

# Paticca Samuppada

## Vom Entstehen der modernen Konsumkultur

von Jonathan Watts

### I. Eine Einführung in Paticca Samuppada (Bedingtes Entstehen)

Paticca samupadda wird auch als das Herz oder die Essenz des Buddhismus bezeichnet. Tatsächlich sagt der Buddha: "Wer das bedingte Entstehen versteht, versteht das Dhamma, und wer das Dhamma versteht, versteht das bedingte Entstehen." In der letzten Nacht vor dem Eintreten des Buddha in das Nirvana war die Kontemplation über und die Durchdringung von paticca samupadda der Eckpfeiler seiner Erleuchtung. Dennoch ist es eine Lehre, die der Buddha nur zögerlich weitergab, weil sie so tiefgründig ist und er fürchtete, daß sie nur wenige verstehen würden.

Einfach ausgedrückt, handelt es sich bei paticca samupadda um eine systematische Untersuchung darüber, wie Leiden und Verblendung im Menschen entstehen, die der Buddha bei seinen Kontemplationen und Beobachtungen, wie die Dinge funktionieren, entdeckte. Das System markiert zwölf wichtige Schritte in der Entstehung des zum Leiden neigenden Egos oder "Selbst". Wir beginnen in einem Stadium des Nichtwissens über bestimmte Aspekte der Wirklichkeit, vor allem die Naturgesetze von Vergänglichkeit (anicca), Dukkha, und Nicht-Selbst (anatta). Diese Unwissenheit ist die Basis dafür, wie wir uns selbst und die Welt betrachten. Diese Ansichten bestimmen wiederum die Art und Weise, wie wir mit der Welt interagieren - aus ihnen entstehen Persönlichkeiten, Werte, Überzeugungen und eine ganze Reihe von Aspekten, die unsere Identität ausmachen. Wenn diese Aspekte unseres auf Verblendung aufgebauten "Selbst" in Kontakt mit dem Naturgesetz von Vergänglichkeit (anicca) in Form von Altern und Sterben (jaramarana) kommen, entstehen Konflikte, die sich in allen möglichen Formen von Schwierigkeiten oder Dukkha äußern, die wir als Menschen erleben.

Man kann paticca samupadda im Detail unterschiedlich interpretieren und anwenden. Die traditionelle Methode geht davon aus, daß die zwölf Glieder über die verschiedenen Zeiträume - Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft - miteinander verknüpft sind. Andere Methoden verstehen das System als eines, das sich auf jede Sekunde eines Moments bezieht. Wenn wir es als Werkzeug benutzen wollen, um unseren Alltag hier und jetzt und die Konsumgesellschaften, in denen wir leben, zu verstehen, empfiehlt es sich, beobachtbare Momente in unseren Gedankenprozessen anzuschauen. Wenn wir dann ein grundlegendes Verständnis gewonnen haben, wird es einfacher sein, das Verständnis auf längere emotionale und geistige Prozesse auszudehnen, die sich über Tage, Wochen, Monate oder gar Jahre hinziehen. Auf diese Weise können wir paticca samupadda vielleicht so einsetzen, wie es der Buddha wollte - als praktisches Werkzeug um uns selbst besser zu verstehen und unseren Weg auf dem Pfad der Befreiung zu gehen.

Schließlich ist es wichtig, die dynamische, nichtlineare Natur von paticca samupadda zu betonen. Wie wir sehen werden, tendiert unser Geist dazu, Prozesse als statische Einzelbausteine zu verobjektivieren, die in linearer Kausalität zusammenhängen. Wenn wir paticca samupadda begreifen, werden wir den Wahrheiten von Vergänglichkeit, Dukkha und Nicht-Selbst (Ich-Losigkeit, Leerheit) begegnen, die - wenn sie richtig verstanden werden -

den Geist von Objektivierungen befreien und ihm erlauben, die Realität als ein dynamisches und fließendes Auf und Ab von Ursachen und Wirkungen zu sehen.

Die zwölf Kettenglieder von *paticca samupadda* sollten deshalb wie Markierungen in einem Fluß verstanden werden. Der Fluß ist nicht in den zwölf Markierungen enthalten, aber seine wichtigsten Punkte werden damit angezeigt. In Abkehr von einer strikt linearen Abfolge von zwölf zusammenhängenden Faktoren müssen wir uns eine Kausalität vorstellen, bei der alle zwölf Punkte sich gegenseitig durchdringen. Diese Sichtweise plädiert nicht für ein beliebiges, zufälliges Universum, aber sie stellt die Idee linearer Kausalität in Frage, die eine Dualität von Subjekt-Objekt oder Beobachter-Beobachtetem schafft.

### **Der zwölfgliedrige Prozess von *Paticca Samuppada*:**

1. Verblendung (*avijja*)
2. Erfinden/sich ausdenken (*sankhara*)
3. Bewußtsein (*vinnana*)
4. Körper und Geist (*namarupa*)
5. Sinneserfahrung (*salayatana*)
6. Sinneskontakt (*phassa*)
7. Gefühl (*vedana*)
8. Begierde (*tanha*)
9. Anhaften (*upadana*)
10. Werdeprozeß (*bhava*)
11. Geburt (*jati*)
12. Altern und Tod (*jaramarana*)

#### **1. Verblendung (*avijja*)**

Diese wird als Ausgangspunkt der zwölfgliedrigen Kette betrachtet, weil Verblendung der fundamentalste Grund für das menschliche Leiden darstellt. Es muß aber betont werden, daß auch Verblendung nicht als ein Ur-Grund angesehen werden kann, sondern daß sie selbst aus einem Zusammenspiel aller zwölf Glieder entsteht. Verblendung bedeutet mangelndes Wissen und Verstehen der wahren Natur der Dinge. Aus einem solch fundamentalen Mißverstehen erwachsen alle anderen Formen der Unwissenheit. Deshalb kann jede bestimmte Form des Leidens oder jedes bestimmte Problem mit Hilfe der zwölfgliedrigen Kette auf eine bestimmte Form der Unwissenheit zurückgeführt werden.

Als einige der grundlegendsten Formen der Unwissenheit/Verblendung können gelten:

In strikt buddhistischer Terminologie: Unwissenheit über die Vier edlen Wahrheiten oder Unwissenheit über die grundlegenden Wahrheiten des Seins nämlich Vergänglichkeit (*annica*), Leiden (*dukkha*), Nicht-Selbst (*anatta*). Diese Form von Unwissenheit hängt zusammen mit dem falschen Glauben an ein "Selbst" und den entsprechenden Behauptungen über das "Selbst", den Tod und die Existenz danach.

Unwissenheit als Anhaften an irrtümlichen Ansichten über die Welt. Zwei der verbreitetsten sind, daß a) alle Dinge separat, fest und beständig sind oder daß b) die Dinge überhaupt keine Realität besitzen.

Psychologisch ausgedrückt: Unwissenheit als verwirrtes Denken, das auf Mutmaßungen und Einbildung basiert und von Überzeugungen, Angst und angehäuften Charaktereigenschaften bedingt wird.

Üblicherweise wird davon ausgegangen, daß die nächsten vier Glieder im System auf einer unbewußten Ebene funktionieren. Zu ihrer Betrachtung müssen wir daher in die Tiefe gehen und Erfahrungen sammeln, die meist ohne meditative Einsicht nicht möglich sind. Deshalb betrachten wir diese Kettenglieder im folgenden als eine Gruppe weitgehend unbewußter geistiger Erfahrung. Wenn unsere Praxis sich weiterentwickelt hat, sollten wir langsam die einzelnen Glieder erforschen, um ein tieferes Verständnis zu erlangen.

## **2. Erfinden (sankhara)**

Sankhara entsteht aus Verblendung und wird am besten als ein dynamischer Prozeß des geistigen Hervorbringens (brodelns) verstanden. Sankhara ist die grundlegende Art und Weise, wie wir die Realität wahrnehmen. Dieser Prozeß formt unser Bewußtsein in Richtung bestimmter Eigenschaften, Tendenzen und Zusammenhänge, in eine bestimmte Art und Weise, wie wir etwas wahrnehmen und was wir überhaupt wahrnehmen.

## **3. Bewußtsein (vinnana)**

Mit Bewußtsein ist eine Art nacktes Wissen ohne das Gefühl eines Subjekts, eines "Ichs" gemeint, und daraus folgend die Objekt, über die sich dieses "Ich" zu definieren versucht.

## **4. Körper und Geist (namarupa)**

Körper und Geist ist dort, wo das Bewußtsein sich in die Dualität von Geist und Form (Subjekt - Objekt) aufspaltet. Die Entstehung von Dualität ist ein entscheidender Moment in dem Prozess, der den Weg für die Entstehung des "Selbst" bereitet. Der Geist beginnt sich wie ein Subjekt zu fühlen, das sich der Sinne bedient, während das, was mit den Sinnen wahrgenommen wird, zum Objekt wird.

## **5. Sinneserfahrung (salayatana)**

Sinneserfahrung (Schmecken, Riechen, Sehen, Hören, Tasten und Denken) basiert auf Körper und Geist. Wenn wir Sinneserfahrungen verstehen wollen, müssen wir diese sechs Grundlagen als dynamisches Zusammenspiel verstehen zwischen der Person, die wahrnimmt und dem Objekt, das wahrgenommen wird.

## **6. Sinneskontakt / Voller Kontakt (phassa)**

Sinneskontakt ist der Anfang eines bewußteren und direkt beobachtbaren sich formierens. Das Wort "voll" soll anzeigen, daß der Kontakt eine Bedeutung haben muß, damit ein Voller Kontakt daraus wird. Wenn eine Form mit unseren Sinnen in Kontakt kommt, aber unser Geist nicht mit Begierde bis hin zur Geburt (jati) reagiert, nennen wir dies Bloßen Kontakt. Bei einer Erfahrung, die mehrere Medien einschließt, können einige Sinne durch einen Prozeß

des vollen Kontakts gehen, während andere beim bloßen Kontakt stehen bleiben. Geboren aus der Verblendung, enthält der Volle Kontakt die grundlegenden Mißverständnisse (sanna) von Beständigkeit (nicca), Annehmlichkeiten (sukha) und eines "Selbst" (atta).

## **7. Gefühl (vedana)**

Gefühl entsteht aus einem Vollen Kontakt / Sinneskontakt. Gefühle lassen sich in drei grundlegende Kategorien aufteilen: angenehm, unangenehm und neutral. Die ersten beiden veranlassen den Geist zur Begierde (haben wollen) zur Ablehnung (nicht haben wollen), die dritte Kategorie hat einen Zustand zur Folge, in dem der Geist hin- und herschwankt. Wenn sich der Geist nicht mit der Abwesenheit von Schmerz zufriedengibt, tendiert er dazu, nach Angenehmem zu suchen. Damit werden Egozustände (jati) wie Unsicherheit, Langeweile und Furcht abgemildert, die aus der Verblendung entstehen. Während der Geist beginnt, Erfahrungen zu etikettieren und zu kategorisieren, werden die Wahrnehmungen (sanna) von Farben, Geschmack, Tönen etc. detaillierter.

## **8. Begierde (tanha)**

Aus einem Gefühl entsteht Begierde, die sich auf drei unterschiedliche Arten manifestiert. Die erste ist die Begierde nach Sinneskontakten (kamathana), die zweite ist die Begierde, zu sein und angenehme Gefühle zu haben (bhavatanha). Die dritte ist die Gier, nicht zu sein oder unangenehme und schmerzliche Gefühle loszuwerden (vibhavatanha). Wie wir sehen können, signalisieren sowohl die Gier nach Sein als auch die Gier nach Nicht-Sein die ursprüngliche Identifikation des "Selbst" mit bestimmten Daseinszuständen. Diese Identifikationen entwickeln sich dann in die detaillierteren Formen des Anhaftens (upadana) und der Reifung des "Selbst" (Werden und Geburt).

Diese Formen der Gier verstärken noch die geistige Konditionierung, die Wahrnehmung der Welt in positiv und negativ aufzuteilen. Als Folge dieses ständigen Hin- und Herspringens zwischen positiv und negativ ist der Geist ständig in Aufruhr und fixiert auf Wünsche, so daß wir unfähig sind, im gegenwärtigen Moment still zu sein. Der Geist bewegt sich ständig weiter auf der Suche nach angenehmen Objekten (kamathanha) und Zuständen (bhavatanha).

Auch die Gier nach Nicht-Sein reißt uns aus dem gegenwärtigen Moment hinweg. Der verblendete Geist bewegt sich weg von der beunruhigenden, allgegenwärtigen, aber meist unbewußten Erfahrung der Vergänglichkeit, von Dukkha und Substanzlosigkeit hin zu positiven Bildern in der Zukunft oder aus der Vergangenheit. So entsteht ein Gefühl des Mangels, und das Zeitkonzept formiert sich im Geist als die Periode zwischen dem gegenwärtigen Bedürfnis und einer früheren oder künftigen Befriedigung. Je mehr der Geist diesem Muster folgt, desto objektiver wird die Realität und desto verengter die Perspektive. Indem das "Selbst" dem hypothetischen Wunsch-"Selbst" gegenübergestellt wird, entsteht der vergleichende Geist. Zudem entwickelt sich der konkurrierende Geist, indem das eigene "Selbst" mit dem "Selbst" anderer Individuen verglichen wird. Mangel, Entfremdung, Trennung, Vergleich und Konkurrenz sind Schlüsselemente bei der Entstehung des Egos und unserer irreführenden Identität.

## **9. Anhaften (upadana)**

Anhaften folgt aus der Begierde, beide gehören unmittelbar zusammen. Aus dem grundlegenden Anhaften entstehen vier spezifischere Formen:

1. Das Anhaften an Sinnesobjekten (kamupadana):

bedeutet, sich vorwiegend mit diesen Objekten zu beschäftigen und zu versuchen, sich der Freude daran und ihres Besitzes immer wieder aufs Neue zu versichern.

2. Anhaften an Ansichten: (ditthupadana):

Dies kann sich auch auf Einstellungen beziehen, die mit dem Anhaften an der Sinnesbegierde zusammenhängen, beispielsweise, was Mode über den Wert oder die Intelligenz eines Menschen aussagt. Dieser Zusammenhang entspricht dem zwischen der Begierde nach Sinneskontakten und der Begierde zu sein. Letztlich wird eine Ansicht als "richtig" und einem "Selbst" gehörend objektiviert, anstatt sie als ein Werkzeug zu sehen, um die Realität zu erfassen und auf sie zu reagieren.

3. Anhaften an Verhaltensweisen (silabbatupadana):

Ist eine Einstellung erst einmal objektiviert, werden auch die damit zusammenhängenden Methoden und Praktiken in bestimmte Formen gegossen, die "mir" gehören. Wie Buddhadasa Bikkhu erklärt: "Anstatt die wahren Gründe für diese Praktiken zu erfassen, halten sich die Menschen schlicht in traditionellen Formen daran fest" Wenn jedoch Ansichten und Praktiken, die eigentlich Mittel zu höheren Zielen sein sollen, zu fetischisierten Symbolen dieses Ziels werden, so führt dies zu einem Verlust ihrer wahren Bedeutung.

4. Anhaften am "Selbst" (attavadupadana):

bedeutet, an einem "Ich" anzuhaften, das sich durch das Anhaften an Objekten zu "meinem" Besitz entwickelt hat. Bei den vier unbewußten Kettengliedern haben wir die Entwicklung von Dualität durch die Aufspaltung des Geistes in Subjekt und Objekt gesehen. Beim Anhaften hat sich diese Aufspaltung schon sehr komplex entwickelt - mit der Anhaftung an ein selbständiges "Ich" und "mein" und eine entsprechende Welt von Objekten, wie etwa sinnliche Formen (kama), Einstellungen (ditthi) und Verhaltensweisen (sila).

## **10. Werden (bhava)**

Werden und Geburt markieren die Entwicklung des fabrizierten "Selbst" in eine gereifte Entität mit ihrer eigenen internen Dynamik. Bedingt durch Anhaftung, ist dies ein Ort wo die verhärteten Vorstellungen des "Selbst" sich in eine Identität zu verfestigen beginnen. Der Geist beschäftigt sich mit (plant, visualisiert, ist besessen von, brütet über etc.) materielle und mentale Formen (Sinnesobjekte, Einstellungen, Verhaltensweisen), an die er anhaftet, und projiziert dann all diese Formen auf Lebenssituationen, die diese Faktoren enthalten. Das heisst, der Geist ist nicht nur damit beschäftigt, wie er die begehrten Formen erlangen kann, sondern identifiziert sein "Selbst" gleichzeitig mit der Umgebung und den Umständen, in denen diese Begierden erfüllt werden.

Ein Beispiel: während der Geist darüber nachdenkt, ein Paar Basketballschuhe von Nike zu erwerben, beginnt er auch, sich mit Orten und Organisationen zu identifizieren, die eng mit Nike verknüpft sind ("Ich bin Fan von Michael Jordan". "Ich mag die USA, wo Nike zuhause ist.") Umgekehrt, kann es auch eine Identifikation damit geben, was man nicht ist ("Ich bin kein Fan der Lakers.")

Die anfänglichen Identifikationen, die wir bei der Begierde gesehen haben, sind Versuche, die fundamentale Subjekt-Objekt-Dualität zu überbrücken, die auf der unbewußten Ebene erzeugt wird. Doch diese Identifikationen vertiefen die Kluft nur, indem sie das Gefühl des Mangels, der Getrenntheit und des Vergleichs noch verstärken....

## **11. Geburt (jati)**

Die Geburt, um die es hier geht, ist natürlich keine physische Geburt, sondern eine geistige und spirituelle, bei der das Gefühl des "Ich" solange gewachsen ist und sich entwickelt hat, bis es als ein komplettes "Ego" geboren wurde und nun den Geist in all seinen Bewegungen dominiert, und mit ihm alles, was "mir" gehört. In der Schaffung, Unterstützung und dem Anhaften an Geistesobjekten, Einstellungen und Verhaltensweisen, konstruiert oder "gebiert" der Geist das, was er als Identität oder "Selbst" erlebt. Diese spirituelle Geburt geschieht immer dann, wenn Begierde vorhanden ist. Sie kann vielmals an einem Tag geschehen - Dutzende, manchmal vielleicht sogar hunderte Male, wenn wir voller Begierde sind.

Das Heranreifen eines solchen "Selbst" kann man am besten in Krisenzeiten erkennen, wenn man mit Altern und Sterben konfrontiert wird. Wenn unsere Identität und unsere "Selbst" wahrnehmung direkt herausgefordert wird, reagieren wir oft ärgerlich, deprimiert, ängstlich oder verteidigen uns. Solche Gefühle sind Abwehrmechanismen, die dieses "Selbst" benutzt, um sich nicht der Tatsache seiner Vergänglichkeit (anicca) stellen zu müssen. Es ist wichtig, daß wir diesen Punkt verstehen. Indem das "Selbst" sich sichere Umgebungen sucht, mit denen es sich identifizieren kann wird es wie ein Lebewesen, das sich zu erhalten versucht, so wie ein Tier, das um sein Leben kämpft. Das ist die Tragik der Geburt des "Selbst", weil sich dabei eine selbsterhaltende Energie entwickelt. Es ist wie ein Virus, als dessen DNA die Unwissenheit dient. Wenn es uns gelingt, einige der konstruierten "Ichs" in uns zu zerstören, kann es deshalb vorkommen, daß wir eine große Trauer empfinden, wie wenn ein enger Freund stirbt.

## **12. Altern und Sterben (jaramarana)**

Aus dem Heranreifen des "Selbst" entsteht zwangsläufig Altern und Sterben. Altern und Sterben sind ebenso spirituelle und geistige Zustände und nicht nur physische. An diesem Punkt stößt das "Selbst", das aus Fehlwahrnehmungen, Unwissenheit und Verunreinigungen zusammengesetzt ist, auf die fundamentale Natur der Dinge. Mit dieser Kritik des "Selbst" ist aber nicht gemeint, daß damit jegliche menschliche Konstruktion einer Identität verdammt wird. Dies wäre nur das Gegenteil von Egoismus und eine Position, die der Buddha ebenfalls ablehnte. Es geht hier vielmehr um eine Identität, die auf den fehlerhaften Strukturen von Egoismus und einer arroganten Unabhängigkeit aufgebaut ist.

Dieses "Selbst" erfährt außerdem Begrenzung, Verfall und Leiden in Form von Langeweile, Furcht und Depression. Wir erleben oft Langeweile bei Sinnesobjekten oder Seinszuständen, die wir schon kennen. Sie führt dazu, daß wir ein neues Sinnesobjekt oder einen neuen Seinszustand haben wollen. Furcht entsteht oft, wenn wir uns Sorgen darüber machen, daß ein angenehmer Zustand nicht fortgesetzt werden kann oder daß das Sinnesobjekt verschwindet. Solch ein negativer Zustand des Egos führt dann wieder häufig dazu, daß wir noch stärkere Begierde für den Sinn (kama) oder den Seinszustand (bhava) erleben, der uns vorenthalten wird oder der erneuert werden muß. Depression, Verzweiflung, Selbsthaß oder Selbstmitleid entstehen schließlich aus Langeweile und Furcht und wenn uns die Dinge weggenommen

werden, die wir begehren, oder der Zustand, der es uns erlaubt, diese Dinge unter Kontrolle zu haben.

Dieser spirituelle Tod geschieht tagtäglich - immer dann, wenn der Geist versucht, die Realität in seinem Sinne zu manipulieren, nur um festzustellen, daß die Befriedigungen wie die Sonne am Horizont verschwinden. Aufgebaut auf Unwissenheit, entwickelt durch geistiges Zusammenspinnen und manifestiert durch Begierde, ist das "Selbst" eine Konstruktion, bei der der eigene Niedergang schon eingebaut ist. Wegen seiner Abhängigkeit von verschiedenen Ursachen und Bedingungen, ist es an sich schon instabil. Sein Leben darauf aufzubauen heißt, Burgen aus Sand zu bauen.

## **II. Bedingtes Entstehen in der Konsumkultur**

Paticca samuppada gibt uns nicht nur ein kritisches Werkzeug in die Hand, um unsere Konsumentenkultur zu untersuchen, sondern enthält gleichzeitig eine Methodik für deren Überwindung. Insofern können wir eine Brücke bauen zwischen unserer Kritik, der Entdeckung von Lösungen und einem Lebensentwurf jenseits des Konsumismus.

### **1. Verblendung (avijja)**

Im allgemeinen nehmen wir das Gefühl eines "Selbst" als gegeben hin. In der modernen Gesellschaft können wir damit herumexperimentieren, indem wir uns zum Beispiel einen neuen Haarschnitt zulegen oder das Trinken von Alkohol aufgeben. Doch wir tendieren dazu, es als Basis zu sehen, mittels derer wir unsere Lebenserfahrungen sammeln. Der buddhistische Begriff anatta, Nicht-Selbst stellt diese Vorstellung in Frage, indem es uns zeigt, daß das, was wir als Kern von uns selbst, als unsere "Seele", unser "Selbst" also betrachten – ein sehr unbeständiges System ist, das aus Ursachen und Wirkungen besteht. Der Buddhismus lehrt uns, die Tiefen unseres konditionierten Selbst anzuzweifeln und nichts als gegeben - wie unser Gefühl eines Selbst - und in Stein gemeißelt hinzunehmen.

Dies kann eine extrem beängstigende Idee und Praxis sein, weil wir so viel Zeit damit verbracht haben, dieses "Selbst" aufzubauen. Auf der anderen Seite ist es jedoch eine zutiefst befreiende Idee und Praxis, weil es uns erlaubt, dem Käfig zu entfliehen, den wir selbst konstruiert und mit dem wir uns selbst eingeschränkt haben.

Diese Grundwahrheit des Buddhismus ist der Schlüssel zu unserer Konsumkultur, weil diese so sehr im Materiellen verwurzelt ist. Indem wir das Materielle zum Fetisch (Kultobjekt) machen, konditioniert es uns, das "Selbst" immer massiver als eine konkrete Form zu objektivieren. Dieses Postulieren eines konkreten "Selbst" schließt auch die Ignoranz über die grundsätzliche Unbeständigkeit aller Dinge (anicca) mit ein. Der Konsumismus wurzelt in dem, was dem Buddha als extremer Realismus (atthikavada) und Ewigkeitsglaube (sassatavada) erschien, in dem die Menschen Dinge und andere Lebewesen als getrennt, real, fixiert und dauerhaft betrachten. Das konsumistische Bestreben, Dinge - und Images - zu erwerben als Mittel, das eigene "Selbst" zu definieren und zu erfüllen, ist ein Beispiel für diesen extremen Realismus und Ewigkeitsglauben. Die jedem Konsumartikel innewohnende Anfälligkeit kaputtzugehen (Vergänglichkeit) enthüllt die Unmöglichkeit, bleibende Zufriedenheit zu schaffen (Dukkha) und den Trugschluss, ein vergängliches "Selbst" mit vergänglichen Dingen bereichern zu können.

## **2. Erfinden/sich ausdenken (sankhara)**

## **3. Bewusstsein (vinnana)**

## **4. Körper und Geist (namarupa)**

## **5. Sinneserfahrung (salayatana)**

Die Verblendung bedingt ein geistiges Verarbeiten, das die Realität in einen Rahmen des Materiellen einbettet. Geschehnisse und Prozesse, die instabil und permanent im Entstehen und Vergehen begriffen sind, werden als statische Formen wahrgenommen, die in linearer Kausalität miteinander interagieren (so entsteht z. B. eine Mode).

Der nächste Schritt ist entscheidend in der Entstehung der Konsumenten-Mentalität: das Entstehen von Dualität, in der es einen Konsumenten (Subjekt) gibt, der durch Gefühl, Wahrnehmung, Gedanken und Erkennen Objekte konsumiert. Wenn sich diese Subjekt - Objekt-Konstruktion mit den Sinnen verbindet, entsteht Sinneserfahrung. Die Erfahrung des Sehens öffnet die Türen zu all den grellen Lichtern und strahlenden Bildern (Images) der Einkaufszentren, zur Unterhaltung (Entertainment) durch die Medien usw. Die Erfahrung des Hörens ermöglicht das Anhaften an Walkmans und Radios. Die Erfahrung des Schmeckens eröffnet uns die Welt von Coca Cola und McDonald, Junk Food und exotischer Genüsse aus aller Welt. Die Erfahrung des Riechens öffnet die Türen zur Welt von Parfüms, After Shaves, Gourmet-Feinkost usw. Die Erfahrung des Berührens eröffnet uns die Welt importierter Seidenstoffe, Kosmetik für Haut und Haar usw. Vor allem eröffnet uns die von den Sinnen ausgehende Denkerfahrung die konstruierte Welt der Konsumenten-Identität mit ihren Etiketten wie "Berühmtheit" und "Stil".

## **6. Sinneskontakt/Voller Kontakt (phassa)**

Aus dieser Masse des "geistigen Formens" entsteht der "volle Kontakt". Die Grundlage der Unwissenheit/Ignoranz erscheint hier im Geist als physische Form. Persönlichkeiten und Institutionen werden als unveränderlich (nicca), konkret (atta) und oft auch angenehm (sukha/supa) wahrgenommen. Fernsehen, heute wahrlich ein weltweites Phänomen, ist vielleicht die offensichtlichste Form, zunächst den Kontakt aufzunehmen und daraus den vollen Kontakt eines Konsumenten entstehen zu lassen. Wenn wir fernsehen, berühren uns Bilder von Ereignissen und Menschen und stellen den vollen Kontakt hauptsächlich über die Sinneserfahrung des Ohrs, des Auges und des Geistes her. Die Schnelligkeit von Werbung und High-Tech-Medientechnologie spielt hier eine entscheidende Rolle. Die Entwicklung einer extrem schnellen Präsentation von Bildern und der Transfer von Information, Produkten und Personal ist der Schnelligkeit des Geistes, bewusst zu sein und dann die Bedeutungen und Implikationen des Kontakts zu verarbeiten, fast immer voraus. Insofern wird aus fast jeder Form des Kontakts ein voller Kontakt. Jenseits dessen, was als angenehmes oder unangenehmes Gefühl empfunden wird, drängt die Geschwindigkeit und Gewalttätigkeit des Konsumentenkontakts den Geist in ein Gefühl des Weder-angenehmen-noch-unangenehmen und in die Verblendung.

## **7. Gefühl (vedana)**

Aus dieser Überdosis an vollem Kontakt entsteht Gefühl. Wenn wir fernsehen, können wir uns eine Menge an angenehmen und unangenehmen Gefühlen zusammenspinnen. Wahrnehmungen (sanna) werden überhöht und vertieft etwa durch Special Effects, die ein Musikvideo "großartig" oder einen Horrorfilm "echt gruselig" machen. In der



Konsumentenkultur ist jedoch das weder-angenehme-noch-unangenehme Gefühl wohl das vorherrschende.

Wenn wir fernsehen, stumpft die High-Tech-Bombardierung mit Bildern unseren Geist so ab, daß er nur noch auf das reagiert, was besonders angenehm oder besonders schmerzlich ist. Da mehr und mehr Bilder diesen überhöhten Erwartungen nicht mehr genügen, scheint es so, als gebe es überhaupt nichts Interessantes mehr anzuschauen. In den USA gibt es einen neuen Begriff namens "Channel Surfing". Darunter versteht man, mit der Fernbedienung in kurzer Zeit sämtliche Sender (bis zu 100) anzuklicken, nur um schließlich festzustellen: "Es läuft nichts." Wenn wir versuchen, unter der Masse an Programmen ein bestimmtes herauszusuchen, schwankt der Geist hin und her bei dem Bemühen, das zu finden, was wir sehen wollen. Es gibt Momente eines positiven Gefühls, wenn ein angenehmes Bild vorbeiflimmert oder auch negativer Gefühle. Doch in der Geschwindigkeit des "Surfing"-Prozesses werden die allermeisten Bilder überhaupt nicht verarbeitet und lösen lediglich ein weder-angenehmes-noch-unangenehmes Gefühl aus, was zu einer noch stärkeren Abstumpfung des Geistes gegenüber allem führt, das nicht besonders positiv oder negativ hervorsteht.

Dieser Prozess findet auch statt, wenn wir Kontakt mit Waren in einem Laden oder einem Einkaufszentrum aufnehmen. Unter den Myriaden von Geschäften und Markennamen das eine zu finden, was wir wollen, zwingt den Geist, einen großen Teil der Realität wegzudrücken, der nichts mit unserer Suche zu tun hat aber dennoch nach unserer Aufmerksamkeit verlangt. Auf diese Weise verbringen Menschen in Konsumentengesellschaften eine Menge ihrer Zeit in einem tauben Zustand. Sie drücken mögliche negative Gefühle weg, während sie durch schwach positive waten auf ihrer Suche nach den ganz besonders positiven. Ein großer Teil der Realität wird gar nicht verarbeitet (z.B. läuft der Fernseher, aber niemand sieht hin oder in einem Laden spielt Musik, die aber gar nicht gehört wird). Was weder besonders anziehend noch bedrohlich ist, wird weggedrängt, und der Geist entwickelt eine Unfähigkeit, auf das aufzupassen, was nicht besonders positiv oder negativ ist, sich darauf zu konzentrieren oder es zu fühlen. Die ständig wachsende Intensität an Konsumentenbildern (consumer images) verstärkt noch die dualistische Natur des Geistes. Indem der Geist nach immer stärkeren positiven Gefühlen sucht und im Gegenzug immer tiefere Wellentäler negativer Gefühle erlebt, nimmt die Fähigkeit, sich auf Feinheiten und Grauzonen zu konzentrieren, weitgehend ab.

## **8. Begierde (tanha)**

Während wir weiter von einem Fernsehkanal zum nächsten hin und her schalten, finden wir schließlich etwas, das uns anzieht. Es gibt es zahllose Bilder, die Begierde entstehen lassen, und vor allem Sinnesbegierde. Diese Sinnesbegierde wird oft dann geweckt, wenn wir mit Werbung in Kontakt kommen, die sinnliche Formen (kama) im Mittelpunkt ihrer Verkaufsstrategie hat. Da gibt es für jeden etwas: Shampoos und Designer-Kleidung für die Schwester, Sportschuhe und knappbekleidete Mädchen für den Bruder, Autos und Bier für Papi, Waschmittel und exotische Ferienzele für Mami. Die Botschaft hinter all den Artikeln lässt die Daseinsgier (Craving for Being) über die positive Identifikation mit den Werbeträgern - Models, Sportstars und andere Berühmtheiten - entstehen.

Der Geist wird an das Hin und Her negativer und positiver Vergleiche gewöhnt. Die Lebensrealität, in der keine "Action" stattfindet, wird nicht gezeigt und wenn wir dann - oft unbewusst - Vergleiche zum eigenen Leben ziehen, entsteht ein intensives Gefühl des

Mangels. Unser Leben erscheint uns langweilig, unser Alltag hat wenig Bedeutung im Vergleich zur konstanten "Action" in den TV-Programmen. Auf dieser Stufe wird unsere Identität verhärtet durch Abgrenzung und Differenz, d.h. durch das, was jemand hat oder nicht hat im Vergleich zu anderen. Je mehr man "fern sieht", desto mehr wird unser tatsächliches Leben zu einem einzigen großen weder-angenehmen-noch-unangenehmen Gefühl, weder besonders aufregend noch unglaublich tragisch, und um so größer wird unsere Begierde nach dem Leben, das wir im Fernsehen präsentiert bekommen.

Durch die machtvollen Werbe- und sonstigen Bilder im Fernsehen wird der Geist seiner eigenen räumlichen und zeitlichen Existenz immer mehr entfremdet. Auf dieser Stufe wird die Identität fließend, aber nicht auf eine heilsame Art und Weise, indem wir die Illusion der Existenz von Dingen und unseres "Selbst" durchschauen und zugleich ein Gefühl für soziale Verbundenheit bewahren. Statt dessen existiert ein neurotischer Prozess, in dem unsere Illusion durch das Aufheben der Unterscheidung zwischen Fantasie und Realität immer mehr vertieft wird.

## **9. Anhaften (upadana)**

Aus dieser Art der Begierde erwächst eine vertiefte Dualität des Anhaftens in der Entstehung der Vorstellung eines (sich identifizierenden) "Ichs". Das "Ich" denkt sich allerlei Objekte aus(sinnliche, einstellungs- und verhaltensmäßige), um sich zu definieren. Unsere Gier nach sinnlichen Objekten verstärkt sich auf dieser Stufe, indem das "Selbst" beginnt, sich direkter darauf zu beziehen. "Hawaii... Ich brauche wirklich Urlaub!", "Ich brauche unbedingt ein Shampoo, das meine Haare nicht ruiniert" (Anhaften an Sinneskontakten). Unsere Ansichten über diese Güter, ihre weitere Bedeutung, das Leben der TV-Figuren werden zu erhärteten Objekten, nach denen das "Selbst" greifen kann. "Diese neuen Heim-Videokameras sind wirklich beliebt geworden. Vielleicht sollten wir uns auch eine kaufen". "Warum haben die Filmpartnerinnen von Tom Cruise immer blonde Haare? Vielleicht sollte ich auch mal meine Haarfarbe ändern?" "Nach diesem Bericht über Angola werde ich bestimmt nie nach Afrika fahren. Was für ein rückständiges Land!" (Anhaften an Ansichten). Aus solch verhärteten Ansichten entstehen verhärtete Methoden/Verhaltensweisen. "Wenn wir die Kinder zu Hause lassen, können wir uns bestimmt zwei Wochen auf Bali leisten." "Diese Mädchen haben ihre Esprit-Kleider und ihre Bräune als Begleiterinnen für Geschäftsmänner bekommen. Klingt schrecklich, aber vielleicht..." "Das zeigt wieder einmal, daß unsere Marktwirtschaft einfach am besten ist." (Anhaften an Verhaltensformen)

Wenn wir an diesen Ansichten und Verhaltensweisen anhaften, stellen wir uns keine Fragen wie: "Wie viele Leute haben sich durch ihren Konsum total verschuldet?", "Wie viele dieser sonnengebräunten Mädchen kommen aus zerbrochenen Familien?" "Wie viele Amerikaner leiden genauso wie Afrikaner unter Armut und Gewalt?" Statt dessen helfen wir dabei, die Grundlagen zu legen für die nationale Verschuldung, das Zerschneiden von Familien und das Opfern unserer persönlichen Würde (Anhaften am "Selbst").

## **10. Werden (bhava)**

### **11. Geburt (jati)**

Da der Geist inzwischen ein ganzes Set mentaler Objekte (sinnliche, die Einstellung und das Verhalten betreffende) hervorgebracht hat, an das er anhaftet, schmückt er die Verwirklichung dieser Begierden immer weiter aus. Das Darübernachdenken, Planen und Visualisieren wird

tiefer und es kommt zu einer voll ausgereiften Identifikation mit bestimmten Orten und Situationen. "Jim hat eine Sony-Kamera, ich mag ihre Ausrüstung auch sehr." "Jill war dieses Jahr schon zweimal in Urlaub. Ich habe mir diesen Trip verdient." "Wir haben ja so ein Glück, Amerikaner zu sein." Diese Identifikationen verhärten Einstellungen in Begierden, blenden wichtige Teile der Realität aus und vertiefen Vergleiche, Gefühle des Mangels und der Entfremdung. Die ganze Familie verliert sich in ihrer eigenen Welt des Anhaftens: Papa will das materielle Drum und Dran eines erfolgreichen Lebens, Mama will die angenehmen Seiten eines solchen Lebens, das andere Frauen auch genießen, die Schwester muss unbedingt in der Welt von Mode und Schönheit glänzen. In ihrem Geist können ihre gegenwärtigen Leben sich nicht mit den selektiven Bildern aus dem Fernsehen messen. Durch die High-Tech-Bilder des Fernsehens hat unsere Familie ihre "Konsumenten"-Ichs fabriziert. Ihre aufregenden und unterhaltsamen neuen Pläne bilden eine Energie, die das innere Gefühl des Mangels letztlich nur noch verstärkt.

## **12. Altern und Sterben (jaramarana)**

Wenn das TV-Programm zu Ende ist und die Werbung wechselt, zeigt die Vergänglichkeit wieder ihr hässliches Gesicht. Sehr schnell verwandelt sich die Aufgeregtheit in Langeweile angesichts des gegenwärtigen Moments. Papa schaltet wieder ohne Ergebnis durch alle Kanäle: "Es läuft nichts." Mama schlappt wieder in die Küche, um das Abendessen zu machen, und die Schwester geht in ihr Zimmer mit all ihren nicht mehr topmodischen Kleidern. Wieder einen großartigen Tag vor dem Fernseher verbracht. Aus der Langeweile entsteht Furcht. Papa hat Angst, daß eine Entlassungswelle und seine Schulden die Familie in eine plötzliche finanzielle Krise stürzen könnten. Mama fürchtet, daß sie wieder anfängt zu trinken, wenn sie nicht endlich eine Pause von all ihren Belastungen bekommt. Die Schwester hat Angst, daß ihr Körper sich nicht so entwickeln wird, wie sie es erhofft. In der Unsicherheit ihrer Leben erfahren sie Nicht-Selbst als die Unfähigkeit, ein erwünschtes "Selbst" zu schaffen und zu erhalten.

Aus Langeweile und Furcht können Depressionen und Verzweiflung entstehen. Papa ist deprimiert wegen seiner fehlgeschlagenen Versuche, den wirtschaftlichen Erfolg zu erreichen, den er vor 15 Jahren vor Augen hatte. Mama fühlt sich leer in einem ermüdenden Leben ohne konkrete Belohnungen. Das wirklich Deprimierende besteht hier darin, wie die Familie Jahr für Jahr vor dem Fernseher sitzt und von Dukkha durchtränkt wird angesichts all der Bilder, welches Leben sie führen sollten, anstatt die kreative Gestaltung ihres eigenen Lebens selbst in die Hand zu nehmen.

## **Befreiung**

Diese Ausweitung von Paticca samupadda auf den größeren Bereich von Handlungen und Strukturen hat ihre Basis in den unmittelbaren Belehrungen des Buddhas. In der Mahanidana Sutta (Der großen Lehrrede von der Entstehung) weicht der Buddha selbst von seiner üblichen Erklärung des Kreislaufes ab und sagt folgendes:

*"Hör zu, Ananda, durch diese Bedingungen entsteht aus Gefühl Begierde, aus Begierde entsteht ein Suchen, aus dem Suchen entsteht Erwerben, aus dem Erwerben entsteht das Fassen von Entschlüssen, basierend auf diesen Entschlüssen entsteht lustvolles Verlangen, aus dem lustvollen Verlangen entsteht Anhaftung / Begeisterung, aus dieser Begeisterung entwickelt sich Besitzdenken, aus dem Besitzdenken entsteht Geiz, aus dem Geiz entwickelt*

*sich das Wachen über den Besitz, daraus entstehen das Ergreifen von Stock und Schwert, Streit, Zank, Missbrauch, Lüge."*

Wir haben Gesellschaften und Wirtschaftssysteme entwickelt, die die von uns konstruierten "Ichs" widerspiegeln. Ziehen wir bei beiden den Stöpsel heraus, starren wir in den Abgrund des Nicht-Selbst und in den Kollaps der Gesellschaft, so wie wir sie kennen. Wir wünschen uns einen friedlicheren, weniger quälenden und weniger oberflächlichen Weg, um Sinn in unserem Leben zu finden. Aber in dem Moment, in dem wir beginnen, uns zu lösen, fühlen wir uns möglicherweise einsam und leer ohne all die materiellen Ablenkungen, auf denen wir unsere Identität aufgebaut haben. Indem wir von einer solchen Gesellschaft einen Schritt zurück treten, fühlen wir zugleich die Bedrohung, die materiellen Errungenschaften zu verlieren, für die die Menschen seit mehreren hundert Jahren so hart gearbeitet haben und fürchten uns wieder ins frühe Mittelalter zurückzuverfallen.

Damit sind wir bei der dritten (und vierten) edlen Wahrheit Buddhas angelangt: daß es tatsächlich eine Lösung unserer Probleme gibt und eine konkrete Methode, dorthinzukommen. Um in unseren persönlichen Leben voranzukommen in Richtung der Beendigung unserer Krankheit und anschließend intelligente und praktische Schritte hin zur Veränderung unserer Gesellschaften zu tun, müssen wir mit der Arbeit an unserem Geist beginnen. Der buddhistische Weg hin zu einer Welt jenseits des Konsumismus und einer ausbeuterischen Wirtschaft ist ein Schritt, der von innen nach außen führt. Indem wir eine heilsame Basis für unser Dasein schaffen, können wir dann die richtigen Schritte erkennen, die wir tun müssen, um unsere Gesellschaften und den Planeten zu verändern. Die Lehre des Buddha wird uns keinen strukturellen Plan für diese Gesellschaft liefern, den unser wissenschaftlicher Geist so gerne hätte. Aber sie liefert eine uns leitende Grundlage an persönlichen und zwischenmenschlichen Beziehungen, die unsere Bemühungen um neue Strukturen mit dem nötigen Gehalt an Wissenschaft und Humanität füllen.

*Jonathan Watts ist Mitarbeiter des International Network of Engaged Buddhists (INEB), und Mitglied der der sog. "Think Sangha", einer internationalen Arbeitsgemeinschaft für die Weiterentwicklung der buddhistischen Theorie in Bezug auf die moderne Gesellschaft und Kultur. J. Watts ist US-Amerikaner, war etliche Jahre Schüler von Ajahn Buddhadasa Bhikkhu in Thailand und lebt derzeit in Japan.*

*Aus dem Englischen übersetzt von Elke Heß*

*Gekürzt und überarbeitet von Franz-Johannes Litsch*

*Auf Deutsch in gekürzter Form erstmals veröffentlicht in BuddhaNetz-Info Nr. 4/98 5/99*