

Saṃyutta Nikāya 22.59

Lehrrede vom Merkmal des Nicht-Selbst

Anattalakkhaṇa Sutta

So habe ich gehört. Einmal hielt sich der Erhabene bei Vārāṇasī auf, im Wildpark von Isipatana. Dort aber richtete sich der Erhabene an die Bhikkhus der Fünfergruppe:

„Form, ihr Bhikkhus, ist Nicht-Selbst. Und wenn nämlich, ihr Bhikkhus, Form Selbst wäre, würde diese Form nicht im Leid enden, und man könnte in Bezug auf Form erlangen: »So möge meine Form sein, so soll meine Form nicht sein.« Weil aber, ihr Bhikkhus, Form Nicht-Selbst ist, deshalb endet Form im Leid und man erlangt in Bezug auf Form nicht: »So möge meine Form sein, so soll meine Form nicht sein.«

Gefühl ist Nicht-Selbst. Und wenn nämlich, ihr Bhikkhus, Gefühl Selbst wäre, würde dieses Gefühl nicht im Leid enden, und man könnte in Bezug auf Gefühl erlangen: »So möge mein Gefühl sein, so soll mein Gefühl nicht sein.« Weil aber, ihr Bhikkhus, Gefühl Nicht-Selbst ist, deshalb endet Gefühl im Leid und man erlangt in Bezug auf Gefühl nicht: »So möge mein Gefühl sein, so soll mein Gefühl nicht sein.«

Wahrnehmung ist Nicht-Selbst. Und wenn nämlich, ihr Bhikkhus, Wahrnehmung Selbst wäre, würde diese Wahrnehmung nicht im Leid enden, und man könnte in Bezug auf Wahrnehmung erlangen: »So möge meine Wahrnehmung sein, so soll meine Wahrnehmung nicht sein.« Weil aber, ihr Bhikkhus, Wahrnehmung Nicht-Selbst ist, deshalb endet Wahrnehmung im Leid und man erlangt in Bezug auf Wahrnehmung nicht: »So möge meine Wahrnehmung sein, so soll meine Wahrnehmung nicht sein.«

Gestaltungen sind Nicht-Selbst. Und wenn nämlich, ihr Bhikkhus, Gestaltungen Selbst wären, würden diese Gestaltungen nicht im Leid enden, und man könnte in Bezug auf Gestaltungen erlangen: »So mögen meine Gestaltungen sein, so sollen meine Gestaltungen nicht sein.« Weil aber, ihr Bhikkhus, Gestaltungen Nicht-Selbst sind, deshalb enden Gestaltungen im Leid und man erlangt in Bezug auf Gestaltungen nicht: »So mögen meine Gestaltungen sein, so sollen meine Gestaltungen nicht sein.«

Bewusstsein ist Nicht-Selbst. Und wenn nämlich, ihr Bhikkhus, Bewusstsein Selbst wäre, würde dieses Bewusstsein nicht im Leid enden, und man könnte in Bezug auf Bewusstsein erlangen: »So möge mein Bewusstsein sein, so soll mein Bewusstsein nicht sein.« Weil aber, ihr Bhikkhus, Bewusstsein Nicht-Selbst ist, deshalb endet Bewusstsein im Leid und man erlangt in Bezug auf Bewusstsein nicht: »So möge mein Bewusstsein sein, so soll mein Bewusstsein nicht sein.«

Was meint ihr, Bhikkhus? Ist Form beständig oder unbeständig?“

„Unbeständig, ehrwürdiger Herr.“

„Was aber unbeständig ist, ist das leidhaft oder angenehm?“

„Leidhaft, ehrwürdiger Herr.“

„Was aber unbeständig, leidhaft und der Veränderung unterworfen ist, ist das geeignet, so betrachtet zu werden: Dieses ist mein, dieser bin ich, dieser ist mein Selbst?“

„Bestimmt nicht, ehrwürdiger Herr.“

Was meint ihr, Bhikkhus? Ist Gefühl beständig oder unbeständig?“

„Unbeständig, ehrwürdiger Herr.“

„Was aber unbeständig ist, ist das leidhaft oder angenehm?“

„Leidhaft, ehrwürdiger Herr.“

„Was aber unbeständig, leidhaft und der Veränderung unterworfen ist, ist das geeignet, so betrachtet zu werden: Dieses ist mein, dieser bin ich, dieser ist mein Selbst?“

„Bestimmt nicht, ehrwürdiger Herr.“

Was meint ihr, Bhikkhus? Ist Wahrnehmung beständig oder unbeständig?“

„Unbeständig, ehrwürdiger Herr.“

„Was aber unbeständig ist, ist das leidhaft oder angenehm?“

„Leidhaft, ehrwürdiger Herr.“

„Was aber unbeständig, leidhaft und der Veränderung unterworfen ist, ist das geeignet, so betrachtet zu werden: Dieses ist mein, dieser bin ich, dieser ist mein Selbst?“

„Bestimmt nicht, ehrwürdiger Herr.“

Was meint ihr, Bhikkhus? Sind Gestaltungen beständig oder unbeständig?“

„Unbeständig, ehrwürdiger Herr.“

„Was aber unbeständig ist, ist das leidhaft oder angenehm?“

„Leidhaft, ehrwürdiger Herr.“

„Was aber unbeständig, leidhaft und der Veränderung unterworfen ist, ist das geeignet, so betrachtet zu werden: Dieses ist mein, dieser bin ich, dieser ist mein Selbst?“

„Bestimmt nicht, ehrwürdiger Herr.“

Was meint ihr, Bhikkhus? Ist Bewusstsein beständig oder unbeständig?“

„Unbeständig, ehrwürdiger Herr.“

„Was aber unbeständig ist, ist das leidhaft oder angenehm?“

„Leidhaft, ehrwürdiger Herr.“

„Was aber unbeständig, leidhaft und der Veränderung unterworfen ist, ist das geeignet, so betrachtet zu werden: Dieses ist mein, dieser bin ich, dieser ist mein Selbst?“

„Bestimmt nicht, ehrwürdiger Herr.“

„Daher, ihr Bhikkhus: Welche Form auch immer, vergangen, künftig oder gegenwärtig, innerlich oder äußerlich, grob oder subtil, niedrig oder erlesen, ob nah oder fern, für jegliche Form gilt: Dieses ist nicht mein, dieser bin ich nicht; dieser ist nicht mein Selbst. So sollte das wirklichkeitsgemäß mit richtiger Weisheits gesehen werden.

Welches Gefühl auch immer, vergangen, künftig oder gegenwärtig, innerlich oder äußerlich, grob oder subtil, niedrig oder erlesen, ob nah oder fern, für jegliches Gefühl gilt: Dieses ist nicht mein, dieser bin ich nicht; dieser ist nicht mein Selbst. So sollte das wirklichkeitsgemäß mit richtiger Weisheits gesehen werden.

Welche Wahrnehmung auch immer, vergangen, künftig oder gegenwärtig, innerlich oder äußerlich, grob oder subtil, niedrig oder erlesen, ob nah oder fern, für jegliche Wahrnehmung gilt: Dieses ist nicht mein, dieser bin ich nicht; dieser ist nicht mein Selbst. So sollte das wirklichkeitsgemäß mit richtiger Weisheits gesehen werden.

Welche Gestaltungen auch immer, vergangen, künftig oder gegenwärtig, innerlich oder äußerlich, grob oder subtil, niedrig oder erlesen, ob nah oder fern, für jegliche Gestaltungen gilt: Dieses ist nicht mein, dieser bin ich nicht; dieser ist nicht mein Selbst. So sollte das wirklichkeitsgemäß mit richtiger Weisheits gesehen werden.

Welches Bewusstsein auch immer, vergangen, künftig oder gegenwärtig, innerlich oder äußerlich, grob oder subtil, niedrig oder erlesen, ob nah oder fern, für jegliches Bewusstsein gilt: Dieses ist nicht mein, dieser bin ich nicht; dieser ist nicht mein Selbst. So sollte das wirklichkeitsgemäß mit richtiger Weisheits gesehen werden.

So sehend, ihr Bhikkhus, wird ein wohlunterrichteter edler Schüler in Bezug auf Form ernüchtert, in Bezug auf Gefühl ernüchtert, in Bezug auf Wahrnehmung ernüchtert, in Bezug auf Gestaltungen ernüchtert, in Bezug auf Bewusstsein ernüchtert. Ernüchtert werdend, wird er entreizt. Durch Entreizung wird er befreit. Im Befreiten ist das Wissen: »Befreit!« »Geburt ist vernichtet, der Heilige Wandel ist vollendet, es ist getan, was zu wirken war,

über diesen Zustand hinaus gibt es nichts Weiteres,« so versteht er.“

Dies sagte der Erhabene. Die Bhikkhus der Fünfergruppe waren zufrieden und entzückt über die Worte des Erhabenen. Und während diese Erklärung vorgetragen wurde, wurde den Bhikkhus der Fünfergruppe durch Nicht-Ergreifen das Herz von den Trieben befreit.