

# **Bhikkhu P.A. Payutto - Buddhadhamma** aus der englischen Übersetzung von Robin Moore

## **Kapitel 10** **Buddhistische Belehrungen über Verlangen**

### **1. Einführung**

Bisweilen werden die folgenden Zweifel und Kritikpunkte am Buddhismus geäußert:

*'Der Buddhismus lehrt uns, Begehren aufzugeben und frei zu sein von Verlangen. Wenn die Leute ohne Verlangen sind und keine persönlichen Gewinne und keinen Wohlstand anstreben, wie kann sich dann das Land entwickeln? Der Buddhismus stellt sich dem Fortschritt entgegen.'*

*'Nibbana ist das Ziel im Buddhismus, und die Dhamma-Praxis dient dazu, Nibbana zu erreichen. Aber Buddhisten sollten Nibbana nicht verlangen, denn wenn sie es tun, dann sind sie unter dem Einfluss von Begehren und ihre Praxis ist nicht korrekt. Wenn die Leute gar kein Verlangen haben, wie können sie dann praktizieren? Die buddhistischen Lehren sind widersprüchlich und lehren uns, das Unmögliche zu tun.'*

Diese Zweifel und Kritikpunkte scheinen den gesamten Anwendungsbereich der buddhistischen Lehren zu berühren, vom Alltagsleben im Haushalt bis zu der Praxis um Nibbana zu realisieren, also vom Weltlichen bis hin zum Transzendenten. Genau genommen haben sie aber für den Buddhismus keine direkte Bedeutung. Sie rühren von einem konfusem Verständnis her, sowohl von der menschlichen Natur als auch von den buddhistischen Lehren.

Diese Missverständnisse sind sogar unter Buddhisten verbreitet. Sie haben etwas mit den Belangen von Sprache und Terminologie zu tun. Die Leute haben nämlich gehört, dass der Buddhismus lehrt, *tanha* (Begehren, Gier, Gelüste) aufzugeben, was oft mit 'Verlangen' übersetzt wird. Aus welchem Grund auch immer, sie sind nicht in der Lage zwischen diesen verschiedenen Begriffen zu unterscheiden und setzen am Ende Verlangen mit Begierde gleich; sie glauben, dass alle Formen des Verlangens auch Formen von Begierde sind. Zudem glauben sie, der Buddhismus lehre, jegliches Verlangen aufzugeben - völlig bar jeglichen Verlangens zu sein.

Darüber hinaus sind vielleicht andere Pali-Begriffe mit ähnlichem Sinnbezug auf andere Weise übersetzt worden (i.e. nicht als 'Verlangen'). Wenn die Diskussion zum Thema Verlangen aufkommt, vergessen die Leute vielleicht, sich zum Vergleich auf diese anderen Begriffe zu beziehen. Für ein klares Verständnis des Buddhismus muss dieses Missverständnis bereinigt werden. Zunächst einmal ist Begehren (*tanha*) eine Form von Verlangen, aber nicht alle Arten von Verlangen manifestieren sich als Begierden. Es gibt eine positive Form von Verlangen, welche für die Dhamma-Praxis und die spirituelle Entwicklung essenziell ist. Ehe wir dieses Thema aber mehr im Detail untersuchen, lasst uns einige der Mechanismen menschlicher Aktivität untersuchen.

## 2. Mechanismen menschlicher Aktivität

Ein Zweifel, der vielfach geäußert wird, basiert auf dem Glauben, dass die Handlungen der Menschen immer von Verlangen begleitet sein müssen; die Menschen handeln grundsätzlich aufgrund von Verlangen. Wenn es kein Verlangen oder Begehren als Auslöser gäbe, würden die Menschen nicht handeln. Gewiss würden sie inaktiv bleiben, träge und apathisch.

Um zunächst diesem Zweifel zu entgegnen: Jede menschliche Handlung – selbst die Handlung sich vom Handeln zu enthalten – benötigt eine Bewegung oder Aktivität im Geist. Am Leben zu sein hat solche Aktivität und Bewegung zur Folge. Hier können wir die Mechanismen untersuchen, die hinter solcher Aktivität steht.

Menschen sind nicht wie die Blätter und Äste der Bäume, die sich im Wind regen und ausschließlich von externen Bedingungen betroffen sind. Menschen agieren prompt aufgrund innerer Bedingungen. Wenn der physische Körper gesund ist und bereit für Aktivität, beginnt der Geist sich gewahr zu sein, was vor ihm und hinter ihm ist, darüber oder darunter, in der Nähe oder weiter entfernt, zusammen mit der ihn umgebenden Position der verschiedenen Objekte. In Kürze, man hat ein Verständnis der möglichen Ausdrucksformen für Bewegung und Aktivität.

Mit diesem anfänglichem Verständnis muss man dann entscheiden, in welche Richtung man sich bewegt und wie man handelt. Der mentale Faktor, der diesen Entscheidungsprozess diktiert oder kontrolliert ist die Absicht (*cetana*).

Während dieses Entscheidungsprozesses wird die Absicht von einem Impuls oder einer Motivation beeinflusst, die man als 'Verlangen' bezeichnen kann. Wenn man das Verlangen spürt, irgendwohin zu gehen, etwas zu besorgen oder eine Handlung zu vollziehen, dann entscheidet die Absicht, dieses Verlangen zu erfüllen.

Was ist Verlangen? Auf einem grundlegenden Level rührt Verlangen von Vorlieben und Abneigungen her. Was immer mit den eigenen Augen und Ohren, der Zunge und dem Geist etc. in Übereinstimmung ist, das möchte man haben und konsumieren. Was immer den Sinnen unliebsam erscheint, davor möchte man fliehen oder man will es loswerden. Absichten kreieren Entscheidungen basierend auf diesen Vorlieben und Abneigungen. Diese Form des Verlangens, die auf Präferenzen und Aversionen basiert, wird als 'Begierde' (*tanha*) bezeichnet.

Kurz gesagt sind verschiedene Faktoren in diese Aktivität involviert: Erkenntniswissen (*pannya*; 'Intelligenz', 'Weisheit') hilft, um die verschiedenen Objekte in der eigenen unmittelbaren Umgebung zu bemerken; Begierde (*tanha*) wünscht bestimmte Objekte zu bekommen oder loszuwerden; und die Absicht (*cetana*) entscheidet aufgrund dieses Verlangens zu handeln.

Dennoch gibt es ein weiteres Element in diesem Prozess. Lebewesen besitzen tiefere, fundamentalere Bedürfnisse und Wünsche, wenn es sich um handeln oder nicht handeln dreht. Sie haben den Wunsch zu existieren, zu überleben, sich sicher zu fühlen, gesund und glücklich zu sein und in einem bestmöglichen Zustand zu leben. Sie wünschen sich, in einem Zustand der Erfüllung zu leben.

An dieser Stelle könnte man fragen, ob solche Erfüllung gefunden werden kann, indem man sich nur auf das Erkennen der unmittelbaren Sinnesobjekte verlässt, und auf eine Begierde, solche Objekte entweder zu konsumieren oder

ihnen auszuweichen. Und zusätzlich auf eine Absicht, welche Handlungen antreibt, die sich in Übereinstimmung mit den zugeflüsteren Vorschlägen von genau dieser Begierde befinden.

Die Weisheit wird erwidern, dass dies nicht genügt. Wenn man eine Speise vor sich hat, die appetitlich hergerichtet wurde, indem man verschiedene chemische Farbstoffe hinzugefügt hat, dann will die Begierde diese konsumieren. Aber wenn man der Begierde nachgibt, dann ist das so, als würde man Gift ins Essen mischen und man wird an Fettleibigkeit oder irgendeiner anderen Unpässlichkeit leiden. Dieses Wissen ist unzureichend und nicht vertrauenswürdig. Es mag vorgeben, Weisheit (*pannya*) zu sein, ist aber tatsächlich einfach nur ein Ausdruck von Nichtwissen (*annyana*) oder Ignoranz (*avijja*).

Lasst uns das Beispiel eines Studenten nehmen:

Die falsche Weisheit mag sagen: 'Nicht weit von hier gibt es einen Ort für Vergnügen und Unterhaltung, wo man sich richtig wild und zügellos benehmen kann.' Die Begierde ergreift sich dann diese vielversprechende Aussicht, da sie Spaß haben will. Sie flüstert: 'Geh nicht in die Schule und belaste dich nicht mit irgend so einem ermüdenden Studienfach.' Sie stupst dann die Absicht an, welche entscheidet, die Schule wegzulassen und sich stattdessen an irgendeiner Form von Ausschweifung und Schwelgerei zu ergötzen.

Wenn Weisheit als echtes Verstehen entwickelt wurde, dann weiß man - neben einem Gewahrsein der eigenen Umgebung - wie man Tüchtigkeit, Tugend und Wohlbefinden herbeiführt. Man weiß was förderlich und was schädlich ist, was zu fördern und was zu vermeiden ist. Man hat ein Verständnis von Ursachen und Wirkungen, in dem man weiß, dass bestimmte Handlungen sowohl kurzzeitige als auch langzeitige Konsequenzen haben werden.

Im Falle des Studenten weiß dieser, dass er nur momentanes Vergnügen erlangen wird, wenn er an einen Ort des Lasters und der Hemmungslosigkeit geht. Aber auf längere Sicht wird sein Körper, seine Familie und seine Intelligenz darunter leiden. Wenn er sich andererseits in seinen Studien beharrlich bemüht, dann werden sich alle Aspekte seines Lebens verbessern.

Begierde agiert als der Vermittler, sich nach diesem und jenem sehnd, während die Scheinweisheit nur ein trübes Verständnis dieser Vorgänge hat. Begierde ergreift ansprechende Aspekte und teilt der Absicht mit, Befriedigung zu suchen. Dieser Kreislauf wird jedoch niemals zu wirklichem Wohlbefinden führen.

Wenn Weisheit auftaucht, dann weiß sie, dass wenn man dem Strom der Begierden folgt, er schließlich zu Gefahr und Kummer führen wird, und der Mechanismus von Ignoranz-Begierde-Absicht wird unterbrochen oder abgestellt.

Weisheit untersucht und erkennt die Beziehung der Dinge zueinander. Sie weiß zum Beispiel, dass Glück auf guter Gesundheit basiert. Sie erkennt, dass man, um eine gute Gesundheit zu erhalten, bestimmte Nahrungsmittel essen sollte, Sport treiben, sich eine gewisse Umgebung schaffen, tägliche Routinen beibehalten, den Geist entfalten, seine Zeit gut aufteilen sollte etc..

Diese Dinge, die von der Weisheit vorgeschlagen werden, sind von keinem Interesse für die Begierde, welche ausschließlich persönliche Befriedigung, Vergnügen, Prahlerei und Abgrenzung sucht. Und alles, was irritiert oder abstoßend ist, davor wünscht sie zu fliehen oder es auszumerzen.

Es mag so erscheinen, dass es ohne die Verlockungen der Begierden keine weitere Motivationskraft gibt, um Absichten und initiiertes Handeln auszulösen, die auf der Basis des eigenen Verständnisses der umgebenden

Umstände vorgeschlagen wurden. Die Funktionsweise des Lebens ist behindert.

Dennoch gibt es eine Alternative als Motivationskraft. In diesem Zusammenhang besitzen die Menschen ein weiteres angeborenes Bedürfnis oder Verlangen. Im täglichen Leben ragen jedoch die Sinneseindrücke über die Wege der fünf Sinne hervor (Augen, Nase, Ohren, Zunge, Körper). Wenn man einem Sinneseindruck begegnet und entweder Behaglichkeit oder Unbehagen empfindet bzw. Freude oder Aversion, genießen diese Gefühle den Vorrang und führen zu Zuneigung oder Abneigung. Dies ist der Pfad der Begierde. Die Begierde wünscht Dinge zu erwerben, die angenehm sind und möchte jenen Dingen ausweichen oder sie gar ausmerzen, die unangenehm sind. Die Absicht steuert das Leben dann in diese Richtung. Wenn man ein seichtes und oberflächliches Leben führt und darin dem Leben eines Tiers gleicht, wird man vielleicht bis zum letzten Atemzug ziellos dem Antrieb der Begierden folgen.

Für Menschen wiederum, die ja das Potenzial für Vortrefflichkeit und Würde besitzen, ist Begierde nicht die einzige Motivationskraft. Wie oben erwähnt besitzen wir ein profunderes Bedürfnis oder Verlangen, als da wären: das Verlangen nach Herzengüte, nach einem gesunden Leben, nach Gerechtigkeit, nach wahren und dauerhaftem Glück, und nach Erfüllung und Integrität. Dieser Wunsch bezieht sich nicht nur auf uns selbst. Was oder wem auch immer man begegnet oder worauf man sich bezieht, man wünscht diesem Ding, dass es seinen optimalen Zustand der Vollkommenheit erreicht. Und dieser Wunsch ist keine unverbindliche Empfindung; man hat auch den Wunsch, aktiv zu helfen, um diese Erfüllung und Vollkommenheit herbeizuführen. Diese alternative Motivation, die in jedem angelegt ist, wird auf Pali als *chanda* ('heilsames Verlangen', 'heilsame Begeisterung') bezeichnet.

Hier ändert sich der Kurs, den unser Leben nimmt. Man beginnt damit, die Qualität des eigenen Lebens zu entwickeln. Weisheit (*pannya*) unterscheidet, was schädlich und was förderlich in der eigenen Lebensumgebung ist und erkennt den Pfad zu wahrer Erfüllung. Heilsames Verlangen (*chanda*) strebt nach dieser Erfüllung und hat den Wunsch, sie herbeizuführen. Und die Absicht (*cetana*) initiiert den Aufwand, sich in diese positive Richtung zu bewegen.

Wenn Menschen sich auf diese Weise entwickeln, wird der Kreislauf von Ignoranz-Begierde-Intention (*avijja-tanha-cetana*) gelockert und geschwächt. Diesen Kreislauf kann man auch als Ignoranz-Begierde-unheilsame Handlungen bezeichnen (*avijja-tanha-akusala kamma*).

Er wird durch die Sequenz von Weisheit-heilsames Verlangen-Absicht ersetzt (*pannya-chanda-cetana*), oder durch Weisheit-heilsames Verlangen-heilsames Handeln (*pannya-chanda-kusala kamma*), welches sich schlussendlich zum Lebenswandel der erwachten Wesen entwickelt.

Wenn echte Weisheit in den Vordergrund rückt, zieht sich die falsche Weisheit (z.B. Ignoranz) zurück. Jene Dinge, die von der Weisheit empfohlen werden, um Gesundheit und Wohlbefinden zu fördern, sind wahrscheinlich unliebsam hinsichtlich der Begierde. Die Begierde mag es, von Ignoranz verwöhnt zu werden. Sobald Weisheit auftaucht, kann sich Begierde nicht länger halten. Dies ist dann eine Gelegenheit für das heilsame Verlangen.

Wenn die Weisheit darauf hinweist, dass wahre Erfüllung möglich ist und dass bestimmte Dinge für das eigene Leben wertvoll sind und entwickelt werden sollten, dann übernimmt die heilsame Begeisterung (*chanda*) das Kommando von der Weisheit. Sie überzeugt dann die Absicht davon, die notwendigen Handlungen zu veranlassen, um solche Erfüllung zu erreichen.

Zusammengefasst gibt es diese zwei unterschiedlichen Arten des

Verlangens: Begierde (*tanha*) und den heilsamen Enthusiasmus (*chanda*).

Hinsichtlich dieses Prozesses gibt es noch ein weiteres wichtiges Element. Innerhalb des Zyklus von Ignoranz und Begierde erscheint der Eindruck eines Selbst, um als Delegierter oder Repräsentant zu agieren, sobald ein Gefühl von Genuss oder Verdruss in Verbindung mit dem Verlangen zu konsumieren oder etwas zu erreichen entsteht. Ein 'Konsument' oder 'Eigentümer' wird geboren. Dies kreiert dann die Dualität zwischen einem solchen Konsument oder Eigentümer und jenen gewünschten und konsumierten Objekten. (Darauf folgt das Entstehen eines Eindrucks von 'dir', von 'ihm', von 'ihnen' etc., die bedrohen, behindern oder rivalisieren, etc.)

Auf einer tieferen Ebene wünscht man sich, dass dieses sogenannte Selbst stabil sein möge, sodass man mit dem Konsum von Dingen weitermachen kann. Und man wünscht es sich als etwas Machtvolles, sodass gewährleistet ist, dass man Dinge ohne Behinderung im höchsten Maße erhalten und konsumieren kann. Gleichzeitig wünscht man sich, wenn man auf unangenehme und unerwünschte Dinge trifft, ihnen zu entgehen oder sie zu eliminieren. Und wenn man die Situation unerträglich findet, reagiert man vielleicht, indem man sich irgendeine Form der Selbstvernichtung wünscht.

Der duale Prozess von Weisheit und heilsamem Verlangen ist genau das Gegenteil. Der Wunsch nach Dingen im optimalen Zustand der Tugend und Integrität

erfordert kein Selbst, um zu intervenieren. Es gibt keine Notwendigkeit nach einem Besitzer, einem Konsument, einem Verlangenden, etc.. Man handelt lediglich in Übereinstimmung mit der Natur.

Um noch einmal zusammenzufassen: Es gibt diese zwei Arten des Verlangens, die für die Menschen als Antriebskräfte für ihr Handeln agieren:

1. Begierde (*tanha*): das Verlangen zu konsumieren und zu erlangen; das Verlangen nach selbstsüchtigem Handeln; das Verlangen, bezogen auf sich selbst, auf irgendeine bestimmte Art zu existieren oder nicht zu existieren; egoistisches Verlangen.

2. Heilsames Verlangen (*chanda*): sich daran zu erfreuen, die Erfüllung und Integrität von Dingen zu bezeugen; der Wunsch, dabei behilflich zu sein, so eine Erfüllung herbeizuführen; der Wunsch, dass Dinge in sich selbst vollständig sein mögen.

Heilsames Verlangen schließt den Wunsch nach Selbstverwirklichung und eigener Integrität mit ein. Zum Beispiel wünscht man sich, dass sich der eigene Körper in einem guten Gesundheitszustand befinden möge. In diesem Fall wünscht man sich, dass die verschiedenen Organe des Körpers in ihrem natürlich Zustand des Wohlbefindens existieren. (Wie verhält sich dies vergleichsweise zu dem Verlangen nach physischer Schönheit und Attraktivität? Diese Frage lädt zu einer weisen Überprüfung durch urteilsfähige Individuen ein.)

### **3. Aspekte des Begehrens und heilsames Verlangen**

#### **A. Nicht-Handeln als eine Form des Handelns**

Wie bereits oben erwähnt wurde, handeln die Leute auf der Basis ihres Wissens

und Verstehens. Das mag einfach nur auf der Ebene der Reaktion auf Sinnesreize ablaufen, oder es mag sich zu echter Weisheit entwickeln, die fähig ist zu entscheiden, was angemessen und was unangemessen ist.

In vielen Lebenslagen jedoch halten die Leute inne, scheuen sich oder schrecken zurück, anstatt eine Handlungsweise zu initiieren. In diesem Fall ist das Zögern, die Passivität oder das Nicht-Handeln eine Form des Handelns, und es mag diesbezüglich sogar eine wirkungsvolle Form des Handelns sein. Wie weiter unten erklärt werden wird, löst Begehren (*tanha*) Handlungen aus, die Voraussetzungen für das Erlangen von begehrten Objekten sind, oder um die Stabilität des eigenen geschätzten Selbstgefühls zu schützen. Hier schließt der Begriff 'Handeln' das 'Nicht-Handeln' mit ein.

Es gibt viele Gründe, warum Begehren Nicht-Handeln auslösen könnte. Zum Beispiel könnte man sich vom Handeln zurückhalten, weil man durch sein Handeln von etwas Angenehmem beraubt würde, das man gerade erfährt. Oder weil man irgend einer Belästigung oder Widrigkeit begegnen würde.

Selbst in dem Fall, wo eine bestimmte Handlungsweise für das eigene Leben wirklich förderlich wäre, kann man durch Begehren dazu gedrängt werden, Handeln zu unterlassen, aus Angst vor Ungemach oder Entbehrung.

Wenn Menschen Weisheit entwickeln und heilsames Verlangen als Antriebskraft erzeugen, dann führen sie Handlungen durch, die sie als angemessen und wertvoll einschätzen, selbst wenn sie durch ihr Handeln auf Unbequemlichkeit stoßen und dem Drang der Begierde widerstehen, sich des Handelns zu enthalten. Im umgekehrten Fall mag Begierde zu einer Handlungsweise auffordern, irgendein Vergnügen zu erlangen, aber Weisheit wird einen dazu anhalten, sich des Handelns zu enthalten, da sie erkennt, dass solches Handeln die eigene Lebensqualität beschädigt.

Wenn die Weisheit der Menschen zunimmt aber subtile Formen der Begierde übrig bleiben, dann werden diese beiden Eigenschaften miteinander verknüpft und profitieren voneinander. Das Verhalten weiser Menschen ist daher komplexer als das anderer Menschen. Der wichtige Punkt hierbei ist, welcher Faktor die Oberhand gewinnt: Steuert Weisheit oder Begierde die Geschehnisse?

Wenn man fortwährend weise Besinnung anwendet, übernimmt die Weisheit die Führungsrolle und wird stetig schärfer. Sie leitet heilsames Verlangen als Triebkraft für die eigene Lebensführung in dem Ausmaß ein, dass Begierde verschwindet. Man kann hier beobachten dass, wenn man den Faktor der Begierde aus der Gleichung entfernt, menschliche Handlungen weiterhin vonstatten gehen. Darüber hinaus werden sie bereichert.

Früher verließ man sich auf Begierde, um dabei zu helfen das Selbstgefühl zu beschützen. Jetzt lenkt die Weisheit das eigene Leben und ebnet den Weg für heilsames Verlangen. Demzufolge wird man von den Umklammerungen der Begierde erlöst.

## **B. Mittel und Zwecke: Begierde als Triebfeder**

Wenn man zum Kern der Angelegenheit vordringt, erkennt man, dass Begierde (*tanha*) tatsächlich keine überzeugende Motivation für das Handeln ist, weil die Tat selbst für die Begierde keine Priorität darstellt.

Wie oben erwähnt, verlangt die Begierde danach, Dinge zu konsumieren und zu erwerben, die einem Vergnügen bieten. Auf der anderen Seite wünscht sich das heilsame Verlangen (*chanda*) Erfüllung und echte Vollendung hinsichtlich aller Dinge, mit denen man zu tun hat. Diese Gegensätzlichkeit

sorgt für Komplexität hinsichtlich des Handelns und Nicht-Handelns.

Zum Beispiel: Sarah ist mit einem heilsamen Enthusiasmus ausgestattet. Sie sieht das Innere eines Hauses und möchte, dass es sauber ist (sie wünscht sich, dass sich ihre Wohnung in einem Zustand der Vollkommenheit befindet). Wenn diese schmutzig ist, verspürt sie den Wunsch nach Sauberkeit und nimmt einen Besen, um den Fußboden zu fegen. Sie erlangt sowohl vom Fegen Freude und Zufriedenheit (was die Ursache für das gewünschte Resultat darstellt) als auch davon, am Ende einen sauberen Raum betrachten zu können (welches das direkte Ergebnis des Fegens ist).

Harry verspürt weder Interesse noch Freude an Sauberkeit, aber er ist ein Schleckermaul. Seine Mutter schlägt vor, dass er beim Fegen hilft, aber er reagiert nicht darauf. Sie sagt daher zu ihm: „Wenn du das Haus fegst, dann kaufe ich dir ein paar Süßigkeiten.“ Als er das hört, nimmt er sich einen Besen und fegt. Eigentlich hat Harry nicht den Wunsch nach Sauberkeit. Er fegt nur, weil diese Handlung ein Mittel dazu ist, an ein paar Bonbons zu gelangen.

Harry bezieht aus dem Fegen kein Vergnügen (er mag es sogar irritierend finden) und er hat sich nicht dazu entschlossen, einen wirklich guten Job zu machen (seine Mutter muss ihn vielleicht konstant überwachen). Das ist deshalb so, weil Fegen zwar die Ursache für ein sauberes Haus darstellt, aber nicht das Resultat ist, was er sich erwünscht. Sein Glückszustand wird warten müssen, bis er die Süßigkeiten bekommt.

Um es nochmal zu bekräftigen: Begierde wünscht sich nicht den Zustand oder Gegenstand, welcher das direkte Ergebnis einer Handlung ist. Die Begierde drängt nur in dem Fall zum Handeln, wenn sie eine notwendige Voraussetzung dafür ist, an die gewünschten Objekte zu gelangen. Wenn es einen anderen Weg gibt, ohne Anstrengung an die gewünschten Objekte zu gelangen, wird einen die Begierde dazu anhalten, Handeln zu vermeiden und stattdessen den Pfad des Nicht-Handelns zu wählen. Begierde ist häufiger eine Motivation für Untätigkeit als für Handeln.

Wenn Begierde zu einer Vermeidung des Handelns führt, kann sie in der Gestalt von Faulheit sichtbar werden, mittels derer man sich an angenehme Empfindungen klammert. Alternativ dazu kann sie in der Form von Angst erscheinen, wenn man sich zum Beispiel davor fürchtet, irgendeiner Form der Unannehmlichkeit zu begegnen während man eine Handlung ausführt oder man sich über darüber Sorgen macht, die eigene Selbstgefälligkeit zu verlieren.

Wenn Untätigkeit gebraucht wird, damit die Begierde das bekommt was sie will, wie gesteigertes Sinnesvergnügen oder ein bekräftigter Egoismus, dann drängt die Begierde zu so einer Tatenlosigkeit, ohne zu bedenken ob positive Auswirkungen dafür eingebüßt werden müssen, die von einem Handeln herrühren würden.

Hier sind weitere Beispiele: Ein Kind weigert sich zur Schule zu gehen, weil es weiß, dass seine Mutter dann die Zuteilung an Süßigkeiten erhöhen wird (dies ist ein klarer Fall, wobei Untätigkeit eine sehr machtvolle Form des Handelns darstellt) ; ein Mann beendet seine Arbeit frühzeitig, um Alkohol zu trinken und zu spielen; jemand bekommt Bestechungsgeld, um die Arbeit zu unterlassen, die eigentlich getan werden müsste; aus Trägheit bezahlt man jemanden dafür, einige Aufgaben auszuführen, um die man sich selbst kümmern sollte oder wobei man wenigstens helfen sollte. In diesem Fall verwirkt man die Befriedigung und Freude, die mit den Früchten der eigenen Arbeit verbunden ist.

Positives Handeln wird von heilsamem Verlangen (*chanda*) initiiert - das von Weisheit stammt - und welches erkennt, was wirklich wertvoll ist und was

getan werden sollte. Die Weisheit ermuntert das heilsame Verlangen, diese Dinge bis zur Vollendung zu führen.

Selbst in dem Fall, wenn Begierde das Handeln initiiert, gibt es Gefahren, denn die vorhin erwähnten Voraussetzungen stellen die folgende Gleichung auf: Die Begierde drängt zum Handeln aufgrund des Vergnügens, welches man von solchem Handeln erfährt. Je mehr man handelt desto mehr Vergnügen erlebt man; je mehr Vergnügen vorhanden ist desto mehr verlangt man nach mehr; je mehr man verlangt, desto mehr handelt man. Bei vielen Gelegenheiten handeln die Menschen solange bis die positiven Resultate dieses Handelns vergeudet sind.

Das heilsame Verlangen andererseits initiiert Handeln aus Freude an seinen positiven und heilsamen Auswirkungen. Je mehr man handelt desto größer werden diese positiven Auswirkungen und desto mehr Freude erfährt man; je mehr Freude man hat desto mehr handelt man. Man fährt mit dem Handeln fort bis die Herzengüte und Integrität Vervollkommnung erreicht haben. Das Handeln stimmt völlig mit seiner Zielsetzung überein.

Kurz gesagt drängt die Begierde in den meisten Fällen zum Nicht-Handeln, und selbst wenn sie zum Handeln anregt, sind diese Handlungen riskant und führen eher zu schädlichen als zu förderlichen Auswirkungen. Man sollte daher jegliche Begierde aufgeben und stattdessen die Weisheit pflegen und heilsames Verlangen entwickeln.

## **4. Formelle Basis für die Prinzipien des Verlangens**

### **A. Linguistische Analyse des Begriffs 'Chanda'**

Wie vorher bereits erwähnt stammt die Konfusion, die die Bedeutung des Verlangens umgibt - welche auf eine übertrieben einschränkende Weise gesehen wird, indem man jedes Verlangen mit Begierde assoziiert - von einem fehlerhaften und unzureichenden Verständnis einiger Schlüsselbegriffe aus dem Pali.

Es gibt viele Pali-Begriffe, welche Verlangen bedeuten, und einige dieser Begriffe sind komplex, sowohl hinsichtlich ihrer Definitionen als auch wie sie in Sprache und Schrift benutzt werden. Diese Komplexität lädt geradezu Konfusion ein. Lasst uns also zunächst ein paar dieser schwierigen Begriffe differenzieren und verdeutlichen.

Das Pali-Wort, welches sowohl im allgemeinen Sinne benutzt wird und das gesamte Spektrum von Verlangen abdeckt als sich auch im technischen Sinne speziell auf heilsames Verlangen bezieht, ist *chanda*.

*Chanda* kann auf viele verschiedene Weisen übersetzt werden, einschließlich: Willen, Verlangen, Freude, Enthusiasmus, Eifer, Zufriedenheit, Befriedigung, Bestrebung, Sehnsucht, Wunsch, Liebe und Leidenschaft. An diesem Punkt werden wir es einfach als 'Verlangen' bezeichnen.

Indem sie sich auf verschiedene Quellen berufen, erwähnen die Kommentare drei Arten von Verlangen (*chanda*):

1. *Tanha-chanda*: Verlangen als Begierde (*tanha*); unheilsames Verlangen.
2. *Kattukamyata-chanda*: der Wunsch zu handeln; das Verlangen zu handeln. Gelegentlich wird dieser Begriff auf neutrale Art benutzt, sowohl anwendbar in heilsamen als auch unheilsamen Zusammenhängen, aber

generell wird er in einem positivem, heilsamem Sinne benutzt.

3. *Kusaladhamma-chanda*: das Verlangen nach tugendhaften Eigenschaften; heilsames Verlangen nach Wahrheit. Es wird oft abgekürzt zu *kusala-chanda* (Tugendliebe; Bestreben nach Herzensgüte) oder zu *dhamma-chanda* (Liebe zur Wahrheit; Sehnsucht nach Wahrheit).

1. *Tanha-chanda*: Der Begriff *chanda* ist in diesem Zusammenhang ein Synonym für Begierde (*tanha*), auf die gleiche Weise wie die Begriffe *raga* ('Wollust') und *lobha* ('Gier'). Diese Form von *chanda* findet man häufig im Pali-Kanon, darunter auch den Begriff *kama-chanda* ('Sinnesbegehren'), welcher das erste der fünf Hemmnisse (*nivarana*) darstellt und mit *kama-tanha* ('Begierde nach Sinnlichkeit') gleichgesetzt werden kann. *Chanda* wird in diesem Kontext allein stehend benutzt, aber manchmal wird es auch gemeinsam mit Synonymen verwendet, wie es der Buddha zum Beispiel in der folgenden Passage ausdrückt:

*Mit dem Verzicht auf Verlangen (chanda), Lust (raga), Ergötzung (nandi), Begierde (tanha) und Anhaften (upadana) ... bezüglich des Auges, der Formen, des Sehbewusstseins und der Dinge, die durch das Sehbewusstsein erfahrbar sind, habe ich verstanden, dass mein Geist befreit ist. (M.III.32)*

Weil *chanda* in diesem Kontext identisch mit *tanha* ist, ist es möglich, den Begriff *chanda* in den folgenden Passagen mit dem Begriff *tanha* zu ersetzen: 'ein Verlangen nach Existenz', 'ein Verlangen nach Sinnesvergnügen', 'Vergnügen am Körper', 'Gefallen am Geschlechtsverkehr', 'sich am Körper und den Gefühlen erfreuen, welche vergänglich, unbefriedigend und substanzlos sind', und 'Verlangen nach Tönen, Gerüchen und Geschmack, welche vergänglich, unbefriedigend und substanzlos sind'.

Wortverbindungen mit *chanda* werden auf ähnliche Weise kreiert wie für *tanha*, zum Beispiel: *rupa-chanda* ('Freude an Formen'), *sadda-chanda* ('Freude an Tönen'), *gandha-chanda* ('Freude an Gerüchen'), *rasa-chanda* ('Freude an Geschmack'), *photthabba-chanda* ('Freude an tastbaren Objekten'), und *dhamma-chanda* ('Freude an mentalen Objekten'). *Chanda* kann im Kontext zwischenmenschlicher Beziehungen benutzt werden, in Bezug auf Liebe oder Zuneigung, wie man es in der Gandhabhaga Sutta sehen kann, wo es sich auf die Liebe für Ehefrau und Kinder bezieht. In derselben Sutta heißt es: '*Chanda* ist die Wurzel des Leidens', auf die gleiche Art wie die zweite edle Wahrheit, welche besagt, dass Begierde die Ursache für Leiden ist. In einer anderen Sutta sagt der Buddha, dass man *chanda* aufgeben sollte (für Dinge, die vergänglich, *dukkha* und Nicht-Selbst sind), wie er auf gleiche Weise in der Dhammacakkapavattana Sutta betont, dass man Begierde aufgeben sollte.

2. *Kattukamyata-chanda*: Der Wunsch zu handeln. Diese Form des Verlangens ist mit einer Gruppe mentaler Faktoren (*cetasika*) identisch, die im Abhidhamma als 'vermischt' oder 'zugeteilt' (*pakinnaka-cetasika*) klassifiziert werden. Das bedeutet, dass sie sowohl in einem heilsamen als auch in einem unheilsamen Geisteszustand auftreten können.

Dasjenige *kattukamyata-chanda*, welches den Studierenden des Buddhismus am vertrautesten ist, ist das Verlangen oder der Enthusiasmus (*chanda*), welcher als erster Faktor innerhalb der Vier Wege zum Erfolg oder der Vier Machtfährten (*iddhipada*) klassifiziert wird, und welcher ebenfalls eine essenzielle Eigenschaft innerhalb der Vier Rechten Anstrengungen

(*sammappadhana*) darstellt. Die Bedeutung von *kattaukamyata-chanda* ist der Bedeutung von *virīya* ('Energie'), *vayama* ('Bemühen') und *ussaha* ('Bestreben') sehr ähnlich. Diese Begriffe werden gelegentlich gemeinsam benutzt, um sich gegenseitig zu ergänzen. Diese Form des Verlangens wird als essenzieller Faktor innerhalb der Dhamma-Praxis angesehen.

Die Kommentare haben die Tendenz, diese Form des Verlangens in der dritten Art, als *kusaladhamma-chanda*, mit einzuschließen als seien sie ein und dasselbe. Zum Beispiel wird das Verlangen nach den Vier Machtfährten und den Vier Rechten Anstrengungen sowohl als *kattukamyata-chanda* als auch als *kusaladhamma-chanda* klassifiziert.

3. *Kusaladhamma-chanda*: Diese Form des Verlangens wird in einer Sutta erwähnt, in welcher sie den letzten Faktor auf einer Liste darstellt, worin die sechs Dinge beschrieben werden, denen in der Welt zu begegnen als schwierig gilt. Sie wird als unerlässlicher Faktor für die Menschen angesehen, um von den buddhistischen Lehren zu profitieren oder um ein tugendhaftes Leben zu führen, denn obwohl man vielleicht den ersten fünf Faktoren begegnet sein mag, wenn es einem am Verlangen für heilsame Qualitäten mangelt, dann wird man auch nicht in der Lage sein, von diesen anderen Faktoren wirklich zu profitieren:

*Mönche - das Erscheinen von sechs Dingen ist rar in der Welt.*

<i>Welche ist rar in der Welt; im Land der Erhabenen der Welt; der Besitz intakter ist rar in der Welt; die Dämlichkeit ist rar in der Welt, und ein Eigenschaften ist rar in der Welt.</i>	<i>sechs? Das Erscheinen eines vollständig erwachten Buddhas der Welt; das Erscheinen von jemandem, der den vom verkündeten Dhamma lehrt, ist rar in der Welt; wiedergeboren zu werden ist rar in physischer und mentaler Fähigkeiten Abwesenheit von Dummheit und Verlangen nach heilsamen</i>
---	---

(A.III.440)

Das *chanda*, auf das im Kontext der Dhamma-Praxis am häufigsten hingewiesen wird, ist Verlangen und Enthusiasmus wie man es in der Lehre über die Vier Rechten Anstrengungen findet (*sammappadhana*; 'vollendete Anstrengung') :

<i>nicht erzeugt weiter. Er generiert übler, unheilsamer nicht entstandenen heilsamen entstandenen heilsamen Zustände, für und Ausdehnen, ihre Erfüllung und</i>	<i>Jene Person erzeugt Verlangen für das Nicht-Entstehen von noch entstandenem üblen, unheilsamen Zuständen; er bemüht sich, Energie, richtet den Geist auf und macht beharrlich Verlangen für das Aufgeben bereits entstandener Zustände ... für das Entstehen von noch Zuständen ... für den Erhalt der ihr Nicht-Abnehmen, Anwachsen Entwicklung.</i>
--	--

Diese Passage wird als Definition für die Vier Rechten Anstrengungen betrachtet. Hier wird heilsames Verlangen (*chanda*) als die Essenz oder als wesentlicher Bestandteil von Bemühen (*virīya*) gekennzeichnet, welches in den 37 zur Erleuchtung gehörenden Faktoren (*bodhipakkiya-dhamma*) enthalten ist.

Der Begriff *chanda* hat in anderen Passagen, die sich auf Dhamma-Praxis beziehen, eine ähnliche Bedeutung, zum Beispiel: das Verlangen alle heilsamen

Qualitäten zu realisieren (A.III.431-32), das Verlangen ein Training durchzuführen (A.I.229; A.IV.15), das Verlangen die Qualität der Weisheit zu entwickeln, das Verlangen alle mentalen Verunreinigungen aufzugeben, und das Verlangen nach Nibbana (Dh. Vers 218).

Chanda sollte in diesen Fällen sowohl als *kattukamyata* als auch als *kusala-dhamma-chanda* interpretiert werden: Sowohl als das Verlangen zu handeln als auch das Verlangen nach tugendhaften Eigenschaften, oder kurz: Der Wunsch Gutes zu tun.

Der Vibhanga des Abhidhamma definiert *chanda* in den Vier Rechten Anstrengungen und in den Vier Wegen zum Erfolg als *kattukamyata-kusaladhamma-chanda*:

Die Vier Rechten Anstrengungen: *In der Redewendung 'erzeuge chanda', wie wird chanda interpretiert? Was immer an Freude, Bestreben, dem Wunsch zu handeln oder an heilsamer Liebe für die Wahrheit vorhanden ist, dies nennt man chanda.*

Die Vier Wege zum Erfolg: *Innerhalb der Vier Wege zum Erfolg, was ist da der Weg zum Erfolg des Bestrebens (chanda-iddhipada)? Zu welcher Zeit auch immer ein Mönch innerhalb dieses Dhammas und der Ordensdisziplin die transzendenten Vertiefungen entwickelt (lokuttara-jhana), ... die Freude, das Bestreben, den Wunsch zu handeln, oder die heilsame Liebe zur Wahrheit, in dieser Zeit nennt man das chanda.*

Diese Definition im Vibhanga stellt die Basis für spätere kommentarielle Interpretationen von *chanda* als unverwechselbar heilsame Qualität dar, und ist höchstwahrscheinlich der Ausgangspunkt der Gepflogenheit, *kattukamyata-chanda* mit *kusaladhamma-chanda* zu einem einzigen Faktor zu verbinden.

## **B. Chanda als Wurzel für Leiden und Chanda als Quelle für heilsame Eigenschaften**

Der Buddha benutzte die Begriffsverbindung *chanda-mulaka* in unterschiedlichen Zusammenhängen, manchmal mit gegensätzlichen Bedeutungen: In einem Fall mag es sich auf eine heilsame Eigenschaft beziehen und in einem anderen auf eine unheilsame. Es ist hier förderlich, diese Diskrepanz zu untersuchen:

Der Begriff *chanda-mulaka* bedeutet, Verlangen als Wurzel, Quelle oder Ursprung zu haben. In einem Kontext stellt der Buddha dar, dass alle Formen des Leidens Verlangen als Wurzel haben, während er in einem anderen Kontext sagt, dass alle Dinge im Verlangen ihre Wurzel haben.

A. Verlangen als die Wurzel für Leiden und die fünf Aggregate des Anhaftens:

*Dorfvorsteher - diese Angelegenheit kann man auf folgende Weise verstehen: 'Was immer an Leiden entsteht, all das entsteht verwurzelt im Verlangen, mit Verlangen als seine Quelle; denn Verlangen (chanda) ist die Wurzel des Leidens'. (S.IV.329-30)*

*Jener Bhikkhu erfreute sich und war glücklich über die Worte des Erhabenen. Dann stellte er dem Erhabenen eine weitere*

Frage: 'Aber,  
der Anhaftung  
Bhikkhu, die der  
Verlangen (*chanda*)'.

*ehrwürdiger Herr, in was sind diese fünf Aggregate, die  
unterworfen sind, verwurzelt?' 'Diese fünf Aggregate,  
Anhaftung unterworfen sind, haben ihre Wurzel im  
(M.III. 16; S.III. 100-101)*

Diese beiden Passagen entsprechen sich, wie es in der Dhammacakkapavattana Sutta bestätigt wird, in welcher der Buddha sagt: 'In Kürze, die fünf Aggregate, die der Anhaftung unterliegen, sind Leiden.'

Die gesamten kommentariellen und sub-komentariellen Erläuterungen der zweiten Passage (über die fünf Aggregate des Anhaftens) sind übereinstimmend mit der Aussage, dass 'verwurzelt im Verlangen' 'verwurzelt in *chanda (tanha)*' oder 'verwurzelt in begehrendem Verlangen (*tanha-chanda*)' bedeutet. Diese Texte bestätigen gelegentlich, dass diese Erläuterungen einheitlich seien, indem Begierde (*tanha*) als Ursprung für Leiden (*dukkha-samudaya*) bezeichnet wird.

## B. Verlangen als die Wurzel aller Dinge

Der Buddha sprach die folgenden Worte: *Chandamulaka ... sabbe dhamma*, was man übersetzen könnte mit 'alle Dinge sind verwurzelt im Verlangen', 'alle Dinge basieren auf Verlangen', oder 'alle Dinge haben Verlangen als ihren Ursprung'.

Dieser Kernsatz des Buddha ist in einer längeren Passage enthalten, welche als eine Zusammenstellung der zehn buddhistischen Hauptprinzipien betrachtet werden kann. Sie enthält wichtige Prinzipien der Dhamma-Praxis und gipfelt im höchsten Ziel des Buddhismus (A.V.106-107):

*Mönche, wenn Wanderer anderer Sekten euch befragen sollten: 'Worin, Freunde, sind alle Dinge verwurzelt? ... Was ist ihr Gipfelpunkt?' - dann solltet ihr ihnen folgendermaßen antworten:*

1) *Alle Dinge sind verwurzelt im Verlangen (chandamulaka ... sabbe dhamma)*

2) *Alle Dinge haben Aufmerksamkeit als ihren Ursprung (manasikara-sambhava sabbe dhamma)*

3) *Alle Dinge entstammen Kontakt (phassa-samudaya sabbe dhamma)*

4) *Alle Dinge konvergieren beim Gefühl (vedana-samudaya sabbe dhamma)*

5) *Alle Dinge werden von Sammlung geleitet (samadhippamukha sabbe dhamma)*

6) *Alle Dinge haben Achtsamkeit als ihren Herrscher (satadhipateyya sabbe dhamma)*

7) *Alle Dinge haben Weisheit als ihren Höhepunkt (pannyuttara sabbe dhamma)*

8) *Alle Dinge haben Befreiung als ihre Essenz (vimutti-sara sabbe dhamma)*

9) *Alle Dinge laufen im Todlosen zusammen (amatogadha sabbe dhamma)*

10) *Alle Dinge kulminieren in Nibbana (nibbana-pariyosana sabbe dhamma)*

*Wenn ihr so befraget werdet, Mönche, dann ist es auf diese Weise, dass ihr jenen Wanderern von anderen Sekten antworten solltet.*

Es ist klar, dass alle diese Faktoren in buddhistischer Praxis unerlässlich sind. Gemeinsam stellen sie die Entwicklung des Förderlichen bis hin zum letzten Ziel des Buddhismus dar und daher sind diese Faktoren allesamt heilsam in sich selbst. Zumindest sind sie neutrale Faktoren, die in dieses heilsame Rahmenwerk mit einbezogen werden können. Aus diesem Grund bezieht sich der Begriff 'Verlangen' (*chanda*) hier definitiv nicht auf eine unheilsame Eigenschaft.

Die Kommentare erklären, dass 'alle Dinge' (*sabbe dhamma*) sich hier auf die fünf Aggregate bezieht, das heißt auf alle bedingten Phänomene (*sankhata dhamma*). Nibbana wird hier ausgenommen, da es das Schwinden aller bedingten Phänomene bedeutet.

Beachte, dass im vorangegangenen Teil davon ausgegangen wird, dass die fünf Aggregate des Anhaftens (*upadana-khandha*) im Verlangen verwurzelt sind, und dass dieses Verlangen mit Begierde (*tanha*) gleichgesetzt wird. Hier werden jedoch die fünf Aggregate erwähnt (das heißt: nicht als eine Basis für Anhaftung).

Auf welche Weise unterscheiden sich die fünf Aggregate des Anhaftens und die fünf Aggregate voneinander? Der Buddha sagte, dass wenn die fünf Aggregate als unterstützende Bedingungen für mentale Verunreinigungen (*asava*) und Anhaftung (*upadaniya*) dienen, sie dann die fünf Aggregate des Anhaftens bilden. Wenn sie von Verunreinigungen und Anhaftung frei sind, dann sind sie die fünf Aggregate in einem reinen und absoluten Sinne. (S.III.47)

Viele subkommentarielle Passagen, die diese zehn Faktoren erläutern, bekunden explizit, dass heilsame Qualitäten im Verlangen wurzeln (*chandamulaka kusala dhamma*): Heilsames Verlangen (*chanda*) ist die Quelle für heilsame Dinge. Eine dieser Passagen definiert dieses Verlangen speziell als 'das Verlangen zu handeln' (*kattukamyata-chanda*), welches das Verlangen nach tugendhaften Eigenschaften (*kusaladhamma-chanda*) mit einschließt; dieses umschließt die Liebe für das Gute (*kusala chanda*) und die Liebe zur Wahrheit (*dhamma chanda*).

### **C. Eine eindeutige Definition von Chanda**

Wenn man die verschiedenen Definitionen des Begriffs *chanda* berücksichtigt und gründlich die voneinander abweichenden Passagen untersucht hat, in dem er benutzt wurde, ist man gerüstet, eine definitive Definition dieses Begriffs vorzunehmen. Indem wir uns auf ein gegenseitiges Verständnis dieses Begriffs verlassen, können wir für ihn eine Standarddefinition innerhalb des Dhamma-Kontextes einrichten.

Kurz gesagt umschließt der Begriff *chanda* alle Formen menschlichen Verlangens.

Unheilsames, negatives *chanda* entspricht dem Begriff *tanha*. Weil der Begriff *tanha* den meisten Studierenden des Buddhismus vertraut ist, mag negatives Verlangen mit diesem Begriff ersetzt werden.

Tugendhaftes, heilsames *chanda* nennt man *kusala-dhamma-chanda*; manchmal wird es abgekürzt zu *kusala-chanda* oder *dhamma-chanda*. Da man negatives Verlangen *tanha* zuordnen kann, ist es einfach und praktisch, sich auf heilsames Verlangen mit dem einheitlichen Begriff *chanda* zu beziehen.

*Kattukamyata-chanda* ('der Wunsch zu handeln') ist eine neutrale Form von Verlangen. In den meisten Fällen wird dieser Begriff im positiven Sinne benutzt, indem er auf das Verlangen nach tugendhaften Qualitäten

(*kusaladhamma-chanda*) verweist. Daher kann er ebenfalls in den einheitlichen Begriff *chanda* integriert werden.

Hier können wir beschließen, die Sache zu vereinfachen, indem man nur diese beiden Begriffe benutzt, wenn man auf menschliches Verlangen und menschliche Motivation verweist:

1. *Tanha*: unheilsames *Verlangen* (das Verlangen zu konsumieren, zu erlangen und zu bekommen).
2. *Chanda*: heilsames Verlangen (der Wunsch zu handeln; das Verlangen, Integrität und Erfüllung herbeizuführen).

Man kann sich entspannen, indem man diese simple Unterscheidung trifft, denn sie stimmt mit einer identischen Unterscheidung überein, die in den Kommentaren und späteren Texten getroffen wird.

In vielen der Texte, worin eine Passage erscheint, die bezüglich des Themas heilsames und unheilsames Verlangen relevant ist, wird eine Analyse dieser Eigenschaften angeboten. Obwohl diese Analyse nicht immer umfassend ist, wird klar, dass die Autoren dieser Texte den Wunsch hatten, auf die Unterschiede zwischen diesen zwei Arten des Verlangens hinzuweisen. (Beachte, dass es keine einzige Passage gibt, in der die drei vorhin genannten Arten des Verlangens deutlich zusammen aufgeführt werden). Gelegentlich wird ein Paar klar definierter Begriffe benutzt; die am meisten gebräuchliche Unterscheidung ist wie folgt:

1. *Tanha-chanda*: Verlangen als Begierde
2. *Kattukamyata-chanda*: das Verlangen zu handeln

Es gibt zwei kommentarielle Texte, die eine klare Abhandlung dieser Prinzipien präsentieren, welche sich um Verlangen drehen. Im *Papancasudani* und *Paramatthadipani* kann 'Verlangen' (hier wird der Pali-Begriff *patthana* benutzt) auf zwei Arten klassifiziert werden:

1. Begehrendes Verlangen; Verlangen mit Begierde (*tanha-patthana*).
2. Heilsames Verlangen (*chanda-patthana*).

Diese kommentariellen Erläuterungen unterstützen die Klassifizierung von Verlangen in zwei unterscheidbare Arten.

## **5. Begierde und heilsames Verlangen**

Wie oben gerade erwähnt, gibt es zwei Hauptmotivationskräfte welche die Menschen zum Handeln bewegen:

1. *Tanha*: Vergnügen, Beglückung, Verlangen, Lust, und eine Sehnsucht, die unheilsam, ungesund und nicht unterstützend ist.
2. *Chanda*: Vergnügen, Beglückung, Verlangen, Liebe und ein Bestreben nach dem, was heilsam, gesund und unterstützend ist.

### **A. Motivation für Begierde**

*Tanha* kann als 'Durst', 'Begierde', 'Sehnsucht', 'Betörung', 'Leidenschaftlichkeit', 'Lust', 'Unrast', 'Beklemmung' oder 'Unersättlichkeit' übersetzt werden.

Anhand der Lehre von der Bedingten Entstehung wird *tanha* durch Gefühl (*vedana*) bedingt und ist in Unwissenheit (*avijja*) verwurzelt. Wenn man einen angenehmen oder unangenehmen Sinneseindruck empfängt – man sieht zum Beispiel eine erfreuliche oder abstoßende visuelle Form oder hört einen melodischen oder quietschenden Ton – und empfindet entweder ein angenehmes, schmerzhaftes oder neutrales Gefühl, dann entsteht Begierde auf die eine oder andere Art. Wenn man Vergnügen erfährt, dann ist man erfreut, entzückt, befriedigt, fasziniert, begeistert und begehrend. Empfindet man Schmerz, dann ist man verärgert, unbefriedigt und abgeneigt und man wünscht zu entfliehen oder hat den Wunsch, dass das Gefühl verschwinden soll. Wenn man ein neutrales Gefühl empfindet, dann bleibt man indifferent und selbstzufrieden.

Diese Reaktionen erscheinen automatisch; sie erfordern kein Nachdenken oder Verstehen. (Im Gegenteil: Wenn eine Person den Prozess versteht oder reflektiert und wenn man zum Beispiel weiß, dass das abstoßende visuelle Objekt nützlich ist oder der melodische Ton in Wirklichkeit eine Alarmanlage ist, die Gefahr signalisiert, oder man wird sich gewahr dass das Objekt auf der Grundlage ethischer und kultureller Überlegungen ungeeignet ist, dann kann Begierde abgetrennt werden und der gewohnheitsmäßige Prozess kann durch eine neue Form des Verhaltens ersetzt werden.) Begierde ist abhängig vom Gefühl und wird verstärkt durch Ignoranz: Sie 'stützt sich' auf Gefühl und ist verankert in Unwissenheit.

Da Begierde direkt mit Gefühl verbunden ist, sucht eine Person mit Begehren nach Dingen, die angenehme und erfreuliche Gefühle verschaffen. Es gibt sechs verschiedenartige Dinge, die Gefühl ermöglichen: visuelle Formen, Geräusche, Gerüche, Geschmäcker, tastbare Objekte und mentale Objekte.

Die ersten fünf – Anblicke, Töne, Gerüche, Geschmäcker und tastbare Objekte – sind mit der materiellen Welt verbunden und besonders ausgeprägt. Man bezieht sich auf sie als die fünf Objekte sinnlichen Genießens (*kama-guna*). Die sechs Sinnesobjekte, und im Besonderen die fünf Objekte sinnlichen Vergnügens, sind sowohl das Ziel als auch die Quelle für Begierde. Begierde ist daher ein Durst für Dinge, die Empfindungen und einen Durst für erfreuliche Sinnesobjekte verschaffen – ein Verlangen nach erfreulichen Sinnesobjekten, um höchst angenehme Gefühle zu erfahren. In Kürze, Begierde ist der Wunsch etwas zu erlangen.

Begierde hat weitere Auswirkungen: Die Erfahrung des Kontakts mit Sinnesobjekten und Gefühlen führt zu dem irrtümlichen Glauben, dass es ein stabiles, dauerhaftes Selbst gibt, welches diese Gefühle erfährt.

Der Glaube an ein stabiles, dauerhaftes Selbst wird von einer Begierde begleitet, dass dieses Selbst fortauern möge. Aber dieser voreingenommene Glaube ist schlicht nur eine Idee (das heißt sie basiert nicht auf der Realität) und tendiert dazu, den entgegengesetzten Glauben zu generieren, welcher sich in die entgegengesetzte Richtung neigt: dass das Selbst nur temporär existiert, dass es vergänglich ist und schlussendlich verschwinden wird.

Diese Überzeugungen sind mit Gefühlen verbunden, die vom Kontakt mit den Sinnesobjekten herrühren: Die Existenz eines Selbst wird definiert und bestimmt durch die Erfahrung angenehmer Gefühle. Wenn eine Person durch Sinneskontakt befriedigt ist, wird die Begierde nach der Stabilität eines Selbst intensiviert. Aber wenn die Person von Sinneskontakt nicht befriedigt ist, dann

verliert die Stabilität des Selbst an Bedeutung. Falls die Unzufriedenheit mit Sinneskontakten stark ist, dann entsteht eine Aversion für die Stabilität des 'Selbst': eine Person hat den Wunsch, dass das Selbst vom gegenwärtigen Erfahrungszustand getrennt sein möge, oder sie erfleht die Zerstörung des Selbst. Diese alternative Form des Begehrens – nach Vernichtung des Selbst – geht Hand in Hand mit dem Glauben, dass das Selbst temporär existiert und schließlich verschwinden wird.

Diese zwei Arten der Begierde – nach Stabilität eines Selbst und der Vernichtung des Selbst – existieren als Paar und stehen sich direkt gegenüber.

Die erste Art der Begierde – ein Verlangen nach angenehmen Sinnesobjekten – ist gleichzeitig das Verlangen nach Sinnesobjekten, um das 'Selbst' zufrieden zu stellen, oder ein Verlangen, dass das Selbst von den Sinnesobjekten ein angenehmes Gefühl erfahren möge.

Alle Formen der Begierde verschmelzen mit oder dienen einem Gefühl des Selbst.

Die Menschen gestatten diesen verschiedenen Formen der Begierde die Ausrichtung ihres Lebenslaufs, indem sie sich an sie anpassen, sie nähren und ihnen vertrauensvoll gehorchen. Sie sind der Urquell für alle Probleme, sowohl für die persönlichen als auch die sozialen, und sie erzeugen Mutmaßung, Angst, Zweifel, Ärger, Feindseligkeit, Unachtsamkeit, Zwanghaftigkeit und Konflikt. Es gibt drei verschiedene Arten der Begierde:

1. *Kama-tanha*: Begierde nach angenehmen Sinnesobjekten, um das Gefühl eines Selbst zu befriedigen; Begierde nach Sinnlichkeit.
2. *Bhava-tanha*: Begierde nach Bedeutung, Stabilität und Unsterblichkeit des Selbst; Begehren nach Existenz.
3. *Vibhava-tanha*: Begierde nach Zerstörung, einem Entkommen oder der Vernichtung des Selbst; Begehren nach Nicht-Existenz.

In Kürze, diese drei Arten des Begehrens können als Begehren nach Sinnesvergnügen, Begehren nach Existenz und Begehren nach Nicht-Existenz bezeichnet werden.

Laut der buddhistischen Lehre über den Modus der Bedingtheit (*paccayakara*) führt Begehren zum 'Suchen' (*pariyesana* or *esana*) : Die Suche, an gewünschte Objekte zu gelangen, mit deren Erwerb als Resultat. Der Erwerb eines begehrten Objekts markiert das Ende eines Stadiums innerhalb des bedingten Prozesses.

Ehe dieser Prozess näher untersucht wird, beachte, dass Suchen nicht das Gleiche ist wie Tun, und dass Suchen nicht irgendeine Form physischen Handelns einbezieht, wie weiter unten erörtert wird.

## **B. Motivation von heilsamem Verlangen**

An diesem Punkt wollen wir zu dem Begriff *chanda* zurückkehren, den wir als Verlangen nach heilsamen Qualitäten (*kusaladhamma-chanda*), nach Tugendliebe (*kusala-chanda*) und Wahrheitsliebe (*dhamma-chanda*) definiert haben.

*Kusaladhamma-chanda* wird übersetzt als Wunsch nach heilsamen Qualitäten: einem Enthusiasmus für und der Freude an Tugend. *Kusala-chanda* wird übersetzt als Tugendliebe; obwohl der Begriff *dhamma* herausgenommen wurde, ist die Bedeutung von *kusala-chanda* mit *kusaladhamma-chanda* identisch.

*Kusala* kann mit 'heilsam', 'geschickt', 'vorteilhaft', 'kompetent', 'gesund' oder 'zutraglich' übersetzt werden: Es bezieht sich auf Dinge, die für das persönliche Leben förderlich sind. Dinge, die das Wohlbefinden und den Wohlstand eines Individuums und der Gesellschaft begünstigen.

*Dhamma-chanda* wird als Wahrheitsliebe oder einem Wunsch nach Wahrheit übersetzt. Der Begriff *dhamma* hat oft eine allgemeine Bedeutung, sich auf ein 'Ding' oder 'Lehre' beziehend, aber in diesem Zusammenhang ist seine Bedeutung viel weitreichender.

Hier hat '*dhamma*' zwei Hauptbedeutungen: Erstens als 'die Wahrheit' (oder Belehrungen, welche die Wahrheit offenbaren), und zweitens als 'Tugend' ('Güte', 'tugendhafte Eigenschaft' und bis zu einem gewissen Grad 'Ethik'). *Dhamma-chanda* kann daher als 'Wahrheitsliebe', 'Tugendliebe', 'Wunsch nach Wahrheit' oder 'Wunsch nach Tugend' bezeichnet werden.

Der Wunsch nach Wahrheit deutet auch auf Wissen hin: Eine Person möchte gern die Wahrheit erkennen, die Wahrheit realisieren, die wahre Bedeutung, wahre Essenz und den wahren Wert realisieren.

Zusätzlich ist der Wunsch nach Tugend mit Handeln verbunden: Eine Person hat den Wunsch, Güte zu generieren.

*Dhamma-chanda* kann man daher als 'bedacht auf Wahrheit', 'Wahrheitsliebe', 'bedacht auf Herzensgüte' oder 'Liebe des Guten' übersetzen. Es schließt ein Bestreben nach Wissen, einem Wunsch zu handeln und einem Eifer zu handeln mit ein. Eine einfache Definition für *dhamma-chanda* ist 'gewillt zur Wahrheit', mit dem Verständnis, dass alle die vorher erwähnten Erklärungen in dieser Definition enthalten sind. Auf gleiche Weise kann der Begriff *chanda* für sich allein stehend auch als 'gewillt zur Wahrheit' übersetzt werden.

*Chanda* verlangt nach Wahrheit und Tugend; es wünscht sich ein Wissen der Wahrheit; es hat den Wunsch so zu handeln, sodass Güte entstehen kann und wirklich nutzbringende Ergebnisse erzielt werden. *Chanda* bezieht sich daher auf das Handeln, besonders auf die Handlung, die ausgeführt wird um die Wahrheit zu erkennen und Gutes zu kreieren.

Warum ist es so, dass wenn heilsames Verlangen (*kusaladhamma-chanda*) in den Texten erwähnt wird, es normalerweise mit dem Wunsch zu Handeln (*kattukamyata*) in Verbindung steht? Der Wunsch nach Erkenntnis und Güte erfordert Handeln. Um zu Erkenntnis, Wahrheit und Erfüllung zu gelangen, muss man handeln. Um ein thailändisches Wortspiel zu zitieren: Wenn man die Wahrheit wünscht, hat man den Wunsch zu handeln.

Aus diesem Grund ist der Wunsch zu handeln ein Attribut heilsamen Verlangens oder der Wahrheitsliebe. Man kann sogar sagen, dass der Begriff *chanda* ein Synonym für *kattukamyata* ist: Der Wunsch zu handeln ist heilsames Verlangen. Früher oder später - wenn die Texte heilsames Verlangen (*kusala-chanda*) oder die Wahrheitsliebe erwähnen (*dhamma-chanda*) - schlussfolgern sie normalerweise, dass *chanda* mit dem Wunsch zu handeln (*kattukamyata-chanda*) gleichgestellt werden kann.

Bezüglich des Modus der Bedingtheit (*paccayakara*) sagte der Buddha, dass *chanda* zu Durchhaltevermögen (*ussaha*) führt, oder er erwähnte *chanda* als vorige Bemühung (*vayama*) oder Energie (*viriya*). Einfach ausgedrückt: *Chanda* generiert Handeln (genau wie *tanha* Suchen generiert).

In Verbindung zu diesem Thema sagen die Kommentare, dass die Ursache für heilsames Verlangen (*chanda*) in weiser Reflexion (*yoniso manasikara*) liegt.

Diese Passage zeigt auf, dass heilsames Verlangen Teil eines bedingten

Prozesses ist, wobei Weisheit involviert ist. Heilsames Verlangen beginnt, sobald eine Person damit beginnt, Weisheit anzuwenden (genau wie das Entstehen von Begierde von Unwissenheit abhängig ist).

### C. Vergleichende Analyse

Um zusammenzufassen:

1. Begierde (*tanha*) ist auf Gefühl (*vedana*) fokussiert und verlangt nach Objekten, um Gefühle zu erfahren, oder verlangt Objekte für persönliche Befriedigung. Begierde wird durch Unwissenheit erzeugt und erhalten; sie ist mit persönlichen Angelegenheiten verbunden und zentriert sich um den Eindruck eines 'Selbst' herum. Sie führt zum Suchen.

2. Heilsames Verlangen (*chanda*) ist auf Wohlbefinden fokussiert, auf das, was wirklich förderlich ist und auf die Lebensqualität; es wünscht sich das Wahre, Gute und Tugendhafte; es wünscht sich Erfüllung und Ganzheit. *Chanda* wird durch weises Reflektieren hervorgerufen; es ist sachlich und nicht mit einem Eindruck von 'Selbst' verbunden; und es führt zu Energie, Bemühen und Handeln.

Es gibt hier zwei Punkte, die spezielle Betonung verdienen:

A. Wenn man analysiert, ob die Handlungen einer Person (einschließlich Gedanken und Sprache) von Begierde diktiert werden oder nicht, kann man die folgenden Kriterien benutzen: Wünsche oder Handlungen, die mit einer Suche nach befriedigenden Empfindungen verbunden sind und die Stabilität eines unveränderlichen 'Selbst'-Eindrucks schützen oder fördern (einschließlich auf einer tieferen Ebene das Unterminieren des 'Selbst'), sind Angelegenheiten, die unter die Kategorie der Begierde fallen.

B. Die Passagen 'Begierde führt zum Suchen' und '*chanda* führt zum Handeln' sind sehr hilfreich, indem sie diese zwei Qualitäten klar unterscheiden. Diese Differenzierung hat eine entscheidende Bedeutung für die Ethik und die Dhamma-Praxis.

Die Begierde wünscht sich Dinge, um Gefühl zu erfahren, und die Befriedigung der Begierde wird durch den Erwerb dieser Dinge erreicht. Jede Methode, die von der Begierde benutzt wird, um befriedigende Objekte zu bekommen, wird mit dem Begriff 'Suche' (*pariyesana*) bezeichnet. Die Methoden, um diese Dinge zu bekommen, variieren. Einige Methoden brauchen Handeln während andere Methoden (zum Beispiel besorgt jemand anders das Objekt) kein Handeln benötigen. In dem Fall, wo jedoch Handeln erforderlich ist, hat das von der Begierde gewünschte Objekt keine direkte kausale Beziehung zur Handlung. Zum Beispiel:

'Herr Tobler ist ein Hauswart und bekommt ein Monatsgehalt von 300,- Euro.'

'Wenn du dieses Buch zu Ende liest, wird Papi dich mit ins Kino nehmen.'  
Viele Leute werden denken, dass die Hausmeisterarbeit die Ursache für den Empfang des Gehalts darstellt: Sauber machen ist die Ursache und das Gehalt das Ergebnis. So eine Schlussfolgerung ist jedoch falsch; sie stammt von einer gewohnheitsmäßigen und selbsttäuschenden Art der Argumentation.

Damit die Aussage korrekt ist, muss man die fehlenden Klauseln

einsetzen: Die Handlung des Saubermachens resultiert in einem sauberen Gebäude; ein sauberes Gebäude ist das wirkliche Resultat des Saubermachens. Der Empfang eines Gehalts für das Saubermachen ist schlicht das Resultat einer Abmachung zwischen bestimmten Individuen. Es gibt keine kausale Beziehung zwischen diesen beiden Vorgängen: Manche Leute, die Gebäude reinigen, bekommen kein Geld dafür und die meisten Leute bekommen ein Gehalt, ohne dass sie Gebäude zu reinigen haben.

Das zweite Beispiel ist ähnlich: Viele Leute denken vielleicht, dass das Lesen des Buches die Ursache ist und das ins Kino gehen das Resultat. Aber tatsächlich besteht das wirkliche Resultat des Lesens aus einem Gewinn an Wissen. Das Buch zu Ende zu lesen ist einfach nur eine Voraussetzung, um ins Kino zu gehen.

Im erstgenannten Beispiel wird Herr Toblers Verhalten durch Begierde angetrieben. Er macht dann nur deshalb sauber, weil das Saubermachen die Voraussetzung für den Erhalt des Geldes ist. Er hat nicht den Wunsch nach einem sauberen Gebäude und er will auch nicht fegen und sauber machen.

Im zweiten Beispiel hat das Kind den Wunsch, ins Kino zu gehen und es liest das Buch nur, weil dies die Voraussetzung dafür ist, an das von der Begierde gewünschte Objekt zu gelangen: Sich einen Film anzuschauen. Es hat nicht den Wunsch nach dem Wissen, welches in dem Buch enthalten ist und es hat auch nicht den Wunsch, das Buch zu lesen.

Streng genommen führt Begierde weder zum Handeln noch generiert es einen Wunsch zu handeln. In diesen Fällen wird Handeln nur als eine mögliche Methode benutzt (indem es einer vorherigen Abmachung folgt), aufgrund der Bedürfnisse der Begierde an begehrte Objekte zu gelangen.

Diese zwei Beispiele verdeutlichen auch die Qualität von *chanda*, welche den Wunsch nach Tugend, Wahrheit und Erkenntnis der Wahrheit hat.

Mit *chanda* würde sich Herr Tobler ein sauberes Gebäude wünschen, und das Kind würde sich das in dem Buch enthaltene Wissen wünschen. Beide Individuen wünschen sich die direkten Auswirkungen ihres Handelns. Die Ergebnisse 'finden Gefallen' bei den Ursachen: Die Ergebnisse helfen dabei, den Handlungsablauf zu bestimmen. Handeln ist gleichwertig gegenüber dem Erzeugen von erwünschten Resultaten; Ursache und Wirkung sind intim miteinander verbunden. Wenn Herr Tobler fegt, entsteht Sauberkeit, und sie entsteht jedes Mal wenn er fegt. Wenn das Kind liest, entsteht Wissen und es entsteht kontinuierlich je mehr das Kind liest.

*Chanda* hat den Wunsch nach dem Wert, der vom Handeln resultiert, und wünscht sich folglich auch die Handlung selbst, welche die Ursache für diesen Wert ist.

In diesem Sinne führt *chanda* zum Handeln und führt zu einem Wunsch zu handeln. Dies hilft bei der Erklärung, warum die zweite Art von *chanda* (*kattukamyata-chanda* – der Wunsch zu handeln) mit *kusala-chanda* oder *dhamma-chanda* (der Wunsch nach Tugend oder Wahrheit) gleichgesetzt wird.

Wenn Verhalten von *chanda* geleitet wird, wird Herr Tobler einen Enthusiasmus für das Fegen des Gebäudes besitzen, und das Kind wird das Buch ohne den Anreiz des Vaters lesen, hinterher einen Film zu sehen. Es gibt noch viele andere ethische Auswirkungen hinsichtlich dieser zwei Formen des Verlangens. Aber an diesem Punkt erinnere dich an die Unterscheidung, dass Begierde den Wunsch darstellt, zu konsumieren oder zu erfahren, während *chanda* den Wunsch nach Wahrheit und Handeln verkörpert.

## **D. Probleme, die aufgrund einer Reihe von Voraussetzungen entstehen**

Die ethischen oder praktischen Konsequenzen, indem man entweder Begierde oder *chanda* als Motivation für sein Handeln nimmt, variieren immens.

Wenn eine Person Begierde als ihre Motivation benutzt, ist Handeln nur eine Voraussetzung um an begehrenswerte Objekte zu gelangen und um das Gefühl eines 'Selbst' zu befriedigen. Die Person wünscht sich nicht direkt die Handlung oder die Resultate der Handlung; sein oder ihr direktes Ziel ist es, die gewünschten Objekte zu erhalten.

In vielen Fällen ist die benötigte Handlungsweise einfach eine Methode, an die gewünschten Objekte zu gelangen.

Daher wird man - wenn man in der Lage ist eine Methode zu finden, an diese Dinge zu kommen ohne zu handeln - diese Methode benutzen und es meiden etwas zu tun, weil es am ehesten mit Begierde vereinbar ist, an gewünschte Objekte zu kommen ohne arbeiten zu müssen.

Und wenn es nicht möglich ist, Handeln zu vermeiden, dann wird man widerwillig, zaghaft und ohne echten Enthusiasmus handeln.

Die Konsequenzen der Begierde sind wie folgt:

- Wenn man versucht, die Ausführung der vorher arrangierten Arbeit zu vermeiden, könnte man eine Abkürzung oder eine bequeme Alternative suchen, um das gewünschte Objekt zu bekommen ohne arbeiten zu müssen. Diese Vermeidungsstrategie kann sogar Leute dazu führen, dass sie sich unmoralisch verhalten. Wenn zum Beispiel Herr Tobler Geld will, aber keine Begeisterung oder kein Engagement für seine Arbeit empfindet und das Gefühl hat, nicht warten zu können, könnte er durch Diebstahl nach Geld trachten. Wenn sich das Mädchen nicht damit abfinden kann, das Buch zu lesen, dann könnte sie Geld von ihrer Mutter stehlen und sich den Film allein anschauen, anstatt darauf zu warten, dass ihr Vater sie mitnimmt.

- Wenn man danach giert, sich etwas anzueignen und keinen Wunsch verspürt zu handeln, wird man die notwendigen Handlungen nur ausführen, um sie möglichst schnell hinter sich zu bringen. Man wird auf flüchtige Weise agieren oder so handeln, um Andere zu überzeugen, dass man die Tat vollendet hat. Das Ergebnis davon ist ein Mangel an Präzision und Güte der eigenen Arbeit. Und man wird schlechte Gewohnheiten entwickeln, wie Desinteresse an Leistung, Vernachlässigung und Halbherzigkeit. Zum Beispiel könnte Herr Tobler tagein, tagaus freudlos fegen und auf sein Gehalt warten. Das Mädchen mag das Buch auf fahrige Weise lesen ohne dabei jegliches Wissen zu erwerben, oder ihren Vater täuschen, indem sie nur die erste, mittlere und letzte Seite liest und behauptet sie sei fertig.

- Wenn die ursprünglichen Abmachungen verletzt worden sind, entstehen Leistungsrückstand, Unachtsamkeit, Vermeidungsstrategien und Täuschung. Als eine Konsequenz müssen strikte sekundäre Vorbedingungen zur Unterstützung und als Schutz geschaffen werden. Aber das bedeutet, dass man sich nur um Symptome kümmert, indem man das gesamte System komplizierter und konfuser macht. Zum Beispiel mag es notwendig sein, einen Aufseher oder Inspektor für Herrn Toblers Arbeit zu finden, der die gearbeiteten Stunden auf Richtigkeit überprüft. Es kann notwendig sein, dass

ein älterer Bruder das Mädchen checkt, oder der Vater muss sie bezüglich des Buchinhalts ins Kreuzverhör nehmen.

Wenn Begierde das Verhalten als Reaktion auf diese sekundären Bedingungen diktiert, entstehen neue Schichten an schadhaften und unmoralischen Verhaltensweisen, bis das gesamte System untauglich wird oder zerreißt.

- Wenn das erwünschte Objekt sich vom direkten Resultat einer Handlung unterscheidet, dann kann der Wert der Handlung nicht an seinem Resultat gemessen werden, denn die Handlung wird ausgeführt, um irgendeinem ganz anderen Ziel zu dienen. In so einem Fall besteht eine Unausgewogenheit zwischen der Handlung und den gewünschten Resultaten. Das Verhalten von Menschen, die auf gewünschte Objekte abzielen, welche unter den Bedingungen einer Abmachung erwartet werden, ist voraussichtlich entweder überzogen oder mangelhaft. Und es ist höchstwahrscheinlich unzureichend, um die förderlichen, vortrefflichen Resultate zu realisieren, welche direkt von jener Handlung stammen. Die Menschen bestimmen dann den Wert des Handelns mit dem Erwerb der gewünschten Objekte.

Die grundlegende Regel für Handeln, das als Vorbedingung ausgeführt wird, um an erwünschte Sinnesobjekte zu gelangen, oder die charakteristische Regel für Begierde ist: 'Je mehr wünschenswerte Dinge ich bekomme, desto mehr handle ich,' oder: 'Je mehr genussvolle Gefühle ich erfahre, desto mehr handle ich.' Handeln basierend auf dieser Voraussetzung ist endlos und besitzt eine Kehrseite: 'Wenn ich keine wünschenswerten Objekte erhalte, werde ich nicht handeln,' oder: 'Wenn ich keine genussvollen Gefühle erfahre, bleibe ich untätig.'

Eine Handlung, die sich um Resultate dreht, die sich von ihren direkten, nutzbringenden Ergebnissen unterscheidet, schafft auch negative Auswirkungen. Ein einfaches Beispiel ist das Essen: Wenn eine Person ausschließlich mit Begierde isst und wenn sie das Essen köstlich findet, dann wird sie essen bis sie sich aufgebläht fühlt; wenn das Essen nicht ihren Wünschen entspricht, dann wird sie zu wenig essen, was zu Unwohlsein und Krankheit führt. (Die Handlung ist essen, was zu ausreichender Ernährung des Körpers führt und eine Voraussetzung dafür ist, köstliche Geschmäcke zu erfahren).

Die negativen Auswirkungen von Begierde sind weit verbreitet und werden in weiteren Beispielen weiter unten erläutert.

- In dem Fall wenn die Handlung und die von der Begierde gewünschten Dinge nicht direkt mit Ursache und Wirkung abgestimmt sind, ist der Begierde das Handeln zuwider und sie sträubt sich gegen die Arbeit. Begierde versucht Arbeit zu vermeiden, indem sie versucht Dinge ohne jegliche Anstrengung zu erhalten. Und wenn es notwendig ist zu handeln, dann handeln die Leute widerwillig. Menschen, die mit Begierde agieren (indem sie vorgegebenen Bedingungen folgen), finden tendenziell weder in der Handlung selbst noch in den Früchten ihrer Arbeit Freude oder Befriedigung.

Die Dinge, welche von der Begierde begehrt sind, existieren nahezu in Isolation, abgekoppelt von der Tat. Solange wie man die gewünschten Objekte nicht erworben hat, bleibt die Begierde für diese Dinge bestehen. Und Handeln, um weitere Vorbedingungen zu erfüllen, kann noch mehr die

Begierde anheizen und zu Beunruhigung und Sorgen führen.

Der Geisteszustand von jemandem, der mit Begierde handelt, ist ruhelos, konfus, gestresst und nervös, und ist darüber hinaus noch von anderen unheilsamen Eigenschaften begleitet wie Angst, Misstrauen und Neid.

Ein Mangel an Erfüllung und Befriedigung kann zu ernsthaften persönlichen Problemen führen, wie z.B. zu Stress und mentaler Krankheit. Wenn diese Probleme sich dann nach außen ausdehnen, schaffen sie Schwierigkeiten für das eigenen Leben allgemein und verursachen Leid für Andere.

## **E. Vorteile heilsamen Verlangens**

Menschen, die heilsames Verlangen (*chanda*) als Motivation für ihr Handeln anwenden, haben andererseits den Wunsch nach direkten Resultaten der Handlungen und wollen daher auch handeln. Die Konsequenzen heilsamen Handelns stehen den Konsequenzen der Begierde direkt gegenüber:

- Heilsames Verlangen führt zu aufrichtigem Verhalten, Fleiß und Ehrlichkeit, zu Ernsthaftigkeit bezüglich der eigenen Arbeit, und zu einer standhaften Loyalität gegenüber dem natürlichen Gesetz der Kausalität.

- Heilsames Verlangen schafft einen Enthusiasmus für die Arbeit; es führt zu Präzision und vorzüglicher Leistung bezüglich der Arbeit; zu einem Wunsch nach Erfolg; zu ernsthaftem Bestreben und zu Unverzagtheit bei der Arbeit.

- An der Stelle eines komplizierten Kontrollsystems und gegenseitiger Fehlersuche gibt es Kooperation und ein koordiniertes Bemühen unter den Leuten, weil jedes Individuum sich den Erfolg der Arbeit wünscht anstatt sich nach persönlich befriedigenden Objekten zu sehnen, welche selten zu finden sind und um die man konkurrieren muss.

- Weil die Handlung für ihre eigenen direkten Resultate ausgeführt wird, kann der Wert der Arbeit an ihren Resultaten gemessen werden. Es gibt eine Ausgewogenheit zwischen der Handlung und den gewünschten Resultaten: Eine Person handelt, damit förderliche Ergebnisse entstehen können. Zum Beispiel isst man die angemessene Menge, um den Bedürfnissen des Körpers zu entsprechen und die Gesundheit zu fördern, ohne dabei von köstlichen Geschmacksrichtungen versklavt zu werden.

- Wenn man sich die direkten Ergebnisse einer Handlung wünscht und diese Ergebnisse generieren möchte, erkennt man auch die zwischenzeitlichen Vorteile, die im Verlauf einer Handlung entstehen. Der Wunsch zu handeln und das Ernten der Erträge des Handelns führen zu Befriedigung, Zufriedenheit, Glück und einem tiefen Gefühl des Friedens.

Im Kontext der Dhamma-Praxis wird *chanda* als eines der 'Pfade zur Macht' oder 'Machtfährten' (*iddhi-pada*) klassifiziert, welches ein wesentliches Prinzip für die Entwicklung der Konzentration (*samadhi*) ist. Heilsames Verlangen führt zu Konzentration, was der Buddha als 'Konzentration als Resultat von Verlangen' (*chanda-samadhi*) bezeichnete. Heilsames Verlangen

fördert die geistige Gesundheit, im Gegensatz zur Begierde, die mentale Krankheit verursacht.

Selbst in einem Fall, wenn eine Person nicht in der Lage ist, die Resultate einer Handlung vollständig zu vollenden, wird das heilsame Verlangen kein Leid oder mentale Probleme verursachen. Ob die Handlung Früchte trägt oder nicht, sie schreitet fort anhand von Ursache und Wirkung: Die Wirkungen stimmen mit den Ursachen überein; die Ursachen zusammen mit irgendwelchen hemmenden Bedingungen führen auf natürliche Weise zu spezifischen Ergebnissen. Heilsames Verlangen bewirkt kein Leiden, weil die Menschen, die mit solchem Verlangen handeln, ein Verständnis von Kausalität besitzen und die direkten Ergebnisse ihres Handelns erkennen.

Leiden entsteht nur, wenn der Begierde eine Gelegenheit zum Mitmischen angeboten wird. Zum Beispiel wenn man sich Sorgen darüber macht, dass die Leute kritisch auf Misserfolg reagieren werden, oder man vergleicht die eigenen Errungenschaften mit dem Erfolg von Anderen.

## **F. Der Akt der Nahrungsaufnahme, abhängig von Vorbedingungen**

Es folgen ein paar Alltagsbeispiele dieser Prinzipien:

Wenn der Körper unterernährt ist, benötigt er Lebensmittel zur Ernährung und um das Leben zu erhalten. Das Bedürfnis nach Nahrung offenbart sich als Hunger, den wir als das erste Stadium im Akt der Nahrungsaufnahme bezeichnen können. Hunger ist eine Funktion des physischen Körpers und wird als Resultat (*vipaka*) klassifiziert. Aus der ethischen Perspektive ist er neutral: weder gut noch schlecht, weder heilsam noch unheilsam. Sogar Arahats erleben Hunger.

Hunger ist ein Stimulus. Er veranlasst den Akt der Nahrungsaufnahme und bedingt das Essenverhalten: Wenn man sehr hungrig ist, isst man viel; ist man nicht sehr hungrig, isst man weniger.

Hunger ist jedoch nicht der einzige Faktor für Nahrungsaufnahme; es gibt noch andere Gründe warum die Leute essen.

Beim zweiten Stadium der Nahrungsaufnahme kommt für normale, nicht erwachte Menschen ein weiterer Anreiz mit ins Spiel und bestimmt das Verhalten neben dem Hunger: Die Kraft der Begierde.

Es gibt zwei Arten der Begierde, die in diesem Stadium auftreten: Zuerst einmal ist es die Anstrengung, die Sicherheit des 'Selbst' zu beschützen (das Begehren nach Existenz - *bhava tanha*), welche in Zeiten großen Hungers oder während einer Hungersnot offensichtlich ist. Begehren erzeugt Ängstlichkeit, Gemütsregung und eine Angst vor dem Tod, begleitet von den normalen Unbequemlichkeiten, ohne Lebensmittel auskommen zu müssen. Der Stress und die Angst wird direkt proportional zu dem Grad an Begehren sein. An diesem Punkt sucht die Person nach Essbarem. Wenn Begehren das Verhalten diktiert, ist die Suche nach Essbarem tendenziell verzweifelt und missachtet ethische Überlegungen.

Die zweite Art des Begehrens ist das Begehren nach Sinnesvergnügen (*kama-tanha*): Der Hunger nach erfreulichen Empfindungen. Das Begehren nach Sinnesvergnügen verbindet sich mit physischem Hunger und bedingt das Verhalten, entweder als Unterstützung oder als eine Behinderung. Dies ist vergleichbar mit zwei Menschen, die über materiellen Gewinn im Wettstreit stehen; wenn beide Gewinn machen, dann helfen sie sich gegenseitig; wenn nur eine Seite Gewinn macht, geraten sie in Konflikt.

Wenn Hunger den einzigen Faktor darstellt, dann bestimmt der Grad an

Hunger die Lebensmittelmenge, die eine Person zu sich nimmt; wenn Begehren der einzige Faktor ist, dann bestimmt der Grad an köstlichen Geschmücken die konsumierte Essenmenge.

Dies ist jedoch ein konstruiertes Argument: Normalerweise gestattet Begehren niemals dem Hunger, der einzige maßgebliche Faktor zu sein. Begehren mischt sich fast immer ein, und wenn Hunger und Begehren als Mitgestalter koexistieren, dann erweist der Hunger der Begierde einen Gefallen, indem er mithilft, die Erfahrung von köstlichen Geschmücken zu verbessern. Aber Hunger kann nur bis zu einem begrenztem Maße helfen; er kann nicht immer den Wünschen der Begierde entgegenkommen. Als Konsequenz kann ein Person sehr hungrig sein, aber das Essen schmeckt nicht besonders und sie isst zu wenig. Oder sie ist nicht hungrig, aber das Essen ist köstlich und sie übernimmt sich dabei; oder sie hat nur wenig Hunger und das Essen schmeckt nicht; also weigert sie sich, etwas zu essen.

Hunger ist ein Warnzeichen, indem er die Bedürfnisse des Körpers ankündigt. Wenn eine Person isst, um den Hunger zufrieden zu stellen, dann erhält der Körper adäquate Nahrung; das direkte Resultat des Essens ist die Ernährung des Körpers. Aber wenn eine Person mit Begehren isst – also isst, um köstliche Geschmacksrichtungen zu erfahren – dann isst sie manchmal zu wenig und zu anderer Zeit zu viel, was dem Körper schaden kann.

Im Fall von Begehren ist das Schmecken von köstlichen Geschmücken abhängig vom Akt des Essens, aber es ist nicht ein direktes Resultat. Essen ist die direkte Ursache für die Ernährung des Körpers, aber es ist eine Voraussetzung für die Befriedigung des Begehrens.

Begehren möchte weder unbedingt essen noch hat es ein besonderes Interesse an den Bedürfnissen des Körpers. Begehren will nur köstlichen Geschmack; das Essen ist schlicht nur eine Vorbedingung, um an den Geschmack zu gelangen und es gibt daher keine andere Option als zu essen.

Je schmackhafter das Essen, je mehr isst man; man kümmert sich nicht um die Bedürfnisse und Begrenzungen des Körpers. Ebenso weigert man sich zu essen, wenn das Essen nicht gut schmeckt. Obendrein kann man das Gefühl haben, dass der gesamte Prozess des Kauens und Schluckens störend, lästig und strapaziös ist. In diesem Fall ist der Körper ein Empfänger der Nahrungsaufnahme, aber ohne dass die Person notwendigerweise die Absicht hat, den Körper zu nähren.

Im übertragenen Sinne ist der lebendige Körper eine Seite in einer Diskussion, während die mit Begehren essende Person die andere Seite darstellt. Wenn der Körper unterernährt ist, dann benötigt er Nahrung, aber allein kann er nicht essen. Er ist auf eine Person angewiesen, die ihn mit Nahrung versorgt. Wenn Menschen den körperlichen Bedürfnissen gegenüber unaufmerksam sind oder nur ungerne ein Interesse an einer vernünftigen Kost haben, dann leidet der Körper. Gelegentlich, wenn der Körper ausgehungert ist, muss er sich beschweren und murren, um die Aufmerksamkeit von anderen Leuten zu bekommen. Wenn der Körper nur das geringste Zeichen von Not aussendet, beeilen sich die Leute zu essen.

Der Körper trachtet nach Wegen, die Leute zum Essen zu verleiten, indem er ihnen als Belohnung die Erfahrung köstlichen Geschmacks bietet. Und manchmal ist der Körper nicht hungrig und sendet auch keine Signale des Unwohlseins aus. Aber die Leute begegnen köstlichen Speisen und essen mehr als der Körper benötigt.

Essen hat Auswirkungen für beide Teile: Für den Körper hat essen das Resultat der Erneuerung, während es für die Person im Gewinn köstlicher

Geschmäcke resultiert.

(In Wirklichkeit wollen die meisten Leute gar nicht essen; sie wollen nur köstliche Geschmäcke erleben. Wenn jemand zwei Teller mit faden Speisen essen sollte, dann müsste er sich dazu zwingen. Aber wenn das Essen köstlich wäre, dann kann er vielleicht nicht mal abwarten bis der dritte Teller kommt.)

Wenn der Körper den Leuten einen Anreiz bietet zu essen, wartet er einfach ab; die Leute werden köstliches Essen aus eigener Initiative zu sich nehmen und der Körper erhält entsprechend die benötigte Nahrung.

Diese Methode der Verlockung durch den Körper kann jedoch schädlich sein und nach hinten losgehen. Wenn es einem an der Fähigkeit zu erwägen und zu reflektieren mangelt, kann man vom Körper vollständig in die Irre geführt werden und nur nach wünschenswerten Geschmücken Ausschau halten. Als Folge davon leidet der Körper. Manchmal isst man nicht genug weil die Speise nicht schmackhaft ist; manchmal ist das Essen wohlschmeckend und man isst nicht nur mehr als notwendig sondern überisst sich bis zu dem Maß, dass es Krankheit verursacht.

Der Akt der Nahrungsaufnahme verschafft einem dann nicht das passende Ergebnis, sich um die Bedürfnisse des Körpers zu kümmern. Darüber hinaus kreieren Menschen, die von köstlichen Speisen verlockt werden, oft Unannehmlichkeiten und Kummer für andere Leute.

## **G. Fortpflanzung und Sinnenlust**

Ein ähnliches Thema ist die Fortpflanzung. Um eine Metapher zu benutzen: Die Lebenskraft, welche sich die Fortpflanzung wünscht (oder das biologische Bedürfnis sich zu vermehren) stellt eine Seite der Debatte dar, während die Person, die Empfindungen erlebt, die andere Seite ist. Der lebende Organismus verlangt nach dem Erhalt der Fortdauer seiner Gene, ist aber nicht in der Lage, dieses Ziel allein zu erreichen. Er benötigt die Mitwirkung des Menschen selbst.

Um dieses Ziel umzusetzen, verführt die Lebenskraft die Menschen mit der Belohnung wohlthuender Empfindungen, besonders durch den physischen Kontakt im Akt der Fortpflanzung. Sexualverkehr hat Konsequenzen für beide Seiten: Für die Lebenskraft bedeutet er eine Fortführung der Art; für die Menschen hat er die Bedeutung, an lustvolle Gefühle zu gelangen.

Bis zu diesem Stadium ist die Lebenskraft nicht beunruhigt; sie wartet schlicht im passiven Modus ab. Wenn die Menschen gemäß ihrer Wünsche handeln, empfängt die Lebenskraft dementsprechend ihrerseits die gewünschten Ergebnisse.

Aber wenn jemand nicht aus dem Wunsch heraus handelt, die Art zu verbreiten, welches das direkte Resultat der Handlung ist, sondern weil es eine Voraussetzung ist um angenehme Empfindungen zu erhalten, dann ist die Handlung unausgewogen. Die Begierde, durch Geschlechtsverkehr Lust und Genuss zu erfahren kann zu vielen Formen schädlichen und extremen Verhaltens führen, indem Geschlechtskrankheiten verbreitet werden und sogar Verbrechen erzeugt werden, die sowohl das Individuum als auch die gesamte Gesellschaft betreffen.

Das Thema der Fortpflanzung ist komplexer als das der Nahrungsaufnahme; die Unausgewogenheit dehnt sich hier weiter aus als die Beziehung zwischen der Handlung und den gewünschten Resultaten. Menschen, die zum Handeln verführt werden, landen oft dabei, dass sie die Lebenskraft hintergehen, welche in diesem absichtlichen Akt ein Partner ist: Der individuelle Mensch will nur das Vergnügen erleben und hat nicht den

Wunsch, die Lebenskraft mit ihrem gewünschten Ziel der Reproduktion zu versorgen. Er handelt einseitig, nur um Vergnügen zu erfahren und Verlangen zu befriedigen. Gleichzeitig blockiert er Leben und hält es davon ab, irgendwelche Resultate aus dieser Handlung zu erhalten.

Dies allein ist akzeptierbar, aber wenn die Begierde größer wird, dann verhalten sich die Menschen anstößig und nutzen die Lebenskraft aus, oder 'beschwindeln' sie. Ihr einziges Interesse gilt dem Vergnügen und sie denken sich Wege aus, dieses Vergnügen zu intensivieren. Sie erfinden Methoden, um das Feuer der Begierde zu stimulieren und zu verbreiten, um die Leidenschaft, mit der Sinneskontakt erfahren wird, weiter zu erhöhen. Und sie kreieren die Instrumente, um die extravagantesten und intensivsten Sinnesvergnügungen zu erfahren, die möglich sind, wie man das heutzutage mit der Ausbreitung von Unterhaltungszentren und diversen Orten der Zügellosigkeit beobachten kann.

In dieser Aktivität der Fortpflanzung schenken die Leute den biologischen Bedürfnissen keine Beachtung und offerieren ihnen auch keine Gelegenheit. Und sie wenden eine ähnliche Haltung der Nichtbeachtung gegenüber anderen Aktivitäten an, wie zum Beispiel dem Essen, was zur Entstehung von verschiedenen weit verbreiteten Abhängigkeiten führt.

Die Menschen sollten mit dieser Angelegenheit der Fortpflanzung auf eine Weise verfahren, die förderlich für sie selbst und ihre Gemeinschaften ist, indem sie Aufrichtigkeit und Wohlwollen nähren. Sie sollten eine Weisheit entwickeln, die den Zweck von Verlangen innerhalb der Naturordnung anerkennt, sodass sie Mäßigung praktizieren und Schwelgerei vermeiden. Auf diese Weise werden die Handlungen der Menschen sowohl die echten Bedürfnisse der Natur auf eine ausgewogene Art befriedigen als auch die persönlichen Bedürfnisse der Individuen. Anderenfalls wird die sogenannte Zivilisation im Verfall enden und sich selbst verschlingen, beraubt von Frieden und Glück.

## **H. Maßvoll essen**

Lasst uns zum Thema des Essens zurückkehren. Wie schon vorher erwähnt, gibt es zwei Faktoren, die das Verhalten einer Person bezüglich der Nahrungsaufnahme konditionieren: Hunger und Begierde. Ja, es gibt sogar einen weiteren Konditionierungsfaktor, der eine teilnehmende Rolle beim Akt der Nahrungsaufnahme spielen kann: *chanda* - der Wunsch nach Wahrheit oder eine Liebe für das Gute.

Im Falle des Hungers wünscht sich heilsames Verlangen (*chanda*) einen wirklich wohltuenden Daseinszustand; es wünscht sich eine gesunde oder optimale Existenz. Es wünscht sich günstige Lebensbedingungen: Gesundheit, innere Ruhe, Abwesenheit von Krankheit, Freisein von Schwierigkeiten und Belastungen (mehr als sie auf natürliche Weise vorkommen), und eine Einfachheit, um seine Pflichten zu erfüllen, besonders diejenigen bezüglich der spirituellen Entwicklung.

Der Prozess, in dem heilsames Verlangen entsteht, unterscheidet sich von dem, der Begierde entstehen lässt. Begierde entsteht verpackt in Unwissenheit. Wenn man einem angenehmen Objekt begegnet, ist man erfreut; wenn man einem unangenehmen Objekt begegnet, ist man verärgert. Begehren folgt automatisch auf Gefühl, ohne dass eine Person zu denken oder ein Verständnis des Prozesses zu haben braucht.

Der Prozess, bei dem heilsames Verlangen involviert ist, ist einer, der die Ignoranz beendet; es ist ein Prozess der Weisheit, indem man Denken,

Verstehen und Gewahrsein anwendet. Wenn man isst, sind Reflexion und Gewahrsein involviert; man gestattet nicht das Aufkommen einer willkürlichen Reaktion des Verlangens, begleitet von den dazugehörigen Empfindungen (*vedana*). Der Prozess der Ignoranz und des Verlangens endet oder klingt ab und wird durch einen Prozess des Beendens ersetzt.

Der erste Faktor, mit dem man Ignoranz eliminiert und Begierde stoppt, ist weises Reflektieren (*yoniso-manasikara*), was man auch als geschickte Betrachtung, korrektes Denken oder analytisches Schlussfolgern übersetzen kann.

Weises Reflektieren erforscht hier auf diese Weise: 'Was ist das Resultat des Essens?' 'Was ist der Zweck des Essens?' Es ist sich gewahr, dass der Grund zu essen darin besteht, den Körper zu nähren, die Gesundheit und Behaglichkeit zu fördern, und dass ein natürlicher Gesundheitszustand der Erfüllung der eigenen Pflichten dienlich ist. Man isst nicht in erster Linie wegen köstlicher Geschmäcke, Vergnügen oder Verschönerung, welche der eigenen Gesundheit abträglich wären, zur Ausnutzung von Anderen führen würde, Geistestrübungen wachsen lassen würde und nachteilig für die wirklich gewünschten Resultate der Nahrungsaufnahme wären.

Weises Reflektieren ist in sich keine Motivationskraft, aber es bedingt die heilsame Motivation von *chanda*, was in diesem Fall zu Enthusiasmus und dem Verlangen nach Gesundheit und Ausgeglichenheit des Körpers führt, zu einem guten und tauglichen Existenzzustand.

*Chanda* wird die dritte Motivationskraft bei der Nahrungsaufnahme; sie schließt sich mit Hunger zusammen und beide wechseln sich ab und blockieren Begierde. Wenn sie stark genug ist, schneidet sie sogar jegliche Gelegenheit für das Entstehen von Begierde ab. Im Zusammenhang mit dem Essen generiert *chanda* Maßhalten – eben gerade genug zu essen (*bhojane-mattannyuta*).

In Akt der Nahrungsaufnahme gibt es daher drei bedingende Faktoren oder Motivationen: Hunger, der für diese Aktivität charakteristisch und von einer moralischen Perspektive neutral ist, und Begierde und *chanda*, die weitreichende Motivationen sind und sich gegenüber stehen. Begierde ist unheilsam und schädlich; *chanda* ist heilsam und zuträglich.

## **6. Die komplexe Beziehung zwischen Begierde und Chanda**

### **A. Das Zusammenspiel zwischen heilsamen und unheilsamen Formen des Verlangens**

Manche Leute mögen hier entgegenhalten, dass der Wunsch nach Gesundheit höchstwahrscheinlich eine Form der Begierde ist, denn die Menschen wollen stark und gesund sein, um Vergnügen im höchsten Maße genießen zu können. Dieses Argument stammt von einer ungenauen Interpretation; sie stimmt nicht mit der buddhistischen Doktrin der Analyse (*vibhajja-vada*) überein, die eine klare und prägnante Unterscheidung von Ursachen, Faktoren, Stadien und Bedingungen ermutigt, anstatt diese Faktoren miteinander zu verwechseln und sie dann auf eine durcheinander gewürfelte Weise zu analysieren.

Ein Zustand von guter Gesundheit, Abwesenheit von Krankheit und innerer Ausgeglichenheit ist in sich selbst vorteilhaft und positiv. Was man mit dieser guten Gesundheit zu tun gedenkt, ist eine weitere Phase im Prozess. Man mag sich keine angenehmen Empfindungen wünschen, sondern auf der

guten Gesundheit vertrauen, um wohlwollende Taten zu verrichten oder zur Beseitigung von mentaler Unreinheit zu praktizieren.

Im Allgemeinen besteht das Denken der Menschen tendenziell aus einem Gemisch an Faktoren, und es ist wichtig, dass man fähig ist, diese voneinander zu unterscheiden. Gelegentlich ist diese Mixtur an Faktoren sehr kompliziert.

Eine Person könnte zum Beispiel folgendermaßen denken: 'Ich werde nur genug essen und werde daher zu einer starken, attraktiven und gesunden Person.' Diese Denkweise kann in drei unterschiedliche Teile aufgeteilt werden: a) die Person erkennt, dass das wirklich wünschenswerte Resultat des Essens ein gesunder und starker Körper ist; b) der Wunsch und die Zufriedenheit der Person mit diesem unterstützenden Zustand guter Gesundheit ist rein und unverfälscht; und c) es gibt ein Verlangen, diese Stärke und gute Gesundheit zu besitzen, sodass es 'zu mir gehört', dass ich von Anderen als gesunde Person gesehen werde, oder dass ich mich mit der guten Gesundheit identifiziere und solche Gedanken erzeuge wie 'möge ich eine wunderschöne Person werden', 'ich werde stärker sein als er', oder 'ich werde hübscher sein als sie.'

In diesem Fall überlappen sich heilsames Verlangen (*chanda*) und Begierde (*tanha*) oder sie begleiten sich: Ein heilsames Verlangen entsteht und darauf folgt dann die Begierde. Dies stimmt mit dem Prinzip überein, dass das Gute eine Vorbedingung für das Schlechte sein kann. Wenn der Gedankenprozess an dieses Stadium des Verlangens und der Selbst-Identifikation gelangt, beginnt er damit, Leiden und diverse Probleme auszubrüten.

Für unerwachte Personen ist diese Komplexität normal und ihre guten Handlungen können daher immer noch Leiden kreieren oder vermehren. Die Lösung besteht darin, weises Reflektieren anzuwenden und Achtsamkeit, klares Verständnis und heilsames Verlangen zu etablieren, um Unwissenheit und Begierde abzuwehren oder abzuschneiden und zu verhindern, dass die Begierde aus dem heilsamen Verlangen einen Nutzen zieht. Für den Fall, dass Begierde bereits entstanden ist, kann man versuchen, den Prozess umzukehren, sodass Begierde heilsames Verlangen bedingt, in Übereinstimmung mit dem Prinzip, dass das Unheilsame eine Vorbedingung für das Gute sein kann. Wenn eine normale Person diese Korrekturmittel anwendet, bedeutet das, dass sie bereits ein exzellentes Level an spiritueller Entwicklung erreicht hat.

## **B. Auf heilsames Verlangen vertrauen**

Ein Attribut der Begierde, das nochmal hervorgehoben werden sollte, ist, dass Begierde immer dann als Motivationskraft oder bestimmender Faktor agiert, wenn eine Handlung die Voraussetzung für eine Genusserfahrung ist. Und dieses Attribut offenbart die Kehrseite dieses Prozesses: Wenn Begierde nicht in der Lage ist, Genuss zu erfahren, dann ist sie unwillig, die Leute zum Handeln zu bewegen. Tatsächlich drängt sie manchmal die Leute in die entgegengesetzte Richtung, indem sie dazu verleitet, Handeln zu unterlassen, obwohl Handeln zu einem vorteilhaften Resultat führen würde.

Wenn zum Beispiel eine Person krank ist, dann braucht der Körper Medizin, um eine Infektion zu bekämpfen, Giftstoffe zu entfernen oder beschädigte Organe zu sanieren. Da die Medizin keine vergnüglichen Empfindungen hervorruft, drängt die Begierde die Person dazu, diese nicht einzunehmen. In diesem Fall verlässt sich die Person auf heilsames Verlangen (*chanda*), um sich zur Einnahme der Medizin zu überreden.

In Zeiten akuter Krankheit entwickelt man gelegentlich einen Mangel an Hunger und einen Appetitmangel für die Speisen, welche die Begierde normalerweise höchst appetitlich findet; in diesem Fall isst man nichts, obwohl das Essen wohltuend wäre. Zu solchen Zeiten mag die Begierde nach Existenz (*bhava-tanha*) gar nicht helfen. Gelegentlich ist die Begierde nach Vernichtung (*vibhava-tanha*) dominant und führt zu völliger Verzweiflung und Gedanken wie: 'Ohne Vergnügen ist das Leben sinnlos; warum sollte ich überhaupt weiterleben?' Diese Begierde treibt eine Person in die entgegengesetzte Richtung und führt zur Weigerung zu essen.

Unter solchen Umständen sollte jemand weise über den Zweck und die Vorteile der Nahrung reflektieren, um heilsames Verlangen zu etablieren und die Motivation für die Nahrungsaufnahme zu finden. Je stärker das Verlangen, je stärker ist der Geist; die Person widersteht daher der Begierde und isst mit Enthusiasmus. (Hier sieht man, wie heilsames Verlangen das Bemühen unterstützt und Konzentration entstehen lässt.)

Manche kranke Personen mögen nicht in der Lage sein, aus sich heraus heilsames Verlangen zu erzeugen. Ehe sie willens sind zu essen, benötigen sie vielleicht eine Freundin, die eine Angst vor dem Tod und einen Wunsch zur Selbsterhaltung einflößt. Sie nehmen dann vielleicht die Medizin aufgrund von Panikgefühlen. Wenn jedoch das Verlangen nach Existenz die Antriebskraft ist, dann ist der Geist umwölkt und beunruhigt, anders als beim heilsamen Verlangen (*chanda*), wobei der Geist friedvoll ist. Dies ist so, weil Begierde mit Ignoranz verknüpft ist, während heilsames Verlangen von Weisheit herrührt.

### **C. Die Suche nach Erfüllung, die Flucht vor dem Unangenehmen und der Schutz des Gefühls eines Selbst**

Wenn die Leute wütend und feindselig sind bis zu dem Punkt, dass sie einander töten wollen, dann ist der wahre Grund für das Morden nicht ein Wunsch nach dem Tod der anderen Person. Der Tod eines Feindes ist dasselbe wie der Tod jeder anderen Person, insoweit dass es dem Täter keinen Vorteil oder Nutzen erbringt. Der wahre Grund für Menschen einen Feind zu töten besteht darin, dass es die beste Voraussetzung dafür ist, das zu erhalten, was sie sich wünschen: Selbstschutz und Selbstgefälligkeit zu erhalten; dem zu entkommen, was die Stabilität des Selbst bedroht; sich von dem zu trennen, was nicht akzeptierbar ist; oder bei der unliebsamen Person den größtmöglichen Schaden oder gar Zerstörung zu verursachen.

Wenn sie wissen, dass die Fortdauer des Lebens ihres Feindes keinen Einfluss auf die Stabilität ihrer Eigenidentität hat und sie einen anderen Weg finden, um ihre Selbstgefälligkeit zu erhalten – oder sie finden einen Weg, für ihren Feind mehr Leid zu schaffen als durch töten – dann werden sie sich des Tötens enthalten und diese andere, effektivere Voraussetzung anwenden, um ihre Ziele zu erreichen.

Wenn die Leute nicht imstande sind, ihrem Feind zu schaden oder ihn zu töten, also außerstande sind unerwünschte Leute oder Dinge zu eliminieren, dann geschieht es häufig, dass sie daran denken, sich selbst umzubringen oder dass sie sterben wollen.

In Wirklichkeit wollen sie nicht sterben; der wahre Grund für diese Denkweise besteht darin, dass wenn sie außerstande sind, andere Mittel zu finden, um unerwünschten Menschen oder Dingen zu entkommen, der Selbstmord zum einzigen Ausweg wird. Nehmen wir zum Beispiel jemanden, der sich töten will weil er Liebeskummer hat – seine Geliebte heiratet jemanden

anders – oder weil er eine schreckliche, nicht behandelbare Krankheit hat. Beides sind unerwünschte Zustände und er ist außerstande sie zu beheben oder zu eliminieren, und somit ist der Selbstmord die einzige verbleibende Fluchtroute.

Wenn ihm jedoch jemand sagt, dass seine Liebste noch nicht geheiratet hat und sie ihn gewiss immer noch liebt, oder dass es einen Arzt gibt, der die Krankheit aller Voraussicht nach behandeln kann, dann wird er den Wunsch zu sterben sofort aufgeben, weil es eine befriedigendere Lösung gibt, um dieser ungewünschten Situation zu entkommen.

Ein ähnliches Beispiel ist die grausame Praxis der Kriegsführung zwischen Rassen oder Stämmen, in der die Sieger alle männlichen Überlebenden der besiegten Seite abschlachten, inklusive der Kinder und Alten, dabei aber nicht die jungen Frauen töten, jedenfalls nicht sofort, sondern sie gefangen halten um ihre Lust zu befriedigen.

Die Sieger erlangen keinen individuellen Vorteil durch den Genozid ihrer männlichen Feinde, sondern sie töten aus einer Angst heraus, die von einem Wunsch herrührt, die Stabilität ihrer kollektiven Identität zu schützen. Mord wird als beste Methode erachtet, um diese Stabilität zu erhalten.

Sich davor zurückzuhalten, die jungen Frauen zu ermorden, stammt nicht von irgendeinem Wunsch, deren Leben zu bewahren. Was sie sich wünschen ist Vergnügen, welches sie von diesen Frauen bekommen, und die Bewahrung des Lebens dieser Frauen ist nur eine Vorbedingung, um sich dem Vergnügen hinzugeben.

## **D. Heilsames Verlangen und liebende Güte**

Dieses Thema des Verlangens steht mit der unverzichtbaren Eigenschaft der liebenden Güte (*metta*) in Verbindung, wie auch mit den anderen drei 'göttlichen Verweilungen.' Eine Untersuchung von liebender Güte hilft, um die Bedeutungen von *tanha* und *chanda* klar zu stellen.

Die Eigenschaft von *metta* ist den meisten Buddhisten vertraut, aber sie gibt Anlass zu Missverständnissen. Einige der gebräuchlichen Übersetzungen von *metta* sind 'Liebe', 'Freundlichkeit', 'Wohlwollen', und 'der Wunsch für Andere, glücklich und erfolgreich zu sein'.

Diese Definitionen scheinen eindeutig zu sein, aber bei manchen Leuten entsteht Verwirrung bezüglich der Unterscheidung zwischen einer Liebe, die *metta* ist, und einer Liebe, die unheilsam ist.

Unheilsame Liebe wird in Pali normalerweise als *sineha* bezeichnet, was Liebe für ein spezifisches Individuum, oder egoistische Liebe bedeutet. Sie führt zu Engstirnigkeit, Anhaften, Aufgeregtheit und Leidenschaft.

Dies ist genau das Gegenteil von *metta* – reine Liebe – die eine Person gegenüber anderen Menschen und allen Kreaturen empfindet, als Freunde auf dieser Erde, Gefährten im Leid und Begleiter in Leben und Tod. Sie ist eine alles umfassende und altruistische Form der Liebe, welche das Herz weitet, beruhigt und erhellt.

Die Kommentatoren waren sich dieser Konfusion gewahr und haben daher gewisse Punkte betont, um Missverständnissen vorzubeugen. Sie erklären, dass der Vorteil von *metta* eine Reduktion von Böswilligkeit ist, während ihr Nachteil darin liegt, dass sie egoistische Liebe auslösen kann. Sie beschreiben, dass der entfernte Feind von liebender Güte die Böswilligkeit ist, während der nahe Feind sinnliche Begierde (*raga*) ist. Die Leute sollen sehr vorsichtig mit der sinnlichen Begierde sein; ein Moment der Achtlosigkeit und

sie flackert auf.

*Sineha* ist ein Synonym für *tanha*. Unheilsame Liebe, welche das Gegenteil von *metta* ist, ist daher eine Liebe, die von der Begierde herrührt oder von ihr verfälscht wird. Wie vorher erwähnt bestehen die Hauptcharakteristika des Begehrens aus einem Wunsch nach Vergnügen und aus einem Wunsch nach Selbstschutz.

Daher ist das Kriterium, um zu entscheiden ob die Liebe vom Begehren stammt oder nicht, zu schauen, ob die Liebe ein aufrichtiger Wunsch für das Wohlergehen des Anderen ist. Oder ob es nur ein Wunsch für das Wohlergehen von Anderen als Voraussetzung dafür ist, um Genuss und Spaß zu erfahren oder die Stabilität des Selbst zu bestärken.

Die Leute mögen behaupten, eine andere Person zu lieben – zum Beispiel ihre Ehefrau oder ihren Ehemann oder Freund – und sagen, dass ihre Liebe so groß und wahrhaftig ist, dass das Leben der anderen Person von gleichem Wert ist wie das eigene. Später jedoch im Laufe der Zeit können sich die Dinge ändern: Der Körper der Gattin kann sich zum Beispiel ändern und nicht länger dem Begehren des Partners entsprechen. Oder der Gatte oder Freund unterstützt vielleicht nicht mehr länger ein Sicherheitsgefühl des Selbstempfindens. Die frühere Liebe lässt dann nach oder verschwindet. In diesem Fall erkennt die Person nicht mehr länger den Wert des anderen Menschen, erkennt nicht mehr die geschätzten und geliebten Charakterzüge in der anderen Person. Diese Art der Liebe ist nicht *metta*; sie ist lediglich eine durch Begehren verunreinigte Liebe, oder sie ist reine Begierde, welche die Gelegenheit ergreift, aus den positiven Attributen von jemand anders Nutzen zu ziehen, um die eigenen Wünsche zu befriedigen oder die Selbstidentität zu bestärken.

Wenn man auf dem Lande herumreist und dort einen riesigen Baum mit weit überspannenden Ästen und üppigen grünen Blättern sieht, und wenn der eigene Geist offen dafür ist und man die Schönheit der Natur schätzt, wird man Freude an der Pracht und Herrlichkeit dieses Baumes haben und den Wunsch verspüren, dass er gedeihen und frei von Gefahr sein möge.

In dem Moment ist der Geist hingebungsvoll auf das Wohlergehen des Baumes ausgerichtet. Die eigenen Gedanken sind wohlwollend; sie sind nicht egoistisch, habgierig oder begehrllich. Der Geist erfreut sich an dem gesunden, natürlichen Zustand des Baums. Dieser Geisteszustand ist heilsam, tugendhaft und friedvoll; er ist förderlich für jene Person und für Andere. Die Freude dabei, die Erfüllung dieses Baums zu bezeugen oder der Wunsch, dass er in einem Zustand der Vollkommenheit existieren möge, das ist heilsames Verlangen (*chanda*). Man kann sagen, dass man Wohlwollen für diesen Baum empfindet.

Auf die gleiche Weise mögen wir vielleicht andere Menschen bei guter Gesundheit sehen, stark und entspannt, und wir erfreuen uns an ihrem Wohlbefinden. Wir haben den Wunsch, dass sie gesund, glücklich und frei von Krankheit sein mögen. Dieser Geisteszustand strahlt nach außen ab und dreht sich nicht um egoistische Belange. Dieser Wunsch, dass Andere in einem Zustand des Glücks und der Erfüllung existieren mögen, ist heilsames Verlangen, da er gegenüber lebenden Kreaturen zum Ausdruck gebracht wird. Und ihm gibt man die spezielle Bezeichnung als liebende Güte (*metta*).

## **E. Kontinuierliche Belästigung durch Begierden**

Bei vielen Menschen funktioniert jedoch der Geist nicht auf diese Weise. Im Falle eines Baumes oder etwas anderem in der Natur mag der Geist für

Freundlichkeit ohne weiteres empfänglich sein, in Bezug auf andere Menschen scheint das aber schwieriger zu sein. Begierde in der einen oder anderen Form wirkt sich störend auf den heilsamen Geisteszustand aus und überwältigt ihn sogar. Wenn man zum Beispiel eine gesunde und kräftige Person mit einem anmutigen Körper sieht und die Person vom anderen Geschlecht ist, dann animiert einen die Begierde dazu, die Person als Quelle für persönliches Vergnügen zu sehen, anstatt das man sich am Wohlbefinden dieser Person erfreut. Und wenn die Person vom selben Geschlecht ist, tendiert man zu dem Gefühl, dass er oder sie ein Hindernis oder eine Bedrohung für das Selbstwertgefühl ist, indem es ein Gefühl der Minderwertigkeit auslöst und die eigene Selbstgefälligkeit reduziert.

Anstatt einen offenen, großzügigen und fröhlichen Geist zu haben, der mit liebender Güte ausgestattet ist, ist das Selbstwertgefühl beeinträchtigt und der Geist ist beengt, gestresst und von Begierde verunreinigt. Man gibt sich der Betörung, der Lust, dem Neid, der Eifersucht oder der Böswilligkeit hin, die allesamt unheilsame, verworrene und unbehagliche Geisteszustände sind. Es sind Formen mentaler Krankheit und hinderlich für einen selbst und für Andere.

Ein Leitfaden, um zu verifizieren, ob die eigene Liebe für eine andere Person echtes *metta* ist, oder ob *metta* mit Begierde durchmischt oder einfach nur ein Symptom von Begierde ist, ist sich folgende Fragen zu stellen: Wenn ich nicht imstande bin, von dieser Person Vergnügen zu bekommen, oder wenn seine oder ihre Existenz nicht mehr länger ein Gefühl der Selbstsicherheit bei mir unterstützt, werde ich dann diese Person immer noch lieben? Werde ich ihn oder sie immer noch wertschätzen und in Ehren halten? Werde ich mich immer noch an ihrem oder seinem Wohlergehen erfreuen?

Die Liebe von Eltern für ihre Kinder ist ein guter Maßstab für *metta*. Eltern lieben im Allgemeinen ihre Kinder, erfreuen sich an deren Wohlergehen, und wollen dass sie glücklich, erfolgreich und frei von Gefahren sind. Die Eltern erleben diese Liebe, ohne dass sie ihre Kinder als eine Quelle für Vergnügen betrachten und ungeachtet davon, ob das Leben ihrer Kinder ein Gefühl der Selbstsicherheit bekräftigt.

Wenn allerdings die Eltern immer noch unerwacht sind, tendiert die Begierde dazu, die Liebe der Eltern bis zu einem gewissen Ausmaß zu unterwandern und zu beflecken. Ihre Liebe ist nicht völlig rein, wie es offenkundig mit der üblichen Anhaftung zu hören ist: 'Dies sind meine Kinder und sie gehören zu mir.' Die meisten Eltern hoffen immer noch, dass ihre Kinder dabei helfen werden, Selbstsicherheit und Selbstgefälligkeit zu erhöhen. Zum Beispiel wollen sie, dass ihre Kinder eine hohe soziale Stellung innehaben, sodass sie stolz sein können und sich das Prestige teilen. Oder sie haben Angst, dass ihre Kinder den sozialen Rang verlieren und sie daher selbst dadurch beschämt werden.

(Eine gewisse Anhaftung ist für unerwachte Menschen ganz normal, aber wenn sie sich ausdehnt und das gesamte Verhalten einer Person kontrolliert, dann kann sie beträchtlichen Schaden verursachen. Von der *metta* -Perspektive betrachtet ist der entscheidende Punkt, dass die Liebe bedingungslos ist: Die Eltern lieben das Kind, egal ob er oder sie ihr Gefühl der Selbstgefälligkeit erhöht. Wenn das Kind von allen anderen verlassen wird, werden die Eltern weiterhin Liebe und Unterstützung bereitstellen.)

Wenn Konflikt zwischen ihren Kindern und jemandem anders entsteht, sind Eltern tendenziell über die gegnerische Partei empört und voreingenommen gegenüber ihren Kindern. Sie sind unfähig, den Sachverhalt auf eine wirklich objektive Weise zu betrachten, weil ihre Liebe immer noch mit

Begierde vermennt ist. Diese Liebe führt immer noch zu einer Trennung zwischen den 'Geliebten' und den 'Nicht-Geliebten' und verursacht daher immer noch Probleme und führt zu Leiden.

Eine Verständnis von *metta* hilft dabei, um ein Verständnis von *chanda* zu vergrößern, denn beide Eigenschaften betreffen das Thema Liebe und Verlangen, und sie sind beide heilsam, rein und unterstützend für den Geist.

Es gibt jedoch eine Abgrenzung zwischen diesen zwei Qualitäten: Der Begriff *chanda* hat eine breite Definition und kann universell angewendet werden, wobei der Begriff *metta* im technischen Sinne eine eher engere Definition hat und speziell für die Beziehung einer Person mit lebendigen Kreaturen, mit Tieren und anderen Menschen gilt. Lebende Kreaturen sind die Objekte (*arammana*) von liebender Güte. Zusätzlich vertraut *metta* (gemeinsam mit den anderen drei göttlichen Verweilungen – *brahmavihara*) auf *chanda* (speziell *kattukamyata-chanda*) als Grundlage oder als vorrangiger Akteur.

## **F. Rückblick auf heilsames Verlangen**

Das vorherige Beispiel einer Person, die sich an dem gesunden Zustand eines Baumes erfreut, ohne jede Beeinträchtigung durch egoistisches Verlangen, war ein Weg das Thema der liebenden Güte (*metta*) vorzustellen. Aber genau genommen beschreibt es akkurat die Eigenschaft von heilsamem Verlangen (*chanda*) selbst. Liebende Güte geht von heilsamem Verlangen aus, aber technisch ist sie beschränkt auf die Beziehung einer Person zu anderen Menschen und Tieren. *Chanda* auf der anderen Seite kann auf alles angewendet werden, und folglich ist eine Diskussion über *chanda* weitreichender.

*Chanda* ist eine Befriedigung an den Dingen und der Wunsch, dass die Dinge auf eine optimale oder ideale Weise existieren mögen. Es ist eine Freude an der Unversehrtheit der Dinge, der Wunsch, dass alle Dinge in einem heilsamen, fehlerlosen, gedeihenden und vollständigen Zustand existieren mögen.

*Chanda* schließt einen Wunsch zu handeln mit ein, um diesen Zustand des Heilsamen und der Integrität herbeizuführen. Man hat den Wunsch nach jenem Nutzen, der direkt aus spezifischen Handlungen heraus entsteht, in Übereinstimmung mit Ursachen und Wirkungen, anstatt sich diejenigen Vorteile zu wünschen, die nur selbstbezogene Befriedigung nähren.

Wir können die Frage stellen, wie jene Menschen reagieren würden, die mit diesem tugendhaften Geisteszustand ausgestattet sind, wenn sie folgenden Situationen begegnen würden: ein dreckiger Fußboden in einem Haus, ein öffentlicher Ort übersät mit Abfall, zugemüllte Schulbänke, absterbende Bäume, eine Straße mit Schlaglöchern, ein notleidendes Kind in abgerissenen Kleidern, eine kranke Person ohne Pflegepersonal, Regionen mit weit verbreitetem Diebstahl und Verfolgung, Drogensucht, ungezügelter Glücksspiel, ein Mangel an Aufmerksamkeit für Bildung, Grobheit und Gefühllosigkeit, Mangel an Harmonie, oder unredliches Verhalten. In ähnlicher Weise, wie würden sie auf eine Begegnung mit diesen Zuständen reagieren: ein sauberer, ordentlicher Ort, ein schattiges, erfrischendes Baumgrüppchen, eine harmonische Gemeinschaft, oder eine friedvolle, zufriedene Person.

*Chanda* ist eine Liebe für Tugend, heilsame Bedingungen und eine gute Lebensqualität, wie zum Beispiel: Sauberkeit, Ordnung, Ruhe, eine natürliche Landschaft, und eine gesunde, erfrischende Umwelt.

Dieser Geisteszustand ist rein: Er benötigt kein Verlangen nach Sinnesvergnügen oder eine Mitwirkung durch selbstbezogene Gedanken und Beschäftigungen.

Solch ein Geisteszustand entsteht nicht unabhängig oder willkürlich, sondern benötigt Vernunft und Verständnis. Dies steht dem ununterbrochenen Strom der Ignoranz und Begierde direkt entgegen, die keine Reflexion brauchen. Die Liebe zum Guten, oder die Fähigkeit zu bestimmen was gut ist, baut auf einem Verständnis des Wertes oder der Wahrheit der Dinge. Anders als im Strom der Ignoranz und Begierde, worin einer Person Vergnügen und Schmerz begegnen, und die dann plötzlich und impulsiv Vorliebe oder Abneigung erfährt. Um *chanda* entstehen zu lassen muss eine Person weises Reflektieren anwenden, um den Strom an Ignoranz und Begierde durchzuschneiden und ihn durch einen Beendigungszyklus zu ersetzen: Das Ende von Ignoranz und Begierde.

Weises und geschicktes Reflektieren kann lediglich nötig sein, um das Denken einer Person in die rechte Richtung zu lenken, auf einen Kurs des heilsamen Verlangens, oder es mag eine große Menge an Analyse, Hinterfragen, Vernunft und Abwägung nötig machen.

Wenn weises Reflektieren entsteht, dann endet der Strom der Ignoranz. Wenn der Geist den Wert von etwas sieht, dann neigt er sich dem ganz natürlich zu und beschäftigt sich damit, ohne die Notwendigkeit für Zwang oder Verlockung. An diesem Stadium entsteht Durchhaltevermögen, ein Bemühen, das heilsame Ding oder den heilsamen Zustand hervorzurufen, zu etablieren und zu erfüllen.

In manchen Situationen offenbarte der Buddha dazwischenliegende, ergänzende Faktoren innerhalb dieses Prozesses. Zum Beispiel in der Kitagiri Sutta und der Canki Sutta präsentierte er eine Sequenz von Stadien innerhalb der Dhamma-Praxis, die mit Vertrauen beginnt und mit der Realisation der höchsten Wahrheit endet.

Die Stadien, die in dieser Diskussion relevant sind, sind die, dass wenn eine Person sich eine Dhamma Belehrung angehört und eingepägt hat, sie dessen Bedeutung untersucht. Wenn sie die Bedeutung untersucht, dann gewinnt sie ein Verständnis, dass mit dem Thema der Kontemplation übereinstimmt. Mit so einem Verständnis entsteht *chanda*. Und mit *chanda* entsteht Beharrlichkeit, usw..

Das Stadium, an dem man die Bedeutung der Belehrungen untersucht, ist genau das Stadium des weisen Reflektierens. Das Verständnis in Übereinstimmung mit dem Thema der Kontemplation ist das Resultat dieser Auseinandersetzung, und diese beiden Stadien beziehen die Anwendung von Weisheit mit ein. Wenn eine Person das Gute und den Wert von etwas erkennt und versteht, dann entsteht *chanda*: Der Geist neigt sich diesem Ding zu, erfreut sich daran und wünscht es sich. Zusammengefasst führt weise Reflexion zu heilsamem Verlangen, was wiederum dann zu Beharrungsvermögen führt.

## **G. Kann Chanda den Wunsch nach unheilsamen Dingen haben?**

Manche Leute könnten die Frage stellen, ob *chanda* neben dem Wunsch nach dem Guten auch unheilsame Dinge wünschen kann? Die Leute verrichten schlechte Taten, weil sie sich nach vergnüglichen Sinneserfahrungen sehnen, weil sie einen Eindruck der Selbstgefälligkeit bestärken wollen, weil sie vor einem unerwünschten Zustand oder Objekt fliehen wollen, oder weil ihre

allgemeine Lebensführung von impulsiven sinnlichen Reaktionen dominiert wird. Wenn sie einen angenehmen Sinneseindruck erfahren, sind sie erfreut und begehrt gestimmt, und wenn sie einen unangenehmen Sinneseindruck erfahren, reagieren sie mit Frustration, Ärger und Feindseligkeit. Die Ursachen für unheilsame oder üble Taten sind Ignoranz und Begierde (inklusive Anhaften – *upadana*); der Wunsch schlechte Handlungen auszuführen stammt daher immer von Ignoranz und Begierde (dem Möglichkeitsprinzip oder den Vorbedingungen folgend wie vorher erwähnt).

Chanda resultiert im Gegensatz dazu vom Verständnis, von einer Freude an der Integrität der Dinge, oder von einem Gewährsein von Ursache und Wirkung. Wenn man die Dinge unabhängig von angenehmen oder unangenehmen Gefühlen (*vedana*) kontempliert hat, und unabhängig von Vorlieben und Abneigungen, sieht man welche Dinge wirklich förderlich sind und der Geist neigt sich in die entsprechende Richtung.

Diese Neigung des Geistes in Richtung der heilsamen Dinge bedeutet automatisch eine Freiheit von schlechten Handlungen, die aus Vorlieben und Aversionen resultieren, welche von Begierde abstammen. Aus diesem Grund kann *chanda* kein Wunsch für negative Zustände sein oder dafür, unheilsame Handlungen zu begehen.

Zugegeben, Handlungen die von *chanda* angespornt werden, können unangemessen oder falsch sein aufgrund nicht ausreichender Überlegungen oder mangelhaftem Verständnisses. Die gewünschten, nutzbringenden Resultate mögen aufgrund dieser Handlungen nicht entstehen, oder es könnten stattdessen sogar nachteilige Wirkungen auftreten. Die wahren wirkenden Mittel hinter schlechten Handlungen sind jedoch Ignoranz und Begierde. Wenn diese Faktoren abgeschnitten wurden, dann ist die Diskussion über unangemessenes Verhalten und die Wege dieses Verhalten zu korrigieren ein weiteres Thema, was wir weiter unter diskutieren werden.

Umgekehrt könnten die Leute fragen, ob Begierde (*tanha*) heilsame Dinge wünschen kann oder den Wunsch haben kann, Gutes zu tun. Die Antwort ist eindeutig 'ja' und dies ist oftmals der Fall. Aber der Wunsch der Begierde nach heilsamen Dingen ist verbunden mit und abhängig von wachsenden, vergnüglichen Sinneserfahrungen oder von der Bekräftigung der Selbstgefälligkeit.

Normalerweise ist dieser Wunsch nach dem Guten die Funktion der Begierde nach Existenz (*bhava-tanha*), zum Beispiel: Der Wunsch als göttliches Wesen geboren zu werden (um Glorie, langes Leben, traumhafte Vergnügungen, oder eine Entourage himmlischer Nymphen zu besitzen), der Wunsch ein Held zu sein (um Lob und Bewunderung einzuheimen, die das eigene Selbstbild aufwerten), der Wunsch ein Stromeingetretener zu werden (um großartig zu werden und gewöhnliche Menschen zu übertreffen), oder der Wunsch, eine gute Person zu sein (um Ehre und Lob zu bekommen, was wiederum den Eindruck eines Selbst bestärkt).

Begierde ist nicht daran interessiert, ob die Handlung gut oder schlecht ist; sie verlangt nur, dass die Handlung eine Voraussetzung für Vergnügen und Selbstverherrlichung ist. In der Tat, weil Begierde sich oft heilsame Dinge wünscht, werden die Menschen konfus und haben Probleme, zwischen *tanha* und *chanda* zu unterscheiden.

## **H. Beeinflussung und Eingreifen durch Begierde**

Die Konfusion zwischen Begierde und *chanda* existiert, weil diese beiden Qualitäten oft voneinander abhängig, miteinander verflochten und auswechselbar sind.

Für unerwachte Personen ist Begierde ein tiefsitzendes Charakteristikum und wartet permanent auf eine Gelegenheit, egal ob ein heilsames Verlangen entsteht oder nicht. Wenn heilsames Verlangen abwesend ist, funktioniert Begierde ohne Unterlass; wenn heilsames Verlangen auftaucht, sucht die Begierde heimlich nach einer Gelegenheit, sich einzumischen und das Kommando zu übernehmen.

Menschen sind dazu fähig, außerordentliche Weisheit und Tugend zu entfalten, und wenn sie sich in punkto Weisheit und anderer spiritueller Qualitäten entwickeln, wird die Begierde ebenfalls subtiler und manifestiert sich dann auf raffiniertere Art. Wenn daher heilsames Verlangen (*chanda*) entsteht, kann Begierde sogleich dazwischenfahren, indem sie die Kontrolle übernimmt, persönliche Anhaftungen formt, sich mit einem Objekt identifiziert, oder die Trennung von 'meins' und 'deins' kreiert.

Das Entstehen der Begierde sät dann die Samen für Leiden und verschiedene Probleme. Wenn man zum Beispiel in der Lage ist, heilsames Verlangen während einer gesamten Aktivität aufrecht zu erhalten, wird man von dem Guten und dem Wert dieser Aktivität erfreut und erfüllt sein. Der eigene Geist wird in die Aktivität absorbiert und ihr zugetan sein, und auch der vorzüglichen Leistung, die sie erbringt. Man wird mit Freude und Konzentration arbeiten. Aber immer wenn die Begierde dazwischenkommt und das heilsame Verlangen verdrängt, schleichen sich Behauptungen ein wie 'meine Arbeit', 'meine Ergebnisse, oder 'mein zukünftiger Gewinn'. Begierde kann die Begeisterung oder die Leidenschaft für die Arbeit erhöhen, aber ihr folgt oft eine Beklommenheit mit Gedanken wie: 'Was denken die von mir?' 'Was halten sie von meiner Arbeit?' und 'Wie ist meine Arbeit im Vergleich zu den Anderen?' Dies resultiert dann in Konkurrenzdenken, Eifersucht, Neid und Stress.

Unter solchen Umständen werden die Leute keine Freude an der Arbeit haben, obwohl sie vielleicht Stolz empfinden (der 'Dünkel der Begierde' - *tanha-mana*), was daher rührt, einen Rivalen zu haben: Sie könnten hoffen, dass sie Lob und Anerkennung von Anderen erfahren nachdem sie ihre Arbeit beendet haben.

Aber wenn sie ihre Arbeit beenden und die Arbeitskollegen nicht die gewünschte Menge Lob verteilen, dann leiden sie. Und selbst wenn sie das gewünschte Lob erhalten - und wenn sie nicht vollständig bewusst sind - werden sie später, wenn diese Begebenheit nur noch Erinnerung ist, nostalgisch werden und die guten alten Zeiten der Schmeichelei vermissen. Dies wird zu weiterer Traurigkeit und Niedergeschlagenheit führen.

Darüber hinaus empfangen machen Leute Lob, nachdem sie eine Tat vollbracht haben, und vergessen sich dann selbst dabei; sie läutern ihren Geist nicht mit Einsicht. Ihr Ego bläht sich auf und sie halten sich an diesem Lob fest, was zur Entstehung von vergrößertem Eigendünkel führt. Sie wollen mehr und mehr Komplimente und Anerkennung ihrer eigenen Bedeutung von anderen Menschen, was zu unangemessenem Verhalten führt und zu Schaden für sich selbst und Andere.

Begierde kann sich in jedem Stadium des Prozesses einmischen. Zum Beispiel mag man seine Arbeit mit heilsamem Enthusiasmus beenden, wobei sich dann aber Begierde einstellt: 'Dies ist meine Arbeit.' Oder andernfalls könnte die Motivation für das Handeln während des gesamten Prozesses zwischen Begierde und heilsamem Verlangen hin und her schwanken.

Die wichtige Sache, an die man sich erinnern sollte, ist, dass Begierde Probleme kreiert, egal an welchem Stadium sie auftaucht. Wenn diese Probleme nicht zu heftig sind, sodass sie Andere gefährden oder sozialen Wirbel verursachen, so werden sie zumindest Leid für die eigene Person verursachen und als angeborene Persönlichkeitsmerkmale untergebracht werden

## **I. Verlangen nach Nibbana**

Wenn man zwischen Begierde und *chanda* bei alltäglichen Angelegenheiten oder Aktivitäten zu unterscheiden weiß, dann wird man auch in der Lage sein zu wissen, welcher dieser Faktoren den Wunsch und die Sehnsucht nach Nibbana darstellt.

Wenn man sich den Dhamma anhört und den Schaden von mentalen Verunreinigungen versteht – dass Gier, Hass und Verblendung den Geist verunreinigen, zu unheilsamen Handlungen führen und alle möglichen Probleme kreieren – und man versteht außerdem, dass durch das Beseitigen der Verunreinigungen der eigene Geist friedvoll, glücklich und ohne Sorge sein wird, dann erkennt man den Wert einer derartigen Freiheit von Verunreinigung. Heilsames Verlangen (*chanda*) ist hier die Freude an und die Neigung zu diesem Zustand der Freiheit.

In den Pali Texten werden einige Ausdrucksweisen für diesen Geisteszustand benutzt, der mit heilsamem Verlangen ausgestattet ist: 'sich an Nibbana erfreuen (*abhirama* oder *abhirata*), das 'Verlangen (*abhipatthana*) nach dem Nibbana Element' (*nibbana-pada*), und der Wunsch nach 'Geborgenheit von der Unfreiheit' (*yogakhema*). Dieser Enthusiasmus ist eine heilsame Qualität und ein Attribut von jemandem, der/die den Dhamma praktiziert, um Nibbana zu erreichen.

Wenn jedoch die eigene Sehnsucht nach Nibbana mit der Idee vermengt ist, dass Nibbana ein begehrenswerter Zustand oder Ort sei, in dem man sich niederlassen kann, dann enthält diese Denkweise den versteckten Glauben, dass Nibbana Vergnügen oder gar ewiges Leben liefern wird, oder dass es schließlich zu einer Zerstörung und dem Ende des Selbst führen wird. In diesem Fall ist die Freude und der Wunsch nach Nibbana eine Form der Begierde, welche die Verwirklichung von Nibbana behindert.

Das gleiche Prinzip gilt auch für den Wunsch, ein Arahant werden zu wollen.

Hier können wir den Unterschied zwischen *chanda* und Begierde sehen: *Chanda* ist direkt mit Handeln verknüpft; es ist eine Bereitschaft und ein Enthusiasmus zu handeln und ein Objekt auszusuchen, das als förderlich und wünschenswert erkannt wird.

*Chanda* ist ein Teil oder ein Stadium des Handelns: Es ist der Startpunkt für Handlung, der Beginn jeglichen heilsamen Engagements. Begierde ist der Wunsch nach etwas, das als getrennt und fremdartig zu sich selbst empfunden wird. Begierde hat nur ein undeutliches Verständnis von den Dingen; sie hofft einfach nur, von einem Objekt zu profitieren und sucht nach Wegen es zu bekommen oder zu konsumieren.

## **J. Abwendung von der Begierde**

Im Hinblick auf die Dhamma-Praxis können wir wie folgt zusammenfassen:

\* Es ist der normale Stand der Dinge, dass unerwachte Wesen von Begierde beherrscht werden, und dass diese Begierde entstehen wird, wann immer eine Person ihr achtlos eine Gelegenheit einräumt.

\* Immer wenn Begierde entsteht, führt sie zu Problemen oder Leid und sollte daher eliminiert oder aufgegeben werden.

\* Weil Begierde allzeit bereit ist, sich zu offenbaren und Chaos zu verursachen, ist es für unerwachte Menschen unmöglich, sie vollständig zu vermeiden.

Es gibt zwei Wege, mit dieser Situation umzugehen: Die erste ist, wenn es notwendig erscheint, den Vorteil aus der Begierde zu ziehen oder die Begierde konstruktiv zu nutzen. Der zweite Weg stammt von dem Verständnis, dass heilsames Verlangen (*chanda*) die Verwirklichung und den Erwerb von Dingen unterstützt, die wirklich förderlich sind. Daher sollte man es etablieren und anwenden so oft es möglich ist. Darüber hinaus verhindert und eliminiert heilsames Verlangen die Begierde.

Der Buddha verkündete, dass Begierde eliminiert werden sollte; auf der anderen Seite sollte heilsames Verlangen ausgeübt oder realisiert werden (*karaniya*).  
(S.V.244)

Es ist gleichermaßen akkurat zu sagen, dass sowohl Begierde als auch *chanda* aufgegeben werden sollten. Jedoch unterscheidet sich das Aufgeben dieser beiden Faktoren voneinander: Der Buddha erklärte, dass Begierde direkt am Punkt ihres Entstehens aufgegeben und eliminiert werden sollte (S.II.108-1019). *Chanda* andererseits sollte aufgegeben werden, indem man die Handlung zu Ende führt, die von heilsamem Verlangen motiviert ist. Wenn dies vollbracht ist, wird die betreffende Person nicht mehr länger *chanda* benötigen und es wird automatisch enden.

Begierde ist ein Verlangen, das man sofort ausrotten oder aufgeben sollte, und zwar ohne Ausnahme; es sollte auf keinen Fall aufrechterhalten oder konserviert werden. *Chanda* ist ein Verlangen, das man erhalten und zur Erfüllung bringen sollte, und an diesem Punkt wird es von selbst enden. Begierde endet durch Aufgeben; *chanda* endet durch Vollendung.

Das Aufgeben von *chanda* durch Vollendung wird bezeichnet mit '*chanda* durch *chanda* aufgeben': Indem heilsames Verlangen angewendet wird, um sein eigenes Ende herbeizuführen. Dieser Prozess wird in der folgenden Passage im Pali Kanon beschrieben, in einer Diskussion zwischen einem Brahmanen und dem ehrwürdigen Ananda:

*Brahmane: Für welchen Zweck, Meister Ananda, wird der heilige Wandel unter dem Asketen Gotama gelebt?*

*Ananda: Um das Ablegen des Verlangens (chanda) willen.*

*Brahmane: Gibt es einen Pfad, gibt es einen Praxisweg, um dieses Verlangen abzulegen?*

*Ananda: Es gibt einen Pfad, Brahmane.*

*Brahmane: Was ist der Pfad, was ist der Weg, um dieses Verlangen abzulegen?*

*Ananda: Ein Bhikkhu entwickelt die Basis für spirituelle Kraft, die aus der Konzentration des Verlangens und der mentalen Formung des Strebens besteht. Er entwickelt die Basis für spirituelle Kraft, bestehend aus der*

*Konzentration des Bemühens ... der Konzentration des Geistes ... der Konzentration des Erwägens ... und die mentale Formung des Strebens. Dies ist der Pfad, dies ist der Weg zum Ablegen dieses Verlangens.*

*Brahmane: Von daher existiert aber das vorab existierende Verlangen immer noch; es hat nicht aufgehört zu existieren. Es ist unmöglich, dass man Verlangen mit den Mitteln des Verlangens selbst ablegen kann.*

*Ananda: Nun denn, Brahmane, dann werde ich dir in dieser Angelegenheit mit einer Frage erwidern. Antworte wie du es für richtig hältst. Was denkst du, Brahmane, hast du vorhin das Verlangen gehabt, ins Kloster gehen zu wollen? Und nachdem du im Kloster angekommen warst, ist das entsprechende Verlangen abgeklungen?*

*Brahmane: Ja, Herr.*

*Ananda: Hast du zuvor Energie mobilisiert (viriyā) ... fokussiertes Nachdenken angewendet (citta) ... Weisheit benutzt, um die Frage zu untersuchen (vimamsā), ob du ins Kloster gehen sollst? Und nachdem du ins Kloster gekommen warst, ist die dementsprechende Energie ... fokussierte Reflexion ... Untersuchung verebbt?*

*Brahmane: Ja, Herr.*

*Ananda: Es ist genau dasselbe mit einem Bhikkhu, der ein Arahat ist und dessen mentale Befleckungen zerstört sind ... Vorher hatte er das Verlangen für das Erreichen des Arahat-Levels, und als er dieses Level erreicht hatte, ist das dementsprechende Verlangen verebbt. Vorher hatte er Energie erzeugt ... fokussierte Reflexion angewendet ... Weisheit benutzt, um zu recherchieren, und als er das Arahat-Level erreicht hatte, sind die dementsprechenden Energie ... Reflexion ... und Erforschung abgeklungen.*

## **K. Aufgeben des Verlangens durch das Verlangen**

Obwohl die vorrangige Belehrung des Buddha darin besteht, Begierde in dem Moment aufzugeben, in der sie entsteht, bestätigte er die Schwächen, Gewohnheitstendenzen und den Mangel an Bereitschaft bei unerwachten Personen. Aus diesem Grund richtete er Praxiswege ein, in welchen eine Person sich Begierde zunutze machen kann, um positive Resultate zu erzeugen.

Wie es im Pali Kanon dokumentiert ist, behauptete der Buddha, dass es möglich sei, Begierde auf diese Weise sogar zum größtmöglichen Gewinn zu nutzen: Um Nibbana zu realisieren. Dieses sekundäre Prinzip, indem man auf Begierde baut um Begierde auszumerzen, wird in der folgenden Belehrung deutlich, welche der ehrwürdige Ananda einer Bhikkhuni gab, die sich in ihn verliebt hatte:

*Schwester, als ich sagte: 'Dieser Körper ist durch Begierde ins Dasein gekommen; man sollte auf Begierde bauen, um Begierde aufzugeben', in Bezug auf was wurde dies gesagt? In diesem Fall hört ein Mönch, wie gesagt wird: 'Sie sagen, dass ein Mönch Soundso in diesem Leben durch die Zerstörung der Befleckungen in die makellose Geistesbefreiung - die Befreiung durch Weisheit - eingetreten ist und darin verweilt, indem er sie selbst durch direkte Einsicht verwirklicht hat.' Dann denkt er: 'Oh, wann werde ich ebenfalls diese makellose Befreiung des Geistes verwirklichen, die Befreiung durch Weisheit?' Und dann gibt er später bei Gelegenheit, basierend auf jener Begierde, Begierde ganz auf. (A.II.145-6)*

Das Verlangen des Mönchs in dieser Geschichte, der von der

Verwirklichung zum Arahat eines anderen Mönchs gehört hatte und jetzt selbst ein Arahat werden will, ist ganz klar eine Form der Begierde: Er sieht den Status eines Arahat als etwas Äußerliches von ihm selbst an und hat den Wunsch (mit dem Eindruck eines Selbst), diesen Zustand zu besitzen oder darin zu verweilen.

Der Gebrauch von Verlangen ist hier ein geschicktes Mittel. Eine Methode, sein Ziel zu erreichen und ein Anreiz, Handlungen zu vollführen, die notwendig sind, um dieses Ziel zu erreichen. Menschen, die diese Form des Anreizes praktisch umsetzen, sollten ein Verständnis des Prozesses entwickeln, sodass sie stufenweise eine Begeisterung und Inspiration für das Gute empfinden, welches das direkte Resultat ihrer Handlungen ist. Auf diese Weise werden sie *chanda* erzeugen und von sich aus auf diese Motivation des heilsamen Verlangens umschalten. Diese Umstellung durchzuführen ist eine Form des spirituellen Trainings. Wenn jedoch der Übergang von Begierde zu heilsamem Verlangen nicht erfolgreich ist, wird die Übung als Fehlschlag betrachtet.

Der Anreiz ist oft nicht das direkte Resultat der Handlung. Nachdem zum Beispiel Nanda, der Halbbruder der Buddha, als Mönch aufgenommen war, begann er über seine frühere Geliebte nachzudenken und verlor seine Inspiration für den heiligen Wandel. Der Buddha wusste, was er dachte, und führte ihn in einen der Himmelsbereiche, um dort die himmlischen Nymphen zu bewundern. Die Folge davon war, dass der ehrwürdige Nanda seine frühere Geliebte völlig vergaß und es ihn stattdessen nach den Nymphen verlangte. Der Buddha garantierte Nanda, wenn er sich weiterhin im heiligen Wandel bemühen würde, dass er dann die Gesellschaft himmlischer Nymphen genießen könne. Als Nanda begann, sich dann wieder dem heiligen Wandel zuzuwenden, erkannte er dessen wahren Zweck und schritt auf dem spirituellen Pfad voran, bis er schließlich den Arahat Status erreichte.

Der Buddha benutzte selten diese Methode des Versprechens einer Belohnung; er benutzte sie umsichtig, nur wenn er feststellte, dass sie am besten für die Umstände geeignet war.

Alltagsbeispiele dieser Methode schließen das Versprechen einer Belohnung mit ein, wenn das Kind das Haus reinigt oder das Versprechen eines Geschenks, wenn das Kind das Buch zu Ende gelesen hat.

Diese Methode ist ein nützliches Werkzeug im Bildungswesen. Die Person, die diese Methode anwendet, muss das verantwortlich tun, indem sie sorgfältig erwägt, wie sie das Kind zum Stadium des heilsamen Enthusiasmus führen kann. Die Person sollte zumindest die Hoffnung haben, indem sie das Kind zum Reinigen oder Lesen verlockt, dass er oder sie allmählich die vorteilhaften Resultate dieses Handelns sehen kann und eine Liebe für Sauberkeit oder Wissen entwickelt.

Diejenigen, die diese Methode anwenden, sollten sorgfältige und gründliche Vorbereitungen treffen und zuversichtlich bezüglich des Erfolgs sein; sie sollten während des gesamten Prozesses Hilfestellung leisten, bis ein heilsamer Enthusiasmus generiert worden ist.

Die Beziehung zwischen Begierde und *chanda* ist komplex. Man nehme zum Beispiel einen Studenten, der sich Medizin als Studienfach ausgesucht hat, weil er glaubt, dass Arzt zu sein sehr lukrativ ist und er schnell reich werden kann. Wenn er hauptsächlich durch die Gier nach materiellem Komfort (*kama-tanha*) angetrieben ist, wird er vielleicht nur so viel studieren, um die erforderlichen Bedingungen zu erfüllen und um sein medizinisches Abschlusszeugnis zu erhalten. Oder er ist vielleicht nicht in der Lage, die

Mühsal des Studiums auszuhalten und hört mitten drin auf, weil er eben nicht wirklich an dem Fach interessiert ist.

Wenn er jedoch ein respektierter und erfolgreicher Arzt werden will, wird er sich klar machen, dass ein Arzt umfangreiches Wissen und Erfahrung haben sollte. Die Begierde, etwas zu werden (*bhava-tanha*), versetzt ihn in die Verfassung, auf entschlossene Weise zu studieren. Die Qualitäten ein guter Arzt zu sein, bedingt durch die Begierde etwas werden zu wollen (i.e. berühmt und respektiert zu sein), sind mit dem Ideal verbunden, ein guter Arzt zu sein, ein Zustand an dem *chanda* seine Freude hat. *Chanda* mag auch später entstehen und ihm dabei helfen, ernsthaft zu studieren und Fachkenntnisse im Feld der Medizin zu suchen. Als Alternative dazu ist er vielleicht zutiefst inspiriert durch den Berufsstand des Doktors, während er versucht die Bedingungen zu erfüllen, die ihm die Begierde gesetzt hat.

Am Ende mag er vielleicht eine echte Liebe für das Medizinstudium entwickeln, ein medizinisches Diplom erhalten und Kompetenz gewinnen, aber sich dennoch ein Position aussuchen, welche das höchste Einkommen und die größte Prominenz bietet.

Eine andere Studentin sieht vielleicht ihre vielen Mitmenschen, die an verschiedenen Krankheiten leiden, und wie ihr Lebensstil oder ihre physische Umgebung im Widerspruch zu guter Gesundheit stehen. Sie wünscht sich ein Wissen, um diese Probleme zu lösen und diesen Menschen zu helfen. Sie hat den Wunsch, dass alle Menschen gesund, kräftig und glücklich sein sollen, und sie möchte, dass ihre Gesellschaft friedvoll und sicher ist. Sie wählt sich ein Medizinstudium mit diesem Gedanken aus und ist enthusiastisch und entschlossen, um Wissen zu erhalten, mit dem sie im Einklang mit ihren Absichten helfen kann. Hier wird heilsames Verlangen (*chanda*) durch Mitgefühl (*karuna*) ausgedrückt.

Wenn sie diesen Enthusiasmus durchgehend aufrecht erhält, wird sie nach ihren Studien ein Position wählen, welche die beste Möglichkeit anbietet, die Gesundheit der Menschen zu verbessern und sie von Krankheit zu befreien, ohne viele Gedanken an Berühmtheit oder Geld zu verschwenden.

## **7. Fazit**

### **A. Vergrössern des inneren Strahlens durch das Erwecken heilsamen Verlangens**

Für unerwachte Personen ist es völlig normal zu begehren, und daher ist es unrealistisch, von ihnen zu erwarten, dass ihr Handeln nicht bis zu einem gewissen Grad von Begehren beeinflusst wird.

Die wichtige Überlegung hier ist, dass Begierde destruktiv und die Quelle von allem Leid ist, sowohl für das Individuum als auch für die Gesellschaft. Daher sollte man nach einer Lösung suchen, um den Schaden der Begierde zu unterbinden. Die vorrangige Lösung besteht darin, durch das Beenden der Ignoranz Begierde vollkommen aufzugeben und zu verhindern, dass sie entsteht, was durch Weisheit erreicht werden kann.

Aber für unerwachte Menschen, die inmitten vielfältiger Versuchungen und Beunruhigungen leben, und deren Ignoranz, Begehren und Anhaftung konstant darauf warten, auf diese Verlockungen einzugehen – egal wie vorsichtig sie sind und wie sehr sie beabsichtigen, Weisheit anzuwenden – ist es nicht möglich zu verhindern, dass Begierde in der einen oder anderen Phase

eine Rolle spielt, sei es im Kleinformat oder mit Macht, entweder im Verborgenen oder ganz offensichtlich.

Die praktischste Lösung für dieses Problem ist heilsames Verlangen zu etablieren, sodass es das eigene Handeln im größtmöglichen Ausmaß steuern kann.

Menschen haben gut entwickelte Gehirne. Sie sind nicht wie andere Tiere an blinde, instinkthafte Prozesse der Ignoranz und Begierde gebunden. Menschen haben die Gelegenheit, durch den Wunsch und der Liebe nach dem Guten der Ignoranz und Begierde gegenzusteuern oder sie zurückzuhalten. Wenn sie diese Zurückhaltung nicht praktizieren, sind Menschen dazu in der Lage, die schrecklichsten Gräueltaten zu begehen, einfach nur um Sinnesvergnügen zu erfahren, von unliebsamen Dingen wegzukommen, oder ihr Selbstgefühl zu schützen und zu bestärken.

Selbst wenn die Leute den Wert heilsamen Verlangens schätzen, wenn die Begierde zu stark ist, sind viele von ihnen nicht fähig, kontinuierlich auf eine positive Art zu handeln, wie es ihr eigenes Gefühl für das Gute oder der moralische Kodex der Gesellschaft vorgibt. Stattdessen suchen sie nach einem leichten Ausweg, um die Wünsche der Begierde zu befriedigen.

Unerwachte Menschen werden im allgemeinen mit der Wahl zwischen einem Leben konfrontiert, das von Begierde beherrscht ist – der Begierde zu gestatten, die dominierende Kraft für die Steuerung ihres Verhaltens zu sein – und einem Leben, in welchem heilsames Verlangen hervorgehoben wird, in dem sich die Person schrittweise von der Macht der Ignoranz, Begierde und der Anhaftung entfernt.

Wenn möglich, sollte man reines, unverfälschtes Verlangen aufrecht erhalten, aber wenn das nicht möglich ist, dann sollte man die Hilfe des Verlangens einberufen, aber auf eine Art, die heilsames Verlangen unterstützt und wiederum eine Bedingung für heilsames Verlangen ist.

Wenn eine Person in der Lage ist, heilsames Verlangen als Motivation und steuernde Kraft für das Verhalten einzurichten, wird Begierde automatisch zurückgehalten und gebändigt werden.

Dies ist genau die Methode, die vom Buddha-Dhamma befürwortet wird, um Begierde zu kontrollieren und aufzugeben. Die Lehren befürworten nicht den Versuch, mit Begierde auf eine ahnungslose und einfältige Weise umzugehen, ohne die beteiligten Faktoren zu verstehen, was nur die Ignoranz vergrößert und zu mehr Schaden als Gutem führt.

## **B. Heilsames Verlangen muss von Weisheit begleitet sein**

Bezüglich des Themas der Motivation gibt es drei wichtige Punkte zu überprüfen. Nehmen wir das folgende Beispiel:

1. Zwei Jungen mit Namen Begierde und Chanda haben die Gelegenheit, sich etwas auf einem Radio anzuhören, einem Gerät, das ihnen vorher noch nie begegnet ist. Begierde erfreut sich an diesen herrlichen und eigenartigen Tönen. Er glaubt, dass es viel Spaß machen würde, ein Radio zu besitzen und er weiß, ein Radio zu besitzen ist sehr cool. Wenn er eins bekommen kann, wird er bei seinen Freunden sehr beliebt sein. Er wird unglaublich stolz auf sich sein und vor Anderen eine ziemliche Show abziehen. Als er nach Hause zurück kommt, bedrängt er seine Eltern, ihm ein Radio zu kaufen. Er spielt sogar mit dem Gedanken, dass, wenn sich seine Eltern weigern ihm ein Radio zu kaufen, er in einem Laden herumschleichen und auf eine Gelegenheit warten wird, eins zu stehlen.

Radio diese kann man passt Techniker, um Radios so basteln wird.  
Was Chanda betrifft, so ist er verblüfft, als er die Töne aus dem kommen hört. Er fragt sich: 'Wie kommt es, dass diese Maschine Geräusche macht? Wie wird so eine Maschine hergestellt? Für was ein Radio benutzen?' Er wünscht sich Antworten auf diese Fragen, daher gut auf und zieht Erkundigungen ein. Er geht zu einem Techniker, um mehr Wissen zu erlangen. Er ist von den Leistungen eines Radios so beeindruckt, dass er vielleicht sogar selbst eins von Grund auf basteln wird.

Beachte, wie die unterschiedlichen Denkweisen der beiden Jungen ihr Verhalten beeinflussen wird, und wie ihr Benehmen ihre Freunde, ihre Familie und die Gesellschaft beeinflussen wird.

Die anfänglichen Reaktionen und mentalen Prozesse dieser zwei Jungen sind ähnlich: Die Sinnesgrundlage (Ohr) + die Sinneseindrücke (ein Ton) > hören (Hörbewusstsein - *sota-vinnyana*) - das Erkennen des Tons (Kontakt - *phassa*) > Empfindung (*vedana*; das Gefühl von Vergnügen); aber auf das Gefühl folgend weichen die mentalen Prozesse für diese zwei Individuen deutlich voneinander ab.

Als Begierde die angenehme Empfindung beim Radio hören erfährt, baut er eine Vernarrtheit auf und wünscht sich noch mehr von diesem Vergnügen. Basierend auf diesem Wunsch werden seine Gedanken zusammenhanglos; er wendet kein weises Reflektieren an, indem er die Wahrheit berücksichtigt und die Fakten bezüglich des Radios analysiert. Seine Gedanken hinsichtlich Sinnesvergnügen und Selbsterhöhung werden von Begierde eingenommen. Diese Gedanken nähren Ignoranz und intensivieren Begierde. Sein gesamtes Verhalten ist von Begierde beherrscht.

Chanda andererseits gestattet nicht, dass sich der Prozess vom Gefühl zur Begierde ausweitet. Stattdessen wendet er weises Reflektieren an, um Begierde zu blockieren und zu beenden. Die weise, rationale Reflexion untersucht gründlich die angetroffenen Objekte und stellt Fragen wie: 'Was ist dies? Wie hat sich dies entwickelt? Wovon ist dies abhängig? Was sind dessen Vor- und Nachteile?' Diese Denkweise führt zu einem Verständnis des wahren Wertes eines Objekts, zu heilsamem Enthusiasmus, zu aktivem Engagement mit dem Objekt und zu tieferem Lernen.

2. Obwohl *chanda* eine heilsame, reine Eigenschaft ist und im Leben eines Menschen förderlich ist, beruhen dessen Vorteile auf dem Grad an Verständnis bezüglich der Wahrheit und dem Wert der Dinge, mit denen eine Person interagiert. Das ist so, weil *chanda* auf eine logisch aufgebaute Analyse vertraut (*yoniso manasikara*), welche das Anfangsstadium der Weisheit darstellt.

Wenn das Verständnis einer Person unzureichend tief oder klar ist, kann *chanda* zu Fehleinschätzungen führen. Damit *chanda* ein wahrhaft verlässliches Instrument sein kann, um eine Person zum höchsten Ziel zu führen, ist daher die Entwicklung von Weisheit - oder eine Schulung, die auf das Entfalten von Weisheit abzielt - ein unverzichtbares Prinzip im Buddhismus.

Eine Person sollte beginnen, indem sie durchdachte Analysen entwickelt, um darin bewandert zu sein, über die Wahrheit zu reflektieren und Kausalität zu untersuchen und solche Fragen zu stellen wie: 'Was ist die Wahrheit? Was ist wirklich förderlich für mein Leben? Was ist es wert als Lebensziel zu dienen?' Man sollte dann Tugenden entwickeln, indem man

den Wunsch und eine Liebe für die Wahrheit generiert, eine Liebe für das Gute, und einen Wunsch für eine verbesserte Lebensqualität. Indem man diese Tugenden vermehrt, erreicht man das höchste Stadium der Weisheit, was zu vollständiger Erlösung und Befreiung des Geistes führt.

3. Wenn *chanda* Begierde bedingt, dann ist das Resultat meist abträglich, sogar für eine Person mit guten Absichten. Obwohl gute Menschen vielleicht nicht arrogant oder anmaßend werden, wenn sie sich am Guten festhalten - oder sich damit identifizieren - das sie mit ihrem heilsamen Verlangen kreierte haben, so können subtile Anhaftungen trotzdem eine beträchtliche Menge an Leid verursachen. Zum Beispiel könnte eine Person die folgenden Gedanken haben: 'Warum ist mein Haus, mein Kloster, meine Schule nicht so sauber und gut organisiert wie ihre? Ich habe mein Möglichstes getan, um diesen Schüler zu unterrichten, und nach jedem nur möglichen Weg gesucht, um Hilfe und Ratschlag anzubieten; warum verbessert er sich nicht? Ich habe alles getan, um diesen Menschen zu helfen, selbstständiger zu werden; warum strengen sie sich nicht an und machen so schnell Fortschritte wie ich es mir wünsche?' Und wenn die Ursachen und Bedingungen jenseits der Macht von guten Menschen stehen diese zu korrigieren, kann das ihr Leiden und das Gefühl der Belastung erhöhen.

Diese Form des Leidens gilt speziell für tugendhafte Menschen; eine niederträchtige, unmoralische Person ist von solchen Umständen nicht beunruhigt. Es sei angemessen zu sagen, dass tugendhafte Menschen eine einzigartige Form des Leids erfahren. Leiden bietet dann dem Rad mentaler Befleckung eine weitere Gelegenheit, noch mal eine Runde zu drehen, indem es Geisteszustände wie Konfusion, Depression, Selbstmitleid, Entrüstung, Ruhelosigkeit und Hitzköpfigkeit generiert.

Daher reicht es nicht aus, eine gute Person zu sein; eine gute Person benötigt Hilfe, um von Leiden frei zu sein, um keine versteckten Laster zu haben und um nicht zu unmoralischem Handeln zurückzukehren. Der Faktor, der diese Freiheit bereitstellt und verhindert, dass Begierde zurückkommt, ist Weisheit, die zur höchsten Befreiung des Geistes führt. Ein Mensch, der sich diesen Zustand der Befreiung wünscht, sollte heilsames Verlangen als Wegbereiter anwenden.

### **C. Vollkommenes heilsames Verlangen**

Das vorangestellte Material sollte helfen, einige verbreitete Zweifel zu vertreiben, inklusive: Werden Arahats - die Begierde vollständig aufgehoben haben und sich daher darauf nicht als Quelle für ihre Motivation berufen - infolgedessen indifferent, lethargisch und geistlos? Sind Arahats trotz ihrer Weisheit in der Lage, ohne den Wunsch nach Begehren zu handeln?

Wie zuvor erwähnt ist Begierde nicht der einzige Motivationsfaktor hinter dem Verhalten der Menschen. Darüber hinaus ist Begierde nicht nur eine Motivation zum Handeln; sie ist auch eine Motivation für Nicht-Handeln und für Faulheit. Egal ob Begierde Handeln oder Nicht-Handeln anstößt, sie ist von Gemütsregung begleitet und nicht verlässlich. Aus diesem Grund sollten die Menschen eine wahrhaft heilsame und abgesicherte Form des Verlangens entwickeln.

Wenn Menschen sich in so einem Entwicklungsprozess engagieren, wird die Rolle der Begierde verringert und Ignoranz und Täuschung vermindert sich. Die Weisheit bereitet den Weg für eine kluge Anwendung von heilsamem

Verlangen vor, was für das eigene Leben segensreich ist und für alle diejenigen, mit denen man in Kontakt gerät.

Schlussendlich, wenn diese Entwicklung vollständig ist und Verblendung mit der Verwirklichung des Arahats-Level vollkommener vertrieben ist, braucht man nicht länger auf Begierde als Motivation zu vertrauen. Die Weisheit geht dem heilsamen Verlangen (*chanda*) dabei zur Hand, alle Aktivitäten zu führen, mit dem klaren Verständnis, dass die eigenen Handlungen wirklich förderlich sind.

An diesem Stadium lenkt das heilsame Verlangen die eigenen Aktivitäten anhand der Supervision durch die Weisheit. Für Arahats bleiben keine unerledigten Geschäfte mehr übrig, denn sie sind vollständig erfüllt und vollendet. Ihre Gedanken fokussieren sich ausschließlich darauf, wie sie das Lebensglück der Anderen vergrößern können. Dies entspricht dem Leitsatz der Arahats: *bahujanasukhaya lokanukampaya* – zum Wohle der Allgemeinheit zu handeln, zur mitfühlenden Unterstützung der Welt.

In dieser Hinsicht war der Buddha der Chef. Neben seiner Führungsrolle für diejenigen Menschen, die noch mit der spirituellen Entwicklung beschäftigt sind, leitete er ebenfalls erwachte Wesen dazu an, gute Taten für die Allgemeinheit zu vollführen. Diesbezüglich war der Buddha unermüdlich, denn er war ein wahrer 'Meister' (*issara-jana*), ein wahrhaft 'Befreiter' (*seri-jana*). Unbehindert durch jegliche innere Begierde war er mit heilsamem Verlangen erfüllt und konnte bis zum Äußersten seiner Fähigkeiten handeln.

Dieses perfekte heilsame Verlangen ist eines der Attribute des Buddha. Sie ist eine der achtzehn Eigenschaften des Buddha (*buddha-dhamma*), auf die mit dem Satz hingewiesen wird: 'Der Buddha ist mit unablässigem, heilsamem Verlangen ausgestattet.'

Motiviert von diesem unablässigen, heilsamen Verlangen, handelte der Buddha auf der Basis seiner großen Güte und seines Mitgefühls, um Wesen von mentaler Verunreinigung, Leid und Bedrängnis zu befreien und sie zu innerem Frieden zu führen.

#### **D. Großartige Wesen werden von Weisheit und Mitgefühl geleitet**

Weisheit entsteht nicht in Isolation; stattdessen hilft sie, auch andere Tugenden hervorzubringen.

Wenn Menschen unter die Macht der Ignoranz fallen und die Sinne betören anstatt auf ihr Verständnis zu vertrauen, erlauben sie der Begierde ihr Handeln zu bestimmen. Aber wenn Weisheit kultiviert worden ist, wächst heilsames Verlangen (*chanda*) an Festigkeit und hat die Gelegenheit, die Angelegenheiten der Menschen zu leiten, ohne von Begierde und Verblendung überwältigt zu sein. Durch Weisheit unterstützt, erledigt das heilsame Verlangen die Arbeit. Darüber hinaus mobilisiert das heilsame Verlangen andere spirituelle Qualitäten, um dabei zu helfen, Integrität und Erfüllung zu erzeugen. Insbesondere mobilisiert sie Mitgefühl, die eine zentrale Rolle in der Interaktion mit anderen Menschen spielt.

Wenn man ein tieferes Verständnis der Wahrheit und des wahren Wertes der Dinge erlangt und man erlaubt nicht der Begierde dazwischenzufahren und die Kontrolle zu übernehmen, dann wird ausnahmslos ein heilsamer Enthusiasmus entstehen. Man wird vom Guten inspiriert sein und auch eine Sehnsucht danach entwickeln. Man wird den Wunsch haben, dass Dinge in einem Zustand des Wohlstands und der Vortrefflichkeit erhalten bleiben. Wenn man einem Mangel an solcher Vortrefflichkeit und solchem Wohlstand

begegnet, dann wird heilsames Verlangen handeln, um dies zur Erfüllung zu bringen.

Dies ist generell der Fall. Wenn man jedoch mit anderen fühlenden Wesen in Beziehung tritt, manifestiert sich heilsames Verlangen (*chanda*) als Geisteszustand, den man als liebende Güte (*metta*) bezeichnet: der Wunsch für das Glück und das Wohlbefinden von anderen Wesen; der Wunsch, dass sie Wohlstand erreichen und sich sicher und frei von allen Formen der Unterdrückung fühlen mögen.

Das heilsame Verlangen (*chanda*) für andere Wesen, in einem Zustand des Wohlbefindens und der Integrität zu verweilen, wird nicht allein nur durch liebende Güte ausgedrückt. Stattdessen wird ihr Ausdruck durch die spezifischen Umstände bedingt, in denen sich Andere wiederfinden.

Liebende Güte und Freundlichkeit manifestieren sich unter gewöhnlichen Umständen. Wenn jedoch diese Umstände variieren, wird heilsames Verlangen anders ausgedrückt und auch anders bezeichnet.

Wenn der gewöhnliche Stand der Dinge, der von liebender Güte begleitet ist, als erster Faktor bezeichnet wird, dann gilt der zweite Satz an Umständen dafür, wenn Lebewesen harte Zeiten erleben und notleidend sind, z.B. in Zeiten von Krankheit oder Armut. Unter diesen Umständen wird heilsames Verlangen über Mitgefühl (*karuna*) ausgedrückt: Empathie zu empfinden und den Wunsch zu haben, Anderen dabei zu helfen, Leiden loszulassen.

Der dritte Faktor gilt für Zeiten, wenn Menschen über gewöhnliche Umstände hinauswachsen: sie beenden ihre Studien; sie finden Arbeit; sie werden von einer Krankheit geheilt; sie hören auf, Alkohol zu trinken; oder sie beginnen ein neues Leben und praktizieren Ethik. Damit ist heilsames Verlangen zufrieden. Man erfährt anteilnehmende Freude (*mudita*); man teilt die Freude der Anderen und erfreut sich daran; man hat den Wunsch, sie zu unterstützen, sodass sie auch weiterhin voran kommen und Fortschritte machen.

Der vierte Faktor ist speziell. Wenn andere Menschen einen Sinn für Eigenverantwortlichkeit entwickeln, oder es angemessen ist, dass sie eine solche Verantwortung haben, dann sollten wir nicht intervenieren. Dieser Faktor gilt zum Beispiel im Justiz- und Bildungswesen. Nehmen wir das Beispiel von Eltern, die wollen, dass ihr Kleinkind laufen lernt. Sie sollten in gelöster Manier genau zuschauen, wie das Kind allein übt. Sie stehen bereit, wenn das Kind hinfällt, aber sie tragen es nicht die ganze Zeit herum aus Angst, dass es hinfallen könnte. Dieses Zurückhalten der Einmischung wird als Gleichmut (*upekkha*) bezeichnet.

Man mag sich vielleicht fragen, auf welche Weise Gleichmut mit heilsamem Verlangen und Wohlwollen verbunden ist. Tatsächlich ist dies die ultimative Form des Wohlwollens, die auf echter Weisheit basiert. Man wünscht Anderen, dass sie erfolgreich und integer sein mögen. Man wünscht ihnen, dass sie in Sicherheit und Korrektheit leben. Man wünscht ihnen, dass sie in Rechtschaffenheit verankert sind.

Diese sind die spirituellen Schlüsselqualitäten, die dem Windschatten des heilsamen Verlangens (*chanda*) folgen. Jeder kann diese Qualitäten entfalten, aber sie sind außergewöhnlich im Geist der Arahats, die vollständig von Leid befreit sind. Wenn sie miterleben, wie unerwachte Menschen vom Leiden gequält werden, dann ist ihre Reaktion darauf in erster Linie das Mitgefühl (*karuna*).

Das Problem für unerwachte Personen ist, dass sie in diesen oben genannten Situationen dazu tendieren, von Ignoranz und Gier gesteuert zu

sein. Sie suchen entweder nach irgendeiner Form des Vergnügens oder sie machen sich Sorgen um ein bereits lang gehegtes Selbstempfinden – ein 'Selbst', das Schutz und Verhätschelung braucht – und folglich kann eine unverfälschte, weit offene Weisheit begleitet von Mitgefühl nicht entstehen.

Es gibt allerdings Zeiten, wenn der Geist unerwachter Menschen klar und offen ist, und sie zudem weises Reflektieren anwenden. Sie reflektieren in Übereinstimmung mit der Kausalität und der Wahrheit und schneiden Ignoranz und Gier von der Möglichkeit ab zu intervenieren. Weisheit bereitet hier den Weg für Mitgefühl.

Ein Arahant hat mit Ignoranz und Gier abgeschlossen und sucht weder rastlos nach Vergnügen noch macht er sich Sorgen über die Stabilität eines Selbst oder bezüglich seiner Selbstgefälligkeit. Reine, unverfälschte Weisheit ist permanent parat, dass heilsames Verlangen Mitgefühl ausdrücken kann, wann immer ein Arahant auf einen Mitmenschen trifft, der leidet.

Das Ende von Ignoranz, Begierde und Festhalten versetzt einen Arahant in die Lage, mit Lauterkeit zu agieren: Tadellos zu handeln und ohne solche hemmenden Befleckungen wie Angst oder Faulheit. Die Motivationskraft hinter den Handlungen eines Arahants besteht aus zwei Faktoren: Weisheit und Mitgefühl.

Mit Weisheit als Licht auf dem Weg und Mitgefühl als agierende Kraft, die sie vorwärts treibt, agieren die vollkommen Geläuterten – der Buddha und die Arahants – unerschütterlich und ernsthaft für das Wohlergehen und die Zufriedenheit der Menschen. Ihre großartigen Werke (die Taten des Buddha – *buddha-kicca*, und die Lehraktivitäten – *sasana-kicca*) resultierten im Buddha-Dhamma und der buddhistischen Religion, die bis auf den heutigen Tag besteht.

## **E. Zusammenfassung von Begierde und heilsamem Verlangen**

Tabellarische Übersicht ausgelassen.

## **F. Verlangen entfalten**

Manche Leute haben gern eine ordentliche Umgebung, um damit etwas herzuzeigen, während Andere diese um ihrer selbst willen mögen. Die erstere Neigung stammt von Begierde: Eine tadellose Umgebung ist schlicht nur eine Vorbedingung, um den Eindruck von Schönheit zu erhalten; die eigenen Handlungen können daher übertrieben kosmetisch oder exzessiv werden und zu allen möglichen Problemen führen. Die letztere Neigung hingegen entstammt dem heilsamen Verlangen.

Menschen, die unter dem Einfluss von Begierde handeln, sind daran interessiert, andere Menschen zu besiegen, während Menschen unter dem Einfluss von heilsamem Verlangen den Wunsch haben, über ihre Arbeit zu triumphieren. Diejenigen mit Begierde betreiben am Anfang riesigen, nach Aufmerksamkeit heischenden Aufwand, aber wenn die Aufgeregtheit nachlässt werden sie schnell entmutigt und demoralisiert. Diejenigen mit *chanda* agieren ernsthaft und auf eine ausdauernde Weise bis die Arbeit getan ist. Eine Person mit viel Begehren möchte einfach nur Spaß haben. (Unter solchen Umständen können komplizierte Faktoren involviert sein; man könnte zum Beispiel unter dem Vorwand handeln, Weisheit zu entwickeln.) Eine Person mit großem heilsamen Enthusiasmus ist fähig, voraus zu denken und für längerfristigen Nutzen zu handeln. (Auch hier kann es komplizierte Faktoren geben; wenn

Begierde beginnt, den Prozess zu beeinflussen, könnte man damit beginnen, große Pläne für die Zukunft zu schmieden.) Begierde ist an Trägheit gebunden; *chanda* hat keine Angst vor Schwierigkeiten.

Menschen, die die Wahrheit lieben, wollen ihre eigenen Schwächen und Fehler kennenlernen; sie haben Freude daran, diese Fehler anzuerkennen, da es ihnen eine Gelegenheit einräumt, sich selbst zu verbessern. Zumindest gibt ihnen solche Reflexion die Chance, ihre eigenen Tugenden einzuschätzen. Menschen mit viel Begierde sind obsessiv bezüglich ihres eigenen Selbstbildes und befinden sich daher konstant mit den Dingen in Konflikt und sind sehr beschäftigt mit dem Schutz ihres Selbstbildes. Sie erlangen keinen Gewinn von konstruktiver Kritik.

Begierde macht uns unachtsam bezüglich der Verhaltensmethoden; man versucht seine Ziele zu erreichen, indem man jegliche Mittel anwendet, einschließlich der unredlichen Mittel. Eine Person jedoch, die die Wahrheit liebt, besitzt sowohl eine Intelligenz bezüglich der Verhaltensmethoden als auch ein Gewissen; die Methoden müssen mit Dhamma übereinstimmen. Eine Liebe der Wahrheit (*dhamma-chanda*) bedarf folglich eines außerordentlichen Grades an Achtsamkeit und Weisheit.

Manche Kinder versuchen ihre Spielzeuge oder Elektrogeräte zu reparieren, obwohl sie genug Geld besitzen, um sich Neue zu kaufen. Der Grund dafür mag nicht ausschließlich darin liegen, dass sie Geld sparen wollen; er mag in Wirklichkeit den heilsamen Enthusiasmus des Kindes offenbaren. Das Kind wünscht sich Dinge in einem guten, vollständigen Zustand. Zum Mindesten wünscht sich das Kind die Wahrheit, und Erwachsene sollten dieses Verhalten unterstützen.

Diejenigen Leute, die eine Sehnsucht nach der Wahrheit (*dhamma-chanda*) verspüren, sollten sich vor zwei unkorrekten oder abwegigen Verhaltensweisen hüten:

\* Man gestattet Begierde zu intervenieren: man erlaubt Begierde heilsames Verlangen zu ersetzen oder die Kontrolle zu übernehmen. Man scheitert zum Beispiel dabei, ein Problem zu lösen und zerfleischt sich dann hinterher selbst (dieses Verhalten ist relativ harmlos).

\* Man hat unzureichendes Wissen oder man sucht nicht nach Wahrheit: Jemand, der die Wahrheit liebt, muss fähig sein, die Wahrheit klar und deutlich wahrzunehmen, denn sonst könnte man Fehler begehen. Eine Liebe der Wahrheit und ein Erkenntniswissen der Wahrheit muss daher gepaart werden, sodass man seine gewünschten Ziele erreicht. Diesen zweiten Faktor betont das buddhistische Schlüsselprinzip der Weisheit, welches auf dem Pfad der spirituellen Entwicklung zentral ist.

Laut der buddhistischen Lehren besitzen die Menschen positive und negative Wünsche, wovon beide bereit sind, als Handlungsmotivation zu agieren.

Alle tugendhaften Taten und alle Handlungen, die begangen worden sind, um menschliche Probleme zu lösen – inklusive der Akt der Verwirklichung des höchsten Ziels des Buddhismus – sind von heilsamem Verlangen abhängig, bekannt als *chanda*. Auf die gleiche Weise sind alle schlechten Taten und alle Handlungen, die Leid kreieren, von Begierde angefacht, die ihre Wurzeln in Ignoranz hat.

Daher liegt es in der Verantwortung von allen Bildungs- und Trainingssystemen – allen Formen der Dhamma-Praxis – *chanda* als Antrieb für

heilsames Handeln zu fördern. Solches heilsame Handeln führt zu einem vortrefflichen Ziel, was wiederum wahren Nutzen und Erfüllung sowohl für ein Individuum als auch für die Gesellschaft bringt.

Der Geist der Menschen ist anfällig dafür, den Strömungen der Begierde zu verfallen. Wenn sie nicht in der Lage sind, *chanda* – die Wahrheitsliebe und die Liebe des Guten – als Kontrahent gegenüber der Gier zu kultivieren, dann können sie hoffentlich wenigstens einige der Übel eliminieren, die man in der heutigen Gesellschaft antrifft, und sich auf anderen heilsamen Wegen entwickeln. Die Anwendung negativer Anreize als Mittel für Zurückhaltung, indem man die Leute anweist unmoralisches Verhalten zu vermeiden oder ihnen verbietet gewisse Regeln zu überschreiten, ist unzureichend, denn es ist so gut wie unmöglich moralische Prinzipien ohne jeglichen heilsamen Enthusiasmus aufrecht zu erhalten.

*Chanda* ist eine positive Motivation und ein effektives Mittel, um Gier einzuschränken und zu bändigen. Es ist der Schlüssel um alle Probleme und Übel zu bewältigen, und es begünstigt die Entwicklung ethischer Qualitäten.

Wenn ein Kind zum Beispiel Sauberkeit und Ordnung liebt, wird es für sie äußerst schwierig sein, ihrer Gier zu folgen und Abfall achtlos auf den Boden zu werfen. Wenn sie Unordnung in einen Raum bringt, dann ist es sehr unwahrscheinlich, dass sie ihn in einem chaotischen Zustand hinterlassen wird. Und wenn ihn jemand anders schmutzig macht, dann wird sie nicht auf eine Belohnung warten, ehe sie selbst mit dem Aufräumen beginnt.

Heilsames Verlangen (*chanda*) kann potenziell bei tugendsamen, unerwachten Menschen Leid verursachen und kann sie sogar zu Gewalttätigkeit führen, wenn sie unter der Herrschaft mentaler Anhaftung stehen und über unzureichende Achtsamkeit und Weisheit verfügen. Aber heilsames Verlangen ist eine unerlässliche Handlungsmotivation und fördert die Entwicklung aller tugendhafter Eigenschaften, und sollte daher mit Einsicht und Verständnis unterstützt werden. Was die Gefahren für unerwachte Personen angeht, so gibt es Wege sie zu vermeiden und damit fertig zu werden, was später genauer erklärt werden wird.

Wenn eine Wahrheitsliebe (*dhamma-chanda*) oder eine Liebe für das Gute (*kusala-chanda*) stark ist, dann kann sie die Macht der Begierde aufhalten.

Wenn man der Begierde unterworfen ist, fühlt man sich eifersüchtig wenn man beobachtet, wie jemand anders etwas bekommt was man selbst gern hätte. Man kann sich nicht davor zurückhalten, ihnen das Leben schwer zu machen oder ihnen Schaden zuzufügen. Auf ähnliche Weise, wenn man eine Liebe für das Gute besitzt, kann man nicht untätig herumstehen und sich guter Taten enthalten, wenn man noch nicht das höchste Gute verwirklicht hat.

Wenn *chanda* stärker als Begierde ist, wird eine Studentin mit aller verfügbarer Energie studieren und bemüht sein, die Wahrheit des anstehenden Studienthemas zu erreichen, obwohl auch eine bescheidenere Menge an Studium gute Noten produzieren würde.

Ein Händler wird versuchen, Produkte von hoher Qualität herzustellen, obwohl er auch von minderwertigen Produkten profitieren kann und die Kunden täuschen könnte, die den Unterschied nicht auf Anhieb erkennen können.

Staatsbeamte und andere Arbeiter werden darauf abzielen, die bestmögliche Arbeit in ihrem eigenen Verantwortungsbereich zu verrichten, obwohl sie auch ohne große Anstrengung ein anständiges Gehalt erhalten können.

Wenn ein Angestellter oder Mitarbeiter Erfolg hat, wird ein Manager oder

Kollege seinen Erfolg unterstützen und den Gewinn für das Gemeinwohl teilen, obwohl er vielleicht Neid verspürt, was eine ganz natürliche Reaktion für eine unerwachte Person ist.

Ein Regent oder Regierungsvertreter wird sich um das Wohlergehen und das höchste Gut der Menschen kümmern und danach trachten, sie mit Wissen und Möglichkeiten zu versorgen, obwohl er weiß, dass er durch Zurückhalten dieses Wissens und dieser Möglichkeiten persönlichen Gewinn machen und ein Leben in materiellem Komfort führen würde.

Menschen, die Andere ausnützen können, halten sich davor zurück, denn sie haben größere Angst vor einem Verlust von Dhamma als vor einem Verlust von persönlichem Gewinn. Dies ist das Gegenteil zur Begierde, die es nämlich vorzieht, die Wahrheit aufzugeben anstelle von persönlichem Gewinn.

In der Tat, es ist aufgrund dieser Wahrheitsliebe, dass der Bodhisatta viele Leben darauf verwendete, verdienstvolle Handlungen zum Wohlergehen und zur Zufriedenheit aller Wesen zu begehen. Da er das Erkenntniswissen des Erwachens (*bodhinyana*) liebte, strebte er auf resolute Weise zur Wahrheit (*sacca-dhamma*). Als Prinz Siddhattha gab er seinen königlichen Besitz und alle Annehmlichkeiten auf, trotzte einem Leben voller Schwierigkeiten und kultivierte den Pfad zum Erwachen, bis er als Buddha erleuchtet wurde.

## **Anhang 1: Drei Arten von Begierde**

Manche Aspekte der drei Arten der Begierde können mit Freuds Begriffen der Libido, des Lebenstrieb und des Todestrieb gleichgesetzt werden, obwohl sie nicht genau das Gleiche sind. *Kama-tanha* kann als Begehren nach den fünf Sinnessträngen definiert werden – als Freude an der Sinnlichkeit oder als Begierde nach den sechs Sinnesobjekten. *Bhava-tanha* geht mit einer 'Anschauung der Existenz' einher (*bhava-ditthi* : i.e. Ewigkeitssicht – *sassata-ditthi*); *vibhava-tanha* wird von einer 'Vernichtungssicht' (*uccheda-ditthi*) begleitet; *kama-tanha* umfasst alle übrigen Formen der Begierde.

Laut der buddhistischen Lehre ist die Anhaftung an Sinnlichkeit tiefsitzender und grundlegender als eine Anhaftung an ein Selbst oder an die Sichtweise, als eigenständiges Selbst zu existieren. Zum Beispiel bezüglich der zehn Fesseln (*samyojana*) wird der Persönlichkeitsglaube von Stromeingetretenen aufgegeben, während Sinneslust (*kama-raga*) erst von Nichtwiederkehrern aufgegeben wird. In Bezug auf die vier Arten des Ergreifens wird die Anhaftung an der Idee eines Selbst (*attavadupadana* = *sakkaya-ditthi*) auf dem Level des Stromeintritts aufgegeben, während das Festhalten an der Sinnlichkeit (*kamupadana*) bei der Verwirklichung des Arahats-Zustandes aufgegeben wird (*kamupadana* schließt die Anhaftung an feinkörperliche Form – *rupa-raga* – und unkörperliche Form – *arupa-raga* – mit ein).

## **Anhang 2: Nachteil der Begierde**

Wenn Begehren (zusammen mit Dünkel/Einbildung – *mana* und starren Ansichten – *ditthi*) *chanda* ersetzt und den Geist überwältigt, kann es schwerwiegendes Leid und Unheil für eine tugendhafte Person verursachen. Zum Beispiel:

\* Als Folge der Liebe einer Person für das Gute und die Lauterkeit kann

Begehren eine Anhaftung an persönlicher Tugend einrichten, bis die Person sich Sorgen über den Schutz ihrer Tugend macht, eine Befleckung auf ihrem Charakter befürchtet und Angst davor hat, von anderen Menschen missverstanden zu werden. Ihr Leid bezüglich dieser Angelegenheiten ist größer als das, was die meisten Menschen empfinden würden. Dieses Unbehagen ist mit dem verwandt, was westliche Psychologen als 'Schuldgefühl' bezeichnen.

\* Manche Menschen haben den intensiven Wunsch, eine tugendhafte Gesellschaft zu errichten. Wenn sie nicht in der Lage sind, ihre Ambitionen zu erfüllen oder wenn sie auf Hindernisse treffen, dann sind sie verärgert und halten sich noch enger an ihren persönlichen Auffassungen fest, indem sie noch eigensinniger und sturer werden. Beziehungsweise, sie haben eine sehr fokussierte Mission, die Gesellschaft zu revolutionieren und zu verbessern, wenden sich aber gewalttätigen Mitteln zu, um die Leute zu eliminieren, die sie als unkooperativ betrachten. Sie handeln aus Ärger und ohne jegliche Rücksicht auf das Wohlbefinden dieser anderen Menschen. *Chanda*, das von *tanha*, *mana* und *ditthi* dominiert wird, kann folglich zu Gewalt führen.

\* Wettbewerbsintensive Sozialsysteme, Arbeitssysteme und Lebensstile fördern Egoismus und verleiten die Menschen dazu auf eine Art zu handeln, das mit dem Daseinsbegehren (*bhava-tanha*) übereinstimmt. Wenn solche Systeme in einer Gesellschaft zur Anwendung gebracht werden, in der ein hoher Grad an Arbeitseifer und ein Willen zum Handeln besteht (*chanda*), dann werden sich viele Aspekte der Gesellschaft schnell entwickeln. Die Schattenseite davon ist jedoch, dass diese wettbewerbsorientierten Systeme zu Problemen wie Stress, Angst und mentalen Krankheiten führen werden. Wenn solche Systeme in einer Gesellschaft etabliert werden, der es an heilsamem Verlangen mangelt, dann haben sie die Tendenz, unmoralisches Verhalten, Konfusion und Korruption zu generieren. (Ich benutze den Begriff 'Tendenz' hier, weil man noch andere Ursachen und Verhaltensbedingungen berücksichtigen muss).

### **Anhang 3: Hauptmerkmale des Buddha**

Die Hauptmerkmale des Buddha werden zweifältig erwogen: 1) Weisheit (*pannya*), die dahin führt, ein Buddha zu sein (*buddha-bhava*), 'eine Zuflucht für sich selbst' zu sein (*atta-natha*), und zur Vervollkommnung persönlichen Wohlbefindens (*attahita-sampatti*).

2) Mitgefühl (*karuna*), das zur Vollendung der Taten des Buddhas führt (*buddha-kicca*), ein 'Retter der Welt' zu sein (*loka-natha*) und ein Leben zu führen, welches dem Wohle der Anderen dient (*parahita-patipatti*). In einigen Kommentaren wird Reinheit (*visuddhi*) als ein separates Attribut aufgeführt, aber im Allgemeinen betrachtet man Reinheit als Teil der Weisheit, weil sie ein automatisches Resultat der Erleuchtung ist und daher wird diese Eigenschaft nicht als separates Attribut bezeichnet. In der Vajirabuddhitika werden die Taten des Buddha (*buddha-kicca*) zweifältig dargestellt: Arbeit, die mit Wissen (*nyana-kicca*) verrichtet wird und Arbeit die mit Mitgefühl (*karuna-kicca*) ausgeführt wird. Die Weisheit des

Buddha und der Arahats ist frei von Dünkel und Egoismus, und ihr Mitgefühl ist frei von Anhaftung und Gram. Das Mitgefühl von unerwachten Personen ist immer noch ein Pseudo-Mitgefühl, da ihr Geist noch nicht vollständig klar und hell ist. Wenn sie Mitgefühl empfinden, gibt es immer noch persönliche Anhaftungen und Zuneigungen, zusammen mit einem Gefühl von Traurigkeit und Kummer.

Bei der Aufteilung des Buddhismus in zwei Hauptschulen sieht man die Theravada Tradition als diejenige an, die Weisheit betont, während die Mahayana Tradition das Mitgefühl betont.

Übersetzung: Ajahn Khemasiri