



Dhamma-Kreis Sept.2016

Lesen und Besprechen einiger wichtiger Suttas

Interpretiert von **Ayya Agganyani** am **So.25.09.2016**

Hier: Eine Übersetzungsversion vorgeschlagen von Dr. C. Lübbert

Die Merkmale des Nicht-Ich – *Anattalakkhana-Sutta*

Sutta aus dem *Tipitaka* (dem „Dreikorb“ des Pāli-Kanon) / *Suttapitaka* (Korb der Lehrreden) / *Samyutta Nikaya* (Gruppierte Lehrreden);
die PTS-Identifikation des Sutta ist: **S22.59**

Quellnachweis: Die **Übersetzung** ins Deutsche ist von Ven. **Nyanatiloka**, leicht bearbeitet von Ven. **Nyanaponika**. Internet: http://www.palikanon.com/samyutta/sam22_060.html#s22_59

Bearbeitung CL: Ein paar Fußnoten zum Verständnis des damaligen Umfeldes der Buddha-Zeit und der Buddha-Lehre sind von **CL** eingefügt. Mit „p“ werden einschlägige Pāli-Worte gekennzeichnet.

Themenbereich: Buddhas **Anattā**-Kernlehre („Nicht-Ich statt Metaphysik“). Diese Rede ist das berühmte Anattā-Lakkhana-Sutta, die 'Lehrrede von den Merkmalen des Nicht-Ich', d.i. von den Kennzeichen, welche die Abwesenheit jeder beharrenden Ich-Substanz („Seele“) deutlich machen. Diese Lehrrede wurde an dieselbe Gruppe der fünf früheren Asketengefährten des Buddha gerichtet, welche durch die erste Lehrverkündigung, die 'Predigt von Benāres' (***Dhammacakka-Pavattana-Sutta***) die Stufe des „Stromeintritts“ erreicht hatten. Für die Wichtigkeit der Nicht-Ich-Lehre (*anattā*) ist es bezeichnend, dass erst nach Hören und Verstehen der davon handelnden zweiten Lehrrede des Buddha jenen fünf ersten Jüngern der Durchbruch zur „Heiligkeit“ (= Befreiung von *dukkha*) gelang. Diese Rede findet sich auch in ***Vinaya, Mahāvagga I 6***, wo es noch zum Abschluss heißt: "Zu dieser Zeit nun gab es sechs Heilige in der Welt" - d.i. mit Einschluss des Buddha selber.

Kurzinhalt (CL): Buddha geht sein rein phänomenologisches **MODELL** der ‚**Fünf Daseinsgruppen**‘ (p: *pañca khandhā*)¹ durch, welches er für das setzt, was man gemeinhin mit der (temporären, empirischen, menschlichen) „**Person**“ (p: *nāma-rūpa*) meint, und welches dem Unerfahrenen meist als ein permanent geglaubtes, ja (upanishadisch oder auch westlich) sogar „ewig währendes“ „Ich“ erscheint. (Dieses Modell hatte er während seiner ganzen 45-jährigen Lehrtätigkeit konsequent durchgehalten.) Das „Ich-Gefühl“ will der Buddha bei seinen Bhikkhus **gründlich zerstören**, nicht um sie zu verwirren, sondern um sie auf den Weg zu bringen, sich nachhaltig von *dukkha* zu befreien. Er beginnt im *Sutta* mit den Satz "Die Körperlichkeit (p: *rūpa-khandha*), ihr Mönche, ist Nicht-Ich. Denn wäre, ihr Mönche, diese Körperlichkeit das Ich, nicht würde da diese Körperlichkeit der Krankheit anheimfallen: Erlangen könnte man es dann bei der Körperlichkeit: 'So möge meine Körperlichkeit sein, so möge meine Körperlichkeit nicht sein!' ". Entsprechendes sagt er dann auch von den 4 restlichen Daseinsgruppen¹. Also: Ein „Ich“ im Sinne einer unsterblichen „Seele“ und so zu sagen als Herrscher und Besitzer jenes Bündels der 5 Daseinsphänomene ist, so Buddha, in keiner der 5 Daseinsgruppen selbst – und auch nicht in ihrer Gesamtheit – zu finden. Daher hilft der „Person“ zu ihrer „Befreiung“ nur, sich von diesen Phänome-

¹ Als die „**Fünf Daseinsgruppen**“ (p: *pañca khandhā*) nennt Buddhas MODELL folgende 5 Termini, die man besser **nicht** als „Dinge“ sondern eher als mit jeder „empirischen Person“ immer wieder (und oft in atemberaubender Schnelligkeit) ablaufende, endliche **Prozesse** auffasst, nämlich: „**Körperlichkeit**“ (p: *rūpa khandhā*), „**Gefühl**“ (p: *vedanā khandhā*), „**Wahrnehmung**“ (p: *saññā khandhā*), „**Gestaltungen**“ / (gedankliche „Zusammenbauungen“, wie der Thai-Mönch *Buddhadasa* treffend sagt) (p: *sankhārā khandhā*), und schließlich „**Bewusstsein**“ (p: *viññāna khandhā*) (das von den vorangehend genannten *khandhas* fortwährend „genährt“ – und damit verändert – wird). – Anm.CL: Die antike Pāli-Sprache kannte unseren Begriff „**Prozess**“ noch nicht; daher kommen so manche als „mystisch“ interpretierte Missverständnisse auf, wenn man die Suttas des Pāli-Kanon liest. An der Lehre des Buddha **ist aber überhaupt nichts „mystisch**“, denn der Begriff „Mystik“ stammt aus einer völlig anderen „spirituellen“ Welt, die als Grundprinzip einen „Mono-Gott“ voraussetzt, den der Buddha **überhaupt niemals** in Erwägung zieht.

nen endgültig abzuwenden. Fragt aber ein Mönch, „*wer ist's, der sich von diesen Phänomenen abwenden soll*“ (vgl. *Samyutta Nikaya* / S.12.12.2), so sagt der Buddha, diese Frage sei „unzulässig“. (Das besprechen wir im nächsten Dhammakreis).

Das Anattalakkhana-Sutta

1. So habe ich gehört². Einst weilte der Erhabene bei Benares, zu Isipatana, im Wildpark.³

2. Dort nun wandte sich der Erhabene an die Gruppe der fünf Mönche⁴: "Ihr Mönche!" - "Ja, o Herr", antworteten jene Mönche dem Erhabenen. Der Erhabene sprach also:

3. "Die **Körperlichkeit** (p: *rūpa*), ihr Mönche, ist Nicht-Ich. Denn wäre, ihr Mönche, diese Körperlichkeit das Ich, nicht würde da diese Körperlichkeit der Krankheit anheimfallen: Erlangen könnte man es dann bei der Körperlichkeit: *'So möge meine Körperlichkeit sein, so möge meine Körperlichkeit nicht sein!'*

4. Weil aber, ihr Mönche, die Körperlichkeit Nicht-Ich ist, deshalb fällt die Körperlichkeit der Krankheit anheim, und nicht erlangt man es bei der Körperlichkeit: *'So möge meine Körperlichkeit sein, so möge meine Körperlichkeit nicht sein!'*⁵

5. Das **Gefühl** (p: *vedanā*), ihr Mönche, ist Nicht-Ich. Denn wäre, ihr Mönche, dieses Gefühl das Ich, nicht würde da dieses Gefühl der Krankheit anheimfallen: Erlangen könnte man es dann beim Gefühl: *'So möge mein Gefühl sein, so möge mein Gefühl nicht sein!'*

6. Weil aber, ihr Mönche, das Gefühl Nicht-Ich ist, deshalb fällt das Gefühl der Krankheit anheim, und nicht erlangt man es beim Gefühl: *'So möge mein Gefühl*

7. Die **Wahrnehmung** (p: *saññā*), ihr Mönche, ist Nicht-Ich. Denn wäre, ihr Mönche, diese Wahrnehmung das Ich, nicht würde da diese Wahrnehmung der Krankheit anheimfallen: Erlangen könnte man es dann bei der Wahrnehmung: *'So möge meine Wahrnehmung sein, so möge meine Wahrnehmung nicht sein!'*

² „So habe ich gehört“ – dies weist hin auf die (bis zum Ende des 1. Jh.vC übliche) **rein mündliche** Art der Überlieferung der Buddha-Worte von **Thera** (Altvorderem, etabliertem Altmönch) zu **Samanera** (Jungmönch). – Bis zum 1. Jh.vC war die Technologie **schriftlicher** Überlieferung in ganz Indien von "Wissen und Religion" noch nicht ausgebildet.

³ Der ehemalige Tierpark **Isipatana** in **Sarnath**, ca. 15 Km nördlich der uralten Ganges-Stadt **Varanasi** (Benares) im heutigen indischen Staat **Uttar Pradesh**, ist auch heute noch ein Ort, wo die ersten Aktionen des Buddha (= erstes „Andrehen des Rades“ seiner Lehre) noch sichtbar sind. (Ich war 2004 auf einer Pilgerreise dort).

⁴ Die erwähnten „5 Mönche“ waren ehemals die Gefährten des **Siddhattha Gotama** während seiner ca. 6-jährigen Asketenzeit (vor seiner Erleuchtung). Er traf sie, kurz nach seiner Erleuchtung, im Tierpark **Isipatana** (im heutigen **Sarnath**) wieder.

⁵ D.h.: Einen „Steuermann“ namens „Ich“ des ganzen persönlichen **nāma-rūpa**-Systems gibt es – nach Buddha – nicht: Auch wenn „ich“ noch so sehr wünsche, wie „meine“ Körperlichkeit / „meine“ Gefühle / „meine“ Wahrnehmung / „meine“ Denktätigkeiten / „mein“ Bewusstsein funktionieren sollen -

8. Weil aber, ihr Mönche, die Wahrnehmung Nicht-Ich ist, deshalb fällt die Wahrnehmung der Krankheit anheim, und nicht erlangt man es bei der Wahrnehmung: *'So möge meine Wahrnehmung sein, so möge meine Wahrnehmung nicht sein!'*

9. Die **Gestaltungen** (p: *sankharā* – eine der vielen Interpretationen dieses Wortes), ihr Mönche, sind Nicht-Ich. Denn wären, Ihr Mönche, die Gestaltungen das Ich, nicht würden da diese Gestaltungen der Krankheit anheimfallen: Erlangen könnte man es dann bei den Gestaltungen: *'So mögen meine Gestaltungen sein, so mögen meine Gestaltungen nicht sein!'*

10. Weil aber, ihr Mönche, die Gestaltungen Nicht-Ich sind, deshalb fallen die Gestaltungen der Krankheit anheim, und nicht erlangt man es bei den Gestaltungen: *'So mögen meine Gestaltungen sein, so mögen meine Gestaltungen nicht sein!'*

11. Das **Bewusstsein** (p: *viññana*), ihr Mönche, ist Nicht-Ich. Denn wäre, ihr Mönche, das Bewusstsein das Ich, nicht würde da dieses Bewusstsein der Krankheit anheimfallen. Erlangen könnte man es dann beim Bewusstsein: *'So möge mein Bewusstsein sein, so möge mein Bewusstsein nicht sein!'*

12. Weil aber, ihr Mönche, das Bewusstsein Nicht-Ich ist, deshalb fällt das Bewusstsein der Krankheit anheim, und nicht erlangt man es beim Bewusstsein: *'So möge mein Bewusstsein sein, so möge mein Bewusstsein nicht sein!'*

13. Was meint ihr, o Mönche, ist die Körperlichkeit unvergänglich oder vergänglich?" - "Vergänglich, o Herr." - "Was aber vergänglich ist, ist das leidig oder freudig?" - "Leidig, o Herr."⁶ - "Was nun vergänglich, leidig, wandelbar ist, kann man dies mit Recht so ansehen: *'Dies ist mein, das bin ich, das ist mein Selbst?'*" - "Gewiss nicht, o Herr."

14.-17. "Sind Gefühl - Wahrnehmung - Gestaltungen - Bewusstsein unvergänglich oder vergänglich?" - "Vergänglich, o Herr." - "Was aber vergänglich ist, ist das leidig oder freudig?" - "Leidig, o Herr." - "Was nun vergänglich, leidig,

⁶ **Achtung:** Hier legt der Buddha – wie so oft in seinen Dialogen mit Mönchen – eine **rhetorische Falle** (einfach um seine Schlussweise scheinbar „glatt und kurz“ verbal zu beenden): „Vergängliches – leidig?“ – „Ja“, sagen die Mönche unbedacht [und **das** ist die Falle!] (Also: Unvergängliches – doch dann freudig; denn jeder Unbedachte will ja, dass Freudiges unvergänglich sei!). -- Buddha zielt also damit schlicht und trickreich auf die gewöhnlich-menschliche-unbedachte Reaktion ab, die Freudiges nicht verlieren, also „ewig“ haben will. -- Andersorts bezeichnet er aber eine solche Reaktion zurecht als **Anhaften** (p: *upādāna*). Er hat die Mönche hier schlicht rhetorisch „reingelegt“!! (**Sokrates** hat das auch ziemlich oft so gemacht, um seine Anhänger „herumzukriegen“) – Buddha war aber zum Glück nicht nur Philosoph (Sophist), sondern hat seine Mönche immer wieder dazu angehalten, das richtige Verhältnis von „vergänglich (*aniccā*) – leidbehaftet (*dukkha*) – nicht-ich-und-mein (*anattā*)“ in der **Meditation selbst** zu erkennen (das nannte man später *Vipassana*): Unbeständigkeit, also Prozesshaftigkeit (*aniccā*) ist an sich **nicht** leidbehaftet (wie denn auch!?!), sie wird's erst dadurch, dass im Menschen **Anhaften** (*upādāna*), also „Ewigkeitswunsch“, aufkommt. – **Kapieren tut man das, was Buddha meint, zum ersten Mal, wenn „man“ einmal völlig wach „verschwunden“ ist.**

wandelbar ist, kann man dies mit Recht so ansehen: *'Dies ist mein, das bin ich, das ist mein Selbst?'* - "Gewiss nicht, o Herr."

18.-22. "Daher, o Mönche: was es irgend an Körperlichkeit gibt - an Gefühl - an Wahrnehmung - an Gestaltungen - an Bewusstsein gibt, sei es vergangen, künftig oder gegenwärtig, eigen oder fremd, grob oder fein, gewöhnlich oder edel, fern oder nahe - von jeder Körperlichkeit - jedem Gefühl - jeder Wahrnehmung - allen Gestaltungen - jedem Bewusstsein gilt: *'Dies ist nicht mein, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst!'* So hat man dies **der Wirklichkeit gemäß** mit rechter Weisheit zu betrachten.⁷

23. So erkennend, o Mönche, wendet sich der erfahrene, edle Jünger von der Körperlichkeit ab, er wendet sich ab vom Gefühl, er wendet sich ab von der Wahrnehmung, er wendet sich ab von den Gestaltungen, er wendet sich ab vom Bewusstsein. Abgewandt wird er entsüchtet. Durch die Entsüchtung wird er befreit. Im Befreiten ist die Erkenntnis: *'Befreit bin ich. Versiegt ist die Geburt, vollendet der Heilige Wandel, getan das Werk, nichts Weiteres nach diesem hier'* - so erkennt er."

24. Dies sprach der Erhabene. Beglückt freute sich die Gruppe der fünf Mönche über das Wort des Erhabenen. Während aber diese Erklärung gesprochen wurde, löste sich bei der Gruppe der fünf Mönche das Herz ohne Anhaften von den Trieben.

*** Ende des Sutta ***

⁷ Die in ganz vielen Suttas – wie auch hier – genannte **Floskel** „*Dies ist nicht mein, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst!*“ kann auf zwei Weisen **mißverstanden** werden:

(a) Sie bedeutet **nicht**, dass dieses „Ich“ etwas „ganz anderes“ wäre als die Phänomene (die 5 Daseinsgruppen, mit denen die „Person“ sich identifiziert) – z.B. eine unsterbliche „Seele“ wie in den Upanishaden angenommen) – , sondern dass es nur eine **Vorstellung** ist, aber völlig ohne „Eigensubstanz“.

(b) Sie bedeutet ebenso **nicht**, dass die 5 Daseinsgruppen ohne „Realität“ seien und somit einfach unterdrückt werden könnten (das geht gar nicht, wie der Buddha im vorliegenden Sutta ganz klar und verständlich gemacht hat). Buddha betont nur, dass sie mit Achtsamkeit (p: *sati*) klar erkannt und **beobachtet** werden müssen, damit ihre Dämonie verschwindet. – Frage eines Mönchs dazu: „*Wer ist's, der beobachtet?*“ – diese Art der Frage weist Buddha als „unzulässig“ zurück (vgl. S.12.12.2), denn sie verfällt wieder einer Art „Seelenglaube“. In der **Erleuchtung** aber **verschwindet auch der „Beobachter“**, denn er ist dann nicht mehr nötig: Das ganze Dilemma ist „gegenstandslos“ geworden.