

Bericht für den



Unsere Aktivitäten 2023

im Sinne der in der Satzung verankerten Ziele des Abhidhamma-Fördervereins

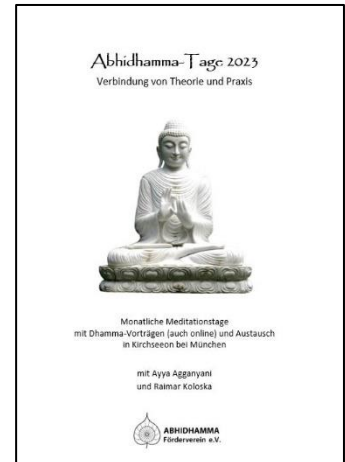
Lehrtätigkeit

Abhidhamma-Tage in Präsenz und online

Seit Januar konnten wir wieder Präsenzveranstaltungen mit Meditation in Kirchseeon bei München anbieten, aber die nachmittäglichen Vorträge auch online über Zoom für die weiter entfernt wohnenden Interessenten.

Raimar Koloska hatte für seine 6-teilige Reihe den Titel „**Auf der Suche nach Weisheit – Eine Einführung in den Abhidhamma**“ gewählt und wie folgt beschrieben:

Der Begriff Weisheit beschreibt im Wesentlichen im buddhistischen Denken ein tiefgehendes erfahrungsgestütztes Verständnis von Zusammenhängen in die Natur unseres Daseins bzw. Lebens sowie eine geistige praktische Fähigkeit des Menschen, bei Herausforderungen zu bestehen - bis hin zur Befreiung von allem unnötigen Leiden.



Sein Block Januar bis März enthielt

- **Einführung in die Philosophie des Buddhismus** – Die Philosophie des Abhidhamma als Liebe zur Weisheit
- **Weisheit und ihre Objekte** – Wirklichkeit, Bewusstsein, Objekte
Weisheit kann nur auf dem Verständnis unserer Daseinswirklichkeit, unseres Bewusstseins und dem Wissen über die Natur der Objekte entstehen. Dieses sich zu verdeutlichen bildet den Ausgangspunkt unserer Erfahrungspraxis.
- **Weisheit und ihre Unterstützer** – Kräfte, die sie fördern und behindern
Welche inneren Kräfte müssen wir in unserer eigenen Erfahrungspraxis fördern, um jeden Tag ein Stück weiser zu werden, welche Kräfte behindern uns dabei.

In seinem zweiten Block Juli bis September behandelte er

- **Weisheit und Realismus** – Dukkha-, Anatta-, Anicca-Lehre und Bedingtes Entstehen. Akzeptieren zu lernen was ist und was nicht ist - unabhängig was wir darüber denken können – bedeutet in Übereinstimmung bzw. Harmonie mit der Wirklichkeit zu leben. Dieses zu erreichen bedeutet den Weg der Weisheit zu beschreiten.
- **Weisheit und Ethik** – Regeln, Handlungskonsequenzen & geistige Qualitäten
Wie dienen sie einer heilsamen Willensbildung mit Weisheit als Grundlage unseres Handelns – welche Haltung können wir ggü. Regeln, Handlungskonsequenzen & geistigen Qualitäten entwickeln.
- **Weisheit und Einsichtspraxis** – Die alltägliche Praxis der Einsichtsmeditation im Alltag und im Retreat nach Abhidhamma-Philosophie.



Ich hatte mir für dieses Jahr vorgenommen, einige Sutten zu Vipassanā aus dem Saḷāyatana-Vagga des Majjhima-Nikāya zu besprechen, um sie mit Abhidhamma tiefer zu durchleuchten und betitelte meine Serie deshalb mit „**Befreiung durch das Erkennen der Natur der dhammas**“.

Im ersten Block April bis Juni habe ich das **Chachakka-Sutta**, die sechs Sechsergruppen, aus der Mittleren Sammlung (MN 148) vorgestellt. Darin geht es letztlich um die Entstehung und Auflösung von Identifikation, Ich-Ansicht, Geistesbefleckungen, Neigungen und der Daseinsgruppen: Samsāra bzw. Nibbāna.

Im zweiten Block Oktober bis November habe ich das **Mahāsāḷāyatanika-Sutta**, die große sechsfache Grundlage (MN 149), besprochen. Das Sehen und Erkennen aller Grundlagen der Wirklichkeit gemäß führt zur Vollendung der zur Erleuchtung gehörigen Dinge (bodhipakkhiya-dhammā). Mit höherer Geisteskraft können somit die Gruppen des Anhaftens durchdrungen, Unwissenheit und Begehren überwunden, Ruhe und Einsicht entwickelt, und wahres Wissen und Befreiung verwirklicht werden.

Und für heute, zum Dezember-Termin, habe ich das **Channovāda-Sutta**, Rat an Channa (MN 144) gewählt. Darin geht es um zu tadelnden und untadeligen Selbstmord, um Anhaftung und die falsche bzw. rechte Sichtweise zu den Grundlagen, abgerundet durch wunderschöne Worte über Nibbāna als Kern und Ziel der Lehre des Buddha.

Ein paar weitere, einzelne online Lehr-Veranstaltungen 2023 von mir

27. August: Vortrag am online-Treffen der **Theravada-AG**, das dem Thema „Umgang mit Schmerz und Leiden – auf dem spirituellen Weg der Befreiung“ gewidmet war: **Die drei Formen von Leiden (dukkha) und spirituelles Wachstum**. Die Präsentation, die ich dafür erstellt habe, findet sich auf abhidhamma.de im Menü „Dokumente – Präsentationen“, das komplette aufgezeichnete Video auf der theravdanetz.de Webseite.

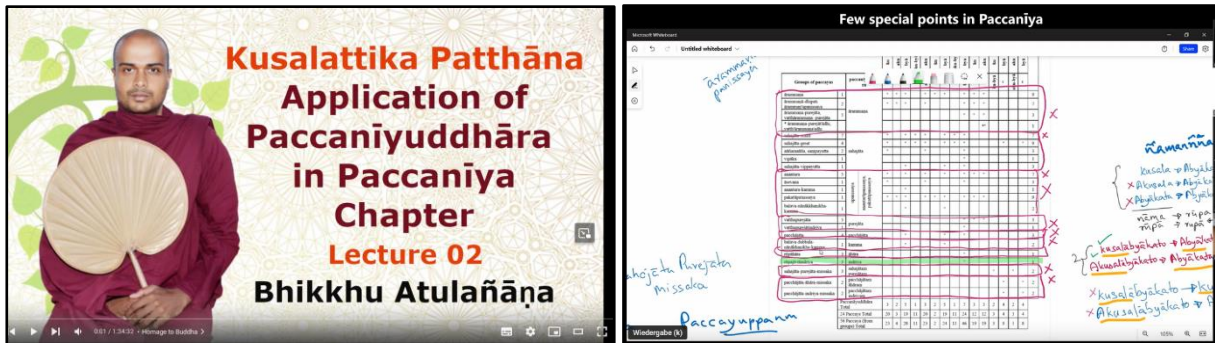
6. September: Online-Vortrag für die **Theravada Gruppe Salzburg: Chachakka – Die sechs Sechsergruppen (MN 148)**. Verkürzte, etwas vereinfachte Version meiner Vorträge auf den Abhidhamma-Tagen. Die für diesen Zweck erstellte Präsentation ist auch auf abhidhamma.de hochgeladen.

19. November: Online Vortrag beim **Buddha-Talk: Erkennen, was die Welt zusammenhält**. (Titel nach Goethes Faust). Nach der Analyse verschiedener Bedeutungen von „Welt“ habe ich den „Zusammenhalt“ mit Hilfe des Paṭiccasamuppāda und ein bisschen Paṭṭhāna erklärt, und die Erkenntnis dieses Zusammenhalts durch die Vipassanā-Praxis. Die Auflösung dieses Zusammenhalts im Samsāra schließlich habe ich mit der Erlangung von Nibbāna bzw. Parinibbāna verglichen.

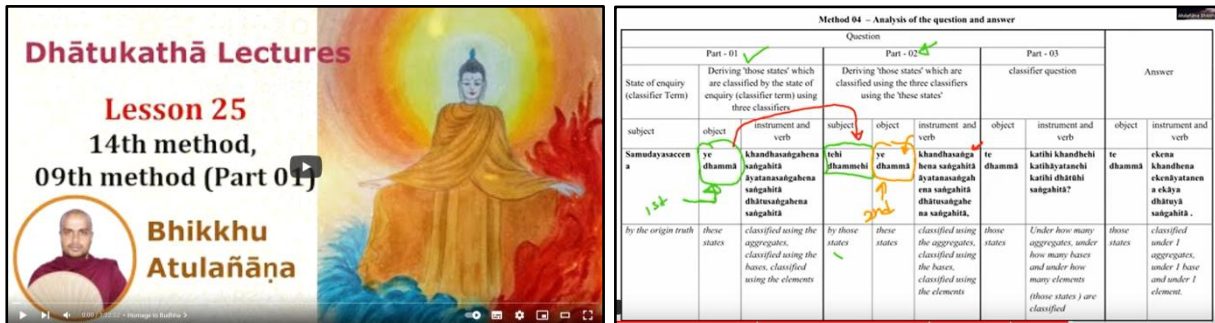
Vortrag, teilweise mit Präsentation, Fragen und Antworten, moderiert von Raimund Hopf. Der Link zur Aufzeichnung auf dem Youtube-Kanal des Buddha-Talk findet sich auf abhidhamma.de im Menü „Audio / Video“.

Nicht von uns organisiert, aber ...

Durch den Kontakt und die Empfehlung von Sayalay Piyadassī aus Litauen, konnte ich von Januar bis April an einigen „hochkarätigen“ **Paṭṭhāna-Vorlesungen zum Kapitel Paccaniyuddhāra** teilnehmen, die Bhikkhu Atulañāṇa auf Englisch online hielt. Er ist ein sehr gelehrter singhalesischer Mönch, der seit Jahren in Myanmar lebt, studiert und lehrt. Informationen über ihn, seine Kurse und Aufzeichnungen auf youtube finden sich auf meiner Webseite www.abhidhamma.com.



Auf Bitte von chinesischen Abhidhamma-Studenten hält Bhikkhu Atulañāṇa nun seit April einen online-**Kurs zum Dhātukathā**, dem dritten Abhidhamma-Piṭaka-Buch. Dementsprechend sind fast alle Teilnehmer Chinesen, entweder direkt aus China, aus Malaysia, oder aus Myanmar, wo einige von Ihnen studieren, und für die der Kurs live ins Chinesische übersetzt wird. Bhikkhu Atulañāṇas Wissen ist immens, da er auch die klassischen Dhātukathā-Kommentare und diesbezügliche Werke verschiedener burmesischer Sayadaws studiert hat. Er setzt zwar viel Abhidhamma und Pāli-Kenntnisse voraus und auch, dass wir „Hausaufgaben“ machen, hat aber eine großartige Fähigkeit zu Erklären und ist für Fragen immer offen.



Inzwischen stehe ich in engem Kontakt und Austausch mit ihm, kann ihm jederzeit Abhidhamma-Fragen stellen und ihn um Stellungnahmen z.B. zu von mir angefertigten Tabellen bitten, während ich wiederum oft seine zur Kursvorbereitung erstellten Tabellen Korrektur lese und mit ihm diskutiere.

Aufgrund der Wertschätzung für seine exakten Erklärungen der Dhātukathā bin ich dabei, auch eine deutsche Übersetzung anzufertigen und vor allem einen erläuternden Kommentar dazu – denn die reine Übersetzung bringt hier wenig. Ein größeres Projekt also. Da auch häufig Dreier- und Zweiergruppen (tikas und dukas) aus der Dhammasaṅgaṇī-Mātika vorkommen, versuche ich nach Möglichkeit dieselben deutschen Begriffe, wie sie damals von den Ehrwürdigen Nyanaponika und Nyanatiloka eingeführt wurden, zu verwenden.

Übersetzungen, Bücher, Schriften, Webseiten

Dieses Jahr haben wir keine neuen Abhidhamma-Bücher herausgebracht.

Beide **Abhidhamma-Webseiten** wurden gepflegt und vermehrt auch Kurs-Videos und Präsentationen aufgenommen.

Myanmar und Sayadaw Dr. Nandamālābhivamsa

Aufgrund der politischen Situation und der bürgerkriegsähnlichen Unruhen in Myanmar ist weiterhin kein Kurs von Sayadaw U Nandamāla im Land möglich. Auch von Reisen nach Myanmar wird abgeraten.

Aber Sayadaw U Nandamāla hält weiterhin jeden Sonntagmorgen, wenn es seine Gesundheit und seine anderen Verpflichtungen erlauben, online (Abhi-)Dhamma-Vorträge, organisiert von den holländischen Dhamma-Freunden um Jotika. Er spricht immer sehr inspirierend über Vipassanā und die Wichtigkeit der Nutzung von Achtsamkeit (sati) zur Entwicklung von Erkenntnis und Weisheit (paññā).



Ausblick

Die **Abhidhamma-Tage** bieten wir auch 2024 in Präsenz und online an. Die Programmplanung läuft und wird noch in diesem Monat bekanntgegeben (PDF-Flyer) und auf die Webseite gestellt.

Raimar Koloska hat sich eine Reihe zum Thema „**Bewusstsein**“ vorgenommen und schreibt dazu:

„Bewusstsein“ ist das zentrale Thema der Psychologie und Philosophie des Buddha, so wie es auch im Abhidhamma systematisch widergespiegelt wird. Das Bewusstsein ist unter allen Phänomenen vorrangig, ist ihr Anführer und Ursprung: u.a. als Bedingung für unsere heilsamen und unheilsamen Handlungen und damit unserem Karma, grundlegend in jedem Prozess der Sinneswahrnehmung mit Kontakt zur erfahrbaren Sinnenwelt und nicht zuletzt in der Befreiung-Erfahrung als transzendentes Bewusstsein mit Nibbāna als Objekt.“

Ich plane das Thema „**die Bedingtheit des Lebens**“, angelehnt an das gleichnamige Buch der holländischen Abhidhamma-Lehrerin Nina van Gorkom, in dem sie die Bedingungskräfte aus dem Paṭṭhāna der Reihe nach sehr praktisch erklärt. Ich will's aber nicht ganz so systematisch angehen...

Sayadaw Kusalasāmis Abhidhammattha-Saṅgaha-Kurs geht weiter – open end.

Bhante Atulañāṇa will nächstes Jahr mit einem **Paṭṭhāna-Kurs** für uns bzw. die eifrigen Chinesen beginnen. Er hat ein Paṭṭhāna-Buch auf singhalesisch geschrieben, das von einer Abhidhamma-Spezialistin aus Sri Lanka ins Englische übersetzt wird und als Kursgrundlage dienen soll.

Sayalay Daw Vimalañāṇī, nepalesische Meditations- und Abhidhamma-Lehrerin, wird im Mai 2024 den nächsten englischsprachigen Abhidhamma-Kurs im Haus der Besinnung in der Schweiz (und online) halten. Thema ist das 5. Kapitel des Abhidhammattha Saṅgaha: **Prozess-freies Bewusstsein** (vīthimutta).

An ihrem diesjährigen Kurs konnte ich aus Termingründen leider nicht teilnehmen, aber an ihrem Vortrag über die Erleuchtungsfaktoren, den sie für die holländischen Abhidhamma-Freunde im Juni hielt.

Bruckmühl, den 9. Dezember 2023,

Agganyani