

„Gute Freundschaft ist das Ganze des Heiligen Lebens“  
Ananda

Meghiya Sutta AN 9.3

In dem Sutta wird beschrieben, dass sich der Erhabene in Calika im Kloster aufhält und von Meghiya begleitet wird. Meghiya fragt den Erhabenen, ob er in das naheliegenden Dorf Jantugama auf Almosen gehen kann. Anschließend begibt er sich zum Kimikala Fluß und ist beeindruckt vom Mangohain, den er dort sieht. Er bittet 3 x den Erhabenen, ob er dort zur Meditation hingehen könnte. Der Erhabene verweist in 2x mit der Bitte zu warten, bis ein anderer Mönche käme und bei der 3. Anfrage hält er ihn nicht weiter auf sich in der Meditation zu üben/zu streben. Dort angelangt setzt er sich am Fuße eines Baumes nieder. Während der Meditation treten häufiger unheilvolle Zustände auf:

Gedanken der Sinnesbegierde – Gedanken des Übelwollens –  
Gedanken der Grausamkeit.

Er ist darüber beunruhigt und fragt den Erhabenen um Rat. Der Erhabene sagt ihm, dass sein Geist noch nicht reif ist für die Gemüts Erlösung. Wenn er zur Reifung gelangen möchte, sollte er auf 5 Arten üben:

- ein guter Freund zu sein und sich zu einem guten Freund verbunden fühlen
- sich in der sila zu üben und der Patimokkha zu folgen
- förderliche Gespräche bezüglich des Asketentums zu führen über Bescheidenheit, Zufriedenheit, Einsamkeit, Abgeschlossenheit, Willenskraft, Sittlichkeit, Sammlung, Weisheit, Befreiung und den Erkenntnisblick der Befreiung
- die Willenskraft einzusetzen um die heilsamen Dinge zu erwecken und die unheilsamen Dinge zu überwinden
- Weisheit zu entwickeln, die das Entstehen und Vergehen begreift bis zur vollständigen Leidensvernichtung

Ist der Mönch nun in diesen 5 Dingen gefestigt hat er noch weitere Dinge zu üben:

- die Vorstellung der Unreinheit zur Überwindung des Begehrens
- die Güte zu entfalten zur Überwindung des Hasses
- die Achtsamkeit auf die Ein/Ausatmung Anapanassati
- die Vorstellung der Vergänglichkeit zur Überwindung des Ichdünkels.

Den 1. Aspekt den ich herausnehmen möchte ist der Punkt der edlen Freundschaft. In diesem Sutta wird nicht näher darauf eingegangen. Im AN VII gibt es zwei Suttan, die auf die Eigenschaften des/r wahren Freundes/in eingehen.

#### Die 7 Eigenschaften

35: Er gibt, was schwer zu geben ist; tut, was schwer zu tun ist; erträgt, was schwer zu ertragen ist; seine Geheimnisse vertraut er einem an; das Geheimzuhaltende hält er geheim; er verlässt einen nicht im Unglück; er verachtet einen nicht, wenn in Armut.

36: Er ist liebevoll und gefällig, ernst, verehrungswürdig, gibt Belehrungen und nimm Ermahnungen an, führt tiefsinnige Gespräche und verleitet nicht zu Verkehrtem.

Kalyana-mitta: Geliebt, geachtet und geehrt, das Böse tadelnd, nachgiebig,  
ein Mensch der tiefe Lehre spricht, nie anspornt zu verkehrter Tat.  
Vis III

Den 2 Aspekt den ich aufnehmen möchte bezieht sich auf die Übung unheilsame Dinge zu überwinden und heilsame Dinge zu erwecken. MN 19 erläutert die Übung. Es gibt 2 Arten von Gedanken:

Gedanken der Sinnesbegierde – Gedanken der Entsagung

Gedanken des Übelwollens – Gedanken des Nicht-Übelwollens

Gedanken der Grausamkeit – Gedanken der Nicht-Grausamkeit

"Während ich so umsichtig, eifrig und entschlossen weilte, erschien ein Gedanke der Sinnesbegierde/Übelwollens/Grausamkeit in mir. Ich verstand folgendermaßen: 'Dieser Gedanke der Sinnesbegierde/ Übelwollens/Grausamkeit ist in mir entstanden. Dies führt zu meinem eigenen Leid, zum Leid anderer und zum Leid beider; es beeinträchtigt Weisheit, verursacht Schwierigkeiten, und führt von Nibbāna weg.' Als ich erwog: 'Dies führt zu meinem eigenen Leid', verschwand es; als ich erwog: 'Dies führt zum Leid anderer', verschwand es; als ich erwog: 'Dies führt zum Leid beider', verschwand es; als ich erwog: 'Dies beeinträchtigt Weisheit, verursacht Schwierigkeiten, und führt von Nibbāna weg', verschwand es [1]. Wann immer ein Gedanke der Sinnesbegierde/Übelwollens/Grausamkeit / in mir erschien, gab ich ihn auf, entfernte ich ihn, beseitigte ich ihn."

Wenn er häufig über Gedanken der Sinnesbegierde nachdenkt und nachsinnt, hat er den Gedanken der Entsagung aufgegeben, um den Gedanken der Sinnesbegierde zu pflegen, und dann neigt sein Geist zu Gedanken der Sinnesbegierde. Wenn er häufig über Gedanken des Übelwollens nachdenkt und nachsinnt, hat er den Gedanken des Nicht-Übelwollens aufgegeben, um den Gedanken des Übelwollens zu pflegen, und dann neigt sein Geist zu Gedanken des Übelwollens. Wenn er häufig über Gedanken der Grausamkeit nachdenkt und nachsinnt, hat er den Gedanken der Nicht-Grausamkeit aufgegeben, um den Gedanken der Grausamkeit zu pflegen, und dann neigt sein Geist zu Gedanken der Grausamkeit."

"Während ich so umsichtig, eifrig und entschlossen weilte, erschien ein Gedanke der Entsagung/des Nicht-Übelwollens/Nichtgrausamkeit in mir. Ich verstand folgendermaßen: 'Dieser Gedanke der Entsagung/ des Nicht-Übelwollens/Nichtgrausamkeit ist in mir entstanden. Dies führt nicht zu meinem eigenen Leid, oder zum Leid anderer oder zum Leid beider; es fördert Weisheit, verursacht keine Schwierigkeiten, und führt zu Nibbāna hin."

Den 3 Aspekt den ich aufgreifen möchte ist die Asuba-Praxis zur Überwindung von Begehren. Über die 32 Elemente kann man meditieren, es gibt die Leichentuchkontemplation oder die Essensreflektion.

Den 4 Aspekt den ich aufgreifen möchte bezieht sich auf Metta Praxis bzw die 4 göttlichen Emotionen, die zur unermesslichen Gemütsbefreiung führen. Voll Liebe zu der ganzen Welt – oder die 4 unermesslichen Emotionen.

Den 5 Aspekt den ich aufgreifen möchte: Praxis der Meditation. Die Achtsamkeit auf Ein/Ausatmung ist eine der wichtigsten Übungen mit den 16 Atembetrachtungen und den 7 Faktoren des Erwachens, die vollkommene Befreiung zu verwirklichen.

Den 6 Aspekt den ich aufgreifen möchte: Weisheit zu entwickeln, die das Entstehen und Vergehen begreifen: Udayabhayana

Den 7. Aspekt den ich aufgreifen möchte: Ausrottung des Ichdünkels: die Triebe Gier, Haß und Verblendung sind dann überwunden.

Was ich in dem Sutta noch interessant fand:

Nachdem er die Erlaubnis bekommen hat in den anmutigen und entzückenden Mangohain gehen zu dürfen zur Meditation, war er erstaunt darüber, weil er ja voll Vertrauen in die Hauslosigkeit gezogen ist, wie unheilsame Gedanken der Sinnesbegierde/des Übelwollens und der Grausamkeit aufkommen konnten. Bhikkhu Bodhi schreibt in den Anmerkungen: Er war in 500 Leben ein erfolgreicher König und saß gewöhnlich auf einem Thron aus Stein. Begleitet wurde er zu seinem Vergnügen von Tänzerinnen. Er scheint sich an dieses Leben zu erinnern und Sinnesbegierde entsteht in ihm. Er sieht auch wie 2 Diebe, die von seinen Männern gefangen wurden, zu ihm gebracht wurden. Einer der Männer wurde zu einer Gefängnisstrafe verurteilt, und dadurch entstehen Gedanken des Übelwollen in ihm; der andere Mann sollte getötet werden, und dadurch entstehen Gedanken der Grausamkeit in ihm. Mp

Im Vim. Mag heißte es, in einer Lehrrede habe sich der Bhikkhu Megghiya verschlechtert. Die Literaturangaben sind nicht klar darüber. Ich habe mich nur darüber gewundert, dass in der Übersetzung von Nyanatiloka Thera: 'Gar anmutig und entzückend, wahrlich, ist dieser Mangohain; fürwahr, der rechte Ort zum geistigen Kampfe für einen strebenden, edlen Jüngling!'

Bhikkhu Bodhi: This mango grove is truely lovely and delightful, suitable for a clansman intent on striving.

Bhikkhu Sujato: "Oh, this mango grove is lovely and delightful! It's truly good enough for meditation for a kinsman who wants to meditate.

Ich würde Meditation nicht als geistigen Kampf sehen.

Quellen:

Vimuttimagga

SN 45.2

AN VII 35,36

AN IX 3

MN 19, 118

Mp Manorathapurani (AN-atthakatha)