen wir bedingt durch dieses Nicht-Wissen oder falsche Sehen falsche Ansichten (*diṭṭhi*), an denen wir anhaften, Theorien und Philosophien über ‚Ich‘, Selbst und Seele. *Moha* interpretiert noch nicht, was er sieht, schafft keine Verbindung zum Selbst – das ist die Arbeit von *diṭṭhi*. Da wir unsere Interpretationen, Ansichten und Theorien immer mögen, haften wir an ihnen an, so dass *lobha* dann immer auch anwesend ist. Objekte von *diṭṭhi* sind Theorien, Glaubenssysteme, während die Objekte von *moha* schlicht und einfach irgendwelche Objekte der sechs Sinne sind.

Dhammānupassanā* – Betrachtung der *dhammas

Hier hätte die Achtsamkeit auf den einzelnen Geisteszustand *moha* selbst Platz. Diese Praxis ist im Satipaṭṭhāna-Sutta in die Kontemplation der Gruppen des Anhaftens (*upadāna-kkhandhā*) eingeschlossen und indirekt auch bei den Sinnes-Grundlagen (*saḷāyatana*), wo wir überlegen können, wo (auf welchen Grundlagen, an welchen Toren) und warum *moha* entsteht, das heißt wir kontemplieren die Entstehungsbedingungen von *moha*. Aber praktisch ist es sehr schwierig *moha* allein direkt zu beobachten.

Praxis im Alltag und in der Samatha-Meditation

Wird man *moha* los? Durch sein aktives Gegenteil, Nicht- oder besser Anti-Verblendung (*amoha*), was Erkenntnis, Wissen (*ñāṇa*, *vijjā*) oder Weisheit (*paññā*) ist. *Amoha* ist eine geistige Fähigkeit (*paññ'indriya*) und wird wenn entwickelt, zur spirituellen Kraft (*paññā-bala*) und zum Erleuchtungsfaktor *dhammavicaya*, Ergründung der Lehre, der Wahrheit, der Wirklichkeiten (*dhammas*). Vervollkommen wird *amoha* bzw. *paññā* zur Vollkommenheit der Weisheit (*paññā-pāramī*).

Um in der Samatha-Meditation voran zu kommen, brauchen wir einen heilsamen Geist – also darf keine unheilsame Qualität wie *moha* im Geist vorhanden sein. Alle Hemmungen (*nīvaraṇas*) müssen zumindest vorübergehend beseitigt werden. Und alle Hemmungen haben direkt oder indirekt mit *moha* zu tun. Schauen wir uns vor allem die Hemmungen in den beiden in Verblendung wurzelnden Bewusstseinsarten (*mohamūla citta*) an:

Gegen den skeptischen Zweifel (*vicikicchā*), der ein Begleiter im ersten *mohamūla citta* ist, hilft der *Jhāna*-Faktor *vicāra*, anhaltendes Denken oder gedankliches Erfassen, um das Objekt genau zu erforschen und zu erkennen. Selbstverständlich helfen auch die Kräfte (*balas*) Vertrauen (*saddhā*) und Weisheit (*paññā*) gegen den Zweifel, die mit Achtsamkeit (*sati*) balanciert sein sollten.

Der *Jhāna*-Faktor *sukha*, Glücksgefühl, hilft gegen Ruhelosigkeit und Aufgeregtheit (*uddhacca*). Auch die Kraft (*bala*) *samādhi* eintrüben und beruhigt den Geist, muss aber mit Energie (*vīriya*) balanciert sein.

Die folgende Tabelle gibt wieder, wie jede Hemmung durch einen der fünf *Jhāna*-Faktoren temporär überwunden wird.

Hindernis / Hemmung	Jhāna-Faktor, der dagegen arbeitet
Sinnesverlangen <i>kāmacchanda</i>	Einspitzigkeit <i>ekaggatā</i>
Übelwollen <i>byāpāda</i>	Freude, Verzücken <i>pīti</i>
Müdigkeit + Mattheit <i>thīna-middha</i>	Gedankenausrichtung <i>vitakka</i>
Ruhelosigkeit + Gewissensbisse <i>uddhacca - kukkuccha</i>	Glücksgefühl <i>sukha</i>
Zweifel <i>vicikicchā</i>	Gedankliches Erfassen <i>vicāra</i>