

1. Was der Text sagt

Der Paṭiccasamuppāda ist kein Bericht über den Anfang der Welt. Er beschreibt einen Vorgang, der in jedem Menschen in jedem Augenblick abläuft. Die Auslegungen, die aus ihm nur eine Kette über drei Leben oder einen Rosenkranz zum Herunterbeten machen, verfehlen den Text. Der Buddha hat die Frage nach dem Anfang der Welt ausdrücklich zurückgewiesen.

Der Schlüssel steht vor den zwölf Gliedern, in der Grundformel. **Wenn dies ist, ist jenes. Wenn dies nicht ist, ist jenes nicht.** Nichts besteht aus sich selbst heraus. Alles, was ist, ist, weil etwas anderes ist, und deshalb hört alles auf, sobald ihm die Bedingung entzogen wird. Der Vorgang ist wie ein Fluss: Er muss nicht bekämpft werden; es genügt, ihn nicht mehr zu speisen. Die zwölf Glieder sind nichts anderes als die Entfaltung dieser vier Zeilen.

Die Kette beginnt mit Unwissenheit, *avijjā*, wörtlich Nichtwissen. Gemeint ist nicht nur fehlendes Wissen über etwas, sondern Nichtbetrachtung: das Nichtbetrachten dessen, was gerade geschieht. Man greift zum Telefon und merkt erst am Bildschirm, dass man zugegriffen hat. Dieser blinde Griff ist die Unwissenheit, mit der die Kette beginnt. Aus der Nichtbetrachtung entsteht, was der Geist erschafft; das Bewusstsein springt darauf an, und damit ist ein Ich da, das erlebt, und eine Welt, die erlebt wird. Über eine der sechs Sinnesbrücken tritt etwas herein und trifft auf. Dieses Auftreffen ist *phassa*, der Kontakt: das Zusammentreffen von Sinnesbrücke, Sinnesobjekt und Bewusstsein. Hier setzt die Vipassanā-Methode an: den Kontakt bemerken, wenn sie zum Gefühl wird, bevor aus dem Gefühl die Geschichte wird. Aus dem Kontakt wird ein Gefühl: angenehm, unangenehm oder neutral. Bis hierher ist nichts geschehen, das Gefühl erscheint ungewollt. Was mit dem Gefühl geschieht, ist sehr wohl gewollt: das Haben-Wollen, das Weg-Haben-Wollen, die Langeweile, die auch nur ein Wollen ist. Das ist *taṇhā*, der Durst, das Verlangen. Nach dem Verlangen kommt das Anhaften, aus dem Festhalten wird Werden: Man wird zu dem, der recht hat, der verletzt wurde, der es besser weiss. Dieses Ich wird geboren, und was geboren wird, altert und stirbt. Nicht die Welt ist die Masse des Leidens. Das Gebäude ist es, das in einer Sekunde um ein Gefühl herum errichtet wird.

Zwischen *vedanā* und *taṇhā*, zwischen Gefühl und Verlangen, liegt der einzige Ansatzpunkt in der ganzen Kette. Alles davor läuft zu schnell, alles danach zu schwer. Jeder kennt das: Ein Insekt sticht, das ist Kontakt. Es brennt und juckt, das ist Gefühl. Bis hierher ist es ein kleiner Schmerz, der von selbst vergeht. Dann setzt das Wollen ein: weg damit. Man kratzt, das Jucken wird stärker, man ärgert sich, und der Ärger dauert länger als der Stich. Der Abend mit dem Stich bleibt vielleicht sogar in Erinnerung.

Das Verlangen ist kein drittes Ereignis, das auf das Gefühl folgt. Ein Gefühl, das nur gefühlt wird, hat keine Folgen. Aber dann gibt die Wahrnehmung ihm einen Namen: angenehm, meines, kenne ich. Das Denken macht aus dem Namen eine Geschichte. Und in dem Moment ist das Verlangen nicht im Kommen: Es ist schon da. Die Geschichte selbst ist das Verlangen. Solange das Gefühl nicht zum Gedanken wird, entsteht kein Anhaften. Das *Madhupiṇḍika-Sutta* (MN 18) beschreibt genau diese Abfolge: Aus dem Gefühl wird Wahrnehmung, aus der Wahrnehmung ein Gedanke, aus dem Gedanken ein Gedankenstrom, der sich selbständig macht. Die Zwölfkette zeigt diese Bewegung im Grossen, als Bogen eines ganzen Lebens; das *Madhupiṇḍika* zeigt sie im Kleinen, im Bruchteil einer Sekunde. Es ist dieselbe Bewegung.

Die Umkehrung ist keine Weltflucht und kein Abtöten der Sinne. Sie sagt nur: Mit dem restlosen Schwinden der Unwissenheit fällt das Gebäude in sich zusammen. Wird das Gefühl im Augenblick seines Entstehens als Gefühl gesehen und sonst nichts, bleibt das Verlangen aus. Wo kein Verlangen ist, wird nichts ergriffen, wird niemand zu etwas, wird niemand geboren, stirbt niemand. *Nirodha* ist kein Erlöschen des Lebens, sondern das Ausbleiben eines Gebäudes, das nie nötig war.

Es gibt einen Punkt, an dem die Kette zur Ruhe kommt: ein Gefühl, das gefühlt wird und noch nicht Gedanke geworden ist.

2. Das Wort *sati* · สติ

An einem einzigen Wort der Grundformel scheitern die meisten Übersetzer: *sati*. Was das Wort bedeutet, zeigt die thailändische Alltagssprache am deutlichsten. Im Thai bedeutet สติ nicht in erster Linie Achtsamkeit, sondern Besinnung, Geistesgegenwart, Bei-sich-Sein. Der Gegenpol ist nicht Zerstreuung, sondern Kontrollverlust. ขาดสติ,

„an Sati mangeln“, heisst ohne Besinnung handeln: เมาจนขาดสติ, betrunken bis zur Besinnungslosigkeit; โกรธจนขาดสติ, blind vor Wut; ขาดสติชั่ววูบ, der Augenblick der Unbesonnenheit vor Gericht. Auf derselben Achse liegen ได้สติ (zu sich kommen), หมดสติ (bewusstlos), เสียสติ (den Verstand verlieren), สติแตก (durchdrehen), ตั้งสติ (sich fassen), มีสติ (besonnen) und die Klosterformel สติสัมปชัญญะ, Achtsamkeit und klares Wissen. Die Alltagssprache trennt dabei sauber: ขาดสติ ist Besinnungslosigkeit, ขาดสมาธิ ist Unkonzentriertheit. Der Schüler, der aus dem Fenster schaut, ist zerstreut, aber bei sich. Der Betrunkene, der prügelt, kann hochkonzentriert sein und ist doch nicht da. Sati ist nicht Konzentration, sondern Geistesgegenwart. So bewahrt das Thai die älteste Schicht des Pali-Wortes: nicht das Beobachten, sondern das Nichtvergessen, dass man hier ist.

Nun gibt es im Pali zwei *sati*, die sich zufällig gleich schreiben. Das eine ist das Substantiv aus √smṛ: Erinnerung, Gegenwärtighalten, das Nichtvergessen dessen, was gerade geschieht; nur dieses Wort ist als สติ ins Thai eingegangen. Das andere ist eine Verbform aus √as, „seiend“, und genau dieses steht in der Grundformel: *imasmim sati idaṃ hoti* heisst wörtlich „bei diesem seiend, ist jenes“, also „wenn dies ist, ist jenes“. Wäre hier die Achtsamkeit gemeint, müsste *satiyā* stehen. Wer die Zeile aus der Thai-Umschrift liest, liest leicht „Achtsamkeit“; die Grammatik lässt das nicht zu. In der Grundformel steht „seiend“.

3. Zusammenführung

Das Partizip *sati* in der Grundformel sagt: Wenn dies da ist, ist jenes da; *asati*, wenn nicht, dann nicht. Die Kette zeigt, was „dies“ ist: die Unwissenheit an der Wurzel und, im gelebten Augenblick, das Verlangen, das aus dem Gefühl aufspringt. Das Substantiv *sati*, das mit dem Partizip nur die Schreibung teilt, benennt das Werkzeug, mit dem die Bedingung entzogen wird: die Anwesenheit dessen, der hinsieht, im Bruchteil einer Sekunde zwischen Gefühl und Verlangen. Das Thai hat diese Anwesenheit und ihr Fehlen mit ได้สติ und ขาดสติ benannt. Die beiden Wörter dürfen nicht verwechselt werden, aber man darf sie nebeneinander halten. Ist Sati da, wird das Gefühl als Gefühl erkannt, und die Kette hat kein Glied, an dem sie weiterlaufen kann. Ist Sati nicht da, läuft sie durch.

Darum steht die Formel so nüchtern da, ohne Gott, ohne Seele, ohne Strafe, ohne Belohnung. Sie verlangt keinen Glauben. Sie verlangt, dass man hinschaut, gründlich und von der Wurzel her. Sie lässt sich an einem einzigen Atemzug prüfen: Etwas berührt, ein Gefühl entsteht, und in dem Bruchteil, bevor das Verlangen anspringt, ist nur der Atem da. Kein Mythos, keine Metaphysik, eine Gebrauchsanweisung. Das Leiden hat einen Bauplan, und wer den Bauplan kennt, muss nicht mehr bauen. Was folgt, ist der Text selbst.

DER TEXT

Pali in thailändischer Rezitationsumschrift, Pali (IAST) und Deutsch. Quelle: Nidānaśamyutta, SN 12 (Thai-Tiṇṇaka Bd. 16); Rezitationsfassung Wat Na Pa Pong.

I. Einleitung und Grundformel · บทนำ

Nr.	Thai (Umschrift)	Pali	Deutsch
1	อิธะ ภิกขะเว อริยสะวาทโก ปะฏิจะสะมุปปาทัญญะ สาธุกัง โยนิโส มะนะสิกะโรติ	<i>Idha bhikkhave ariyasāvako paṭiccasamuppādaññeva sādhukaṃ yoniso manasikaroti:</i>	Hier, ihr Mönche, richtet der edle Schüler seine Aufmerksamkeit gründlich und weise eben auf das abhängige Entstehen:
2	อิมัสมิม สะติ อิถัง โหติ	<i>Imasmim sati idaṃ hoti,</i>	Wenn dies ist, ist jenes.
3	อิมัสสุปปาทา อิถัง อุปปัชชะติ	<i>imassuppādā idaṃ uppajjati;</i>	Aus dem Entstehen von diesem entsteht jenes.
4	อิมัสมิม อะสะติ อิถัง นะ โหติ	<i>imasmim asati idaṃ na hoti,</i>	Wenn dies nicht ist, ist jenes nicht.
5	อิมัสสะ นิโรธา อิถัง นิรุจมะติ	<i>imassa nirodhā idaṃ nirujjhati.</i>	Aus dem Aufhören von diesem hört jenes auf.
6	ยะทิถัง	<i>Yadidaṃ:</i>	Nämlich:

II. Entstehung (Anuloma) · สมุทวาร

Nr.	Thai (Umschrift)	Pali	Deutsch
-----	------------------	------	---------

1	อะวิจชาปัจจะยา สังขารรา	<i>Avijjāpaccayā saṅkhārā,</i>	Durch die Unwissenheit bedingt entsteht, was der Geist erschafft.
2	สังขาระปัจจะยา วิญญูณัง	<i>saṅkhārapaccayā viññāṇaṃ,</i>	Durch das, was der Geist erschafft, bedingt entsteht das Bewusstsein.
3	วิญญูณปะปัจจะยา นามะรูปัง	<i>viññāṇapaccayā nāmarūpaṃ,</i>	Durch das Bewusstsein bedingt entstehen Geist und Körper.
4	นามะรูปะปัจจะยา สะพ่ายะตะ นัง	<i>nāmarūpapaccayā saḷāyatanam,</i>	Durch Geist und Körper bedingt entstehen die sechs Sinnesbrücken.
5	สะพ่ายะตะนะปัจจะยา ผัสโส	<i>saḷāyatanapaccayā phasso,</i>	Durch die sechs Sinnesbrücken bedingt entsteht der Kontakt.
6	ผัสสะปัจจะยา เวทนา	<i>phassapaccayā vedanā,</i>	Durch den Kontakt bedingt entsteht das Gefühl.
7	เวทนะปัจจะยา ตัณหา	<i>vedanāpaccayā taṇhā,</i>	Durch das Gefühl bedingt entsteht das Verlangen.
8	ตัณหาปัจจะยา อุปาทานัง	<i>taṇhāpaccayā upādānaṃ,</i>	Durch das Verlangen bedingt entsteht das Anhaften.
9	อุปาทานะปัจจะยา ภาวะ	<i>upādānapaccayā bhavo,</i>	Durch das Anhaften bedingt entsteht das Werden.
10	ภาวะปัจจะยา ชาติ	<i>bhavapaccayā jāti,</i>	Durch das Werden bedingt entsteht die Geburt.
11	ชาติปัจจะยา ชะรามะระณัง โสกะปะริเทวะทุกขะโทมะนัส สุปายาสา สัมภะวันติ	<i>jātipaccayā jarāmaṇaṃ sokaparidevadukkhadomanass upāyāsā sambhavanti.</i>	Durch die Geburt bedingt entstehen Altern und Tod, Kummer, Klage, Schmerz, Trübsal und Verzweiflung.
	เอวะเมตัสสะ เภาวะลัสสะ ทุกข์ กัณ्हันตัสสะ สมุททะโย โหติ	<i>Evametassa kevalassa dukkhakkhandhassa samudayo hoti.</i>	So entsteht diese ganze Masse des Leidens.

III. Aufhören (Paṭiloma) · นิโรธวาร

Nr.	Thai (Umschrift)	Pali	Deutsch
1	อะวิจชาเย เตววะ อะเสสะ วิราคะนิโรธา สังขาระนิโรโธ	<i>Avijjāya tveva asesavirāganirodhā saṅkhāranirodho,</i>	Durch das restlose Schwinden und Aufhören eben dieser Unwissenheit hört auf, was der Geist erschafft.
2	สังขาระนิโรธา วิญญูณะนิ โรโธ	<i>saṅkhāranirodhā viññāṇanirodho,</i>	Durch das Aufhören dessen, was der Geist erschafft, hört das Bewusstsein auf.
3	วิญญูณะนิโรธา นามะรูปะนิ โรโธ	<i>viññāṇanirodhā nāmarūpanirodho,</i>	Durch das Aufhören des Bewusstseins hören Geist und Körper auf.
4	นามะรูปะนิโรธา สะพ่ายะตะ นะนิโรโธ	<i>nāmarūpanirodhā saḷāyatananirodho,</i>	Durch das Aufhören von Geist und Körper hören die sechs Sinnesbrücken auf.
5	สะพ่ายะตะนะนิโรธา ผัสสะนิ โรโธ	<i>saḷāyatananirodhā phassanirodho,</i>	Durch das Aufhören der sechs Sinnesbrücken hört der Kontakt auf.
6	ผัสสะนิโรธา เวทนะนิโรโธ	<i>phassanirodhā vedanānirodho,</i>	Durch das Aufhören des Kontakts hört das Gefühl auf.
7	เวทนะนิโรธา ตัณหานิโรโธ	<i>vedanānirodhā taṇhānirodho,</i>	Durch das Aufhören des Gefühls hört das Verlangen auf.
8	ตัณหานิโรธา อุปาทานะนิ โรโธ	<i>taṇhānirodhā upādānanirodho,</i>	Durch das Aufhören des Verlangens hört das Anhaften auf.

9	อุปาทานะนิโรธา ภะวะนิ โรโธ	<i>upādānanirodhā bhavanirodho,</i>	Durch das Aufhören des Anhaftens hört das Werden auf.
10	ภะวะนิโรธา ชาตินิโรโธ	<i>bhavanirodhā jātinirodho,</i>	Durch das Aufhören des Werdens hört die Geburt auf.
11	ชาตินิโรธา ชะรามะระณัง โสกะปะริเทวะทุกขะโทมะนัส สุปายาสา นิรุจันติ	<i>jātinirodhā jarāmaṇaṃ soka-parideva-dukkha-domanassa upāyāsā nirujjanti.</i>	Durch das Aufhören der Geburt hören Altern und Tod, Kummer, Klage, Schmerz, Trübsal und Verzweiflung auf.
	เอวะเมตัสสะ เกวะลัสสะ ทุกขั กัซันธัสสะ นิโรโธ โหตีติ	<i>Evametassa kevalassa dukkhakkhandhassa nirodho hoti ti.</i>	So hört diese ganze Masse des Leidens auf.

IV. Die zwölf Glieder · องค์ ๑๒ ของปฏิจจสมุปบาท

Nr.	Pali	Thai	Deutsch
1	<i>avijjā</i>	อวิชชา	Unwissenheit: das Nichtwissen um die vier Wahrheiten des geistig Edlen und um das abhängige Entstehen
2	<i>saṅkhārā</i>	สังขาร	Was der Geist erschafft: Regungen in Körper, Rede und Geist
3	<i>viññāṇa</i>	วิญญาน	Bewusstsein: das Erkennen an den sechs Sinnesbrücken
4	<i>nāmarūpa</i>	นามรูป	Geist und Körper: die geistige Seite (Gefühl, Wahrnehmung, Wille, Kontakt, Aufmerken) und der Körper
5	<i>saḷāyatana</i>	สฬายตนะ	die sechs Sinnesbrücken: Auge, Ohr, Nase, Zunge, Körper, Geist
6	<i>phassa</i>	ผัสสะ	Kontakt: das Zusammentreffen von Sinnesbrücke, Objekt und Bewusstsein
7	<i>vedanā</i>	เวทนา	Gefühl: angenehm, unangenehm oder neutral
8	<i>taṇhā</i>	ตัณหา	Verlangen, wörtlich „Durst“: nach Reizen der Sinne, nach Werden, nach Nichtwerden
9	<i>upādāna</i>	อุปาทาน	Anhaften: an Reizen der Sinne, an Ansichten, an Regeln und Ritualen, an der Ich-Ansicht
10	<i>bhava</i>	ภพ	Werden: zu jemandem werden, in der Sinnenwelt, der Formwelt und der formlosen Welt
11	<i>jāti</i>	ชาติ	Geburt: das Hervortreten der fünf Aggregate
12	<i>jarāmaṇa</i>	ชรา มรณะ	Altern und Tod, mit ihrem Gefolge: Kummer (soka), Klage (parideva), Schmerz (dukkha), Trübsal (domanassa), Verzweiflung (upāyāsa)

V. Anmerkung

Der Text ist die kanonische Formel des abhängigen Entstehens, wie sie im Nidānasamyutta des Samyutta-Nikāya (SN 12) an vielen Stellen steht und in Thailand als Rezitationstext (บทสวดปฏิจจสมุปบาท) gesungen wird. Die thailändische Spalte gibt den Pali-Text in der in Thailand üblichen Rezitationsumschrift wieder; das Niggahīta (Anusvāra, ṃ) wird dort als ัง geschrieben und gesprochen, das Zeichen ์ (Yamakkaṇ) markiert einen Konsonantenverbund ohne eigenen Vokal. Die deutsche Fassung folgt der Wortwahl der Vortragsübersetzungen auf schwoerer.com (was der Geist erschafft, Geist und Körper, Sinnesbrücken, Kontakt, Verlangen, Anhaften, Werden) und verzichtet bewusst auf das Gelehrtentdeutsch Nyanatilokas und Nyanaponikas.

Rezitationsvorlage: Wat Na Pa Pong, บทสวดปฏิจจสมุปบาท สวดโดย ภิกขุ เอเอ อธิจิตโต. Zusammengestellt und übersetzt von Daniel Schwörer, Winterthur, September 2026 / พ.ศ. ๒๕๖๙.

PAṬICCASAMUPPĀDA – DAS ABHÄNGIGE ENTSTEHEN

ปฏิจจสมุปบาท · สังยุตตนิกาย นิทานวรรค · พระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๖

DANIEL SCHWÖRER

imasmim sati idaṃ hoti · imasmim asati idaṃ na hoti

เมื่อสิ่งนี้มี สิ่งนี้จึงมี เมื่อสิ่งนี้ไม่มี สิ่งนี้จึงไม่มี · when this is, that is; when this is not, that is not · wenn dies ist, ist jenes; wenn dies nicht ist, ist jenes nicht

ENGLISH

The Paṭiccasamuppāda is not an account of the beginning of the world. It describes a process that runs in every human being in every moment: something touches, a feeling arises, and within a fraction of a second the feeling becomes a craving, and the craving becomes an I that holds on and suffers. Between feeling and craving lies the only point in the whole chain where one can step in. If the feeling is only felt and not yet made into thought, no clinging arises: that is the point where the chain can rest, and exactly there vipassanā practice takes hold. The formula demands no belief; it can be tested on a single breath.

The edition gives the complete recitation text as chanted in Thai monasteries: the Pali in Thai transcription, the Pali in Roman script, and a new German translation, with an introduction. A second part shows, through the everyday Thai word สติ, what sati originally means: not observation, but presence.

The German translation is the author's own; the Pali recitation text in Thai script follows the version chanted at Wat Na Pa Pong.

ไทย

ปฏิจจสมุปบาทมิใช่เรื่องเล่าว่าด้วยจุดเริ่มต้นของโลก หากพรรณนากระบวนการที่ดำเนินอยู่ในมนุษย์ทุกคนในทุกขณะ: บางสิ่งกระทบ เวทนาเกิดขึ้น และภายในเสี้ยววินาทีเวทนากลายเป็นตัณหา ตัณหากลายเป็นตัวตนที่ยึดไว้และเป็นทุกข์ ระหว่างเวทนากับตัณหาที่ติดเดียวในสายโซ่ทั้งหมดที่พอจะเข้าแทรกได้ หากเวทนาเพียงถูกรู้สึกและยังมีได้กลายเป็นความคิด อุปาทาน ย่อมไม่เกิด: นั่นคือจุดที่สายโซ่จะสงบลงได้ และตรงนั้นเองที่การปฏิบัติวิปัสสนาเข้าจับ หลักธรรมนี้ไม่เรียกร้องความเชื่อ พิสูจน์ได้ในลมหายใจเดียว

ฉบับนี้ให้บทสวดครบถ้วนตามที่สวดกันในวัดไทย: บาลีอักษรไทย บาลีอักษรโรมัน และคำแปลภาษาเยอรมันฉบับใหม่ พร้อมบทนำ ส่วนที่สองแสดงผ่านคำไทยในชีวิตประจำวันว่า สติ เดิมหมายถึงอะไร: มิใช่การเฝ้าดู หากคือการอยู่กับเนื้อกับตัว

คำแปลภาษาเยอรมันเป็นของผู้เขียนเอง ส่วนบทสวดบาลีอักษรไทยเป็นไปตามฉบับวัดนาป่าพง

DEUTSCH

Der Paṭiccasamuppāda ist kein Bericht über den Anfang der Welt. Er beschreibt einen Vorgang, der in jedem Menschen in jedem Augenblick abläuft: Etwas berührt, ein Gefühl entsteht, und im Bruchteil einer Sekunde wird aus dem Gefühl ein Verlangen, aus dem Verlangen ein Ich, das festhält und leidet. Zwischen Gefühl und Verlangen liegt der einzige Ansatzpunkt der ganzen Kette. Wird das Gefühl nur gefühlt und noch nicht zum Gedanken, entsteht kein Anhaften: Das ist der Punkt, an dem die Kette zur Ruhe kommt, und genau dort setzt die Vipassanā-Praxis an. Die Formel verlangt keinen Glauben; sie lässt sich an einem einzigen Atemzug prüfen.

Die Ausgabe enthält den vollständigen Rezitationstext, wie er in thailändischen Klöstern gesungen wird: das Pali in thailändischer Umschrift, das Pali in lateinischer Schrift und eine neue deutsche Übersetzung, mit einer Einführung. Ein zweiter Teil zeigt am thailändischen Alltagswort สติ, was sati ursprünglich heisst: nicht Beobachtung, sondern Geistesgegenwart.

Die deutsche Übersetzung stammt vom Verfasser; der Rezitationstext in Thai-Schrift folgt der Fassung von Wat Na Pa Pong.