

Deutsche Buddhistische Union (DBU) – Studienprogramm  
Die Vielfalt buddhistischen Wissens

**Vertiefungsmodul**

**Thema: Abhidhamma / Abhidharma**

**Schwerpunkte**

*Definition und Kurzinformation*

Wortbedeutung; 3. Korb des *Pali*-kanon (*Tipitaka*); systematisierte buddhistische Lehre

Buddhistische Philosophie, ~ Psychologie, ~ psycho-ethisches System

Unterschied zum *Suttanta*

Die sieben Original-Abhidhamma-Werke und der *Abhidhammattha Sangaha*

Geschichte, Legende zur Herkunft

Unterschiede Abhidhamma (Theravada) – Abhidharma (Mahayana)

Warum Abhidhamma?

Unterscheidung von *nama* und *rupa* (Voraussetzung für die *Vipassana*-Einsichtsstufen)

Landkarte des Geistes; Verstehen, wie unser Geist arbeitet

Anwendung dieses Wissens in Alltag und Meditation

Verstehen von *anatta*

Eigenständigkeit; Unabhängigkeit vom Meditationslehrer in Verständnis und Praxis

*Inhalte*

Konventionelle und letztendliche Wirklichkeiten

- Konzepte und konventionelle Wahrheit – letztendliche Realitäten oder Wahrheit
- Bedingte und unbedingte Realitäten

Bewusstsein (*citta*)

- Definition; 89 / 121 Arten von Bewusstsein
- Klassifizierung: Kriterien, Logik, Klassen, Beispiele, Funktionen, Gefühle ...

Geistesfaktoren / geistige Eigenschaften (*cetasika*)

- Definition; 52 Arten *cetasika*
- Klassifizierung und Besprechung der wichtigsten Faktoren für unseren Alltag und für die Meditation
- Systematik der Assoziation Bewusstsein – Geistesfaktoren

Materie / physikalische Eigenschaften (*rupa*)

- Definition; 28 Arten *rupa*
- Klassifizierung; Einheiten oder Gruppen von Materie (*kalapa*)
- Wie entsteht Materie? Die vier Ursachen; Anwendungsbeispiele aus *kayanupassana* u.a.

Geistige und physikalische Prozesse (*vithi*), Kamma und seine Wirkungen

- Wie funktioniert unser Geist?
- Wie funktionieren Sterben und Wiedergeburt? Entwicklung eines Lebewesens (*kalala* usw.)

Bedingungsbeziehungen von Geist und Materie

- *patthasamuppada* und *patthana*

Meditationsmethoden und -objekte (*kammatthana*)

- Erklärung der *Samatha*- und *Vipassana*-Meditation

### **Prüfungsrelevante Aspekte**

Der/die zu Prüfende soll

- die Grundsystematik des Abhidhamma erklären und die wesentlichen Begriffe mit Inhalt füllen können
- Anwendungsbeispiele aus Meditation und Alltag nennen können

### **Praxisempfehlung**

Meditationsübungen aus dem *Satipatthana-Sutta* (alle vier Bereiche) und *Kammatthana*-Kapitel

### **Didaktisch-Methodische Hinweise**

Tabellen und Charts zum Entwickeln und Ausmalen (in Workshops, Kleingruppen)

### **Medieneinsatz**

Flipchart zum Entwerfen/Füllen der Tabellen

Interaktive Website [www.abhidhamma.de](http://www.abhidhamma.de) (plus englischsprachige: [www.abhidhamma.com](http://www.abhidhamma.com)) offline über Beamer

### **Bezug zu anderen Weltanschauungen/Religionen**

Gemeinsamkeiten und Unterschiede zu anderen Philosophien und zur Psychologie

Moderne Physik und Hirnforschung

### **Stand**

14.04.2006