
MIT DEM SELBST ALS INSEL

– ATTADĪPA –

Samyutta-Nikāya XXII, 43

Übersetzt und erläutert
von Max Hoppe (Br. Dhammapālo)

YĀNA. XXII. Jahrgang, Heft 6, November/Dezember 1969/2513

Es war in Sāvathī. Dort sprach der Erhabene:

„Mit dem Selbst als Insel (*attadīpa*) verweilet, Mönche, mit dem Selbst als Zuflucht (*attasaranā*), mit keiner anderen Zuflucht, mit der Lehre als Insel (*dhammadīpā*), mit der Lehre als Zuflucht, mit keiner anderen Zuflucht.

Von denen, Mönche, die mit dem Selbst als Insel verweilen, mit dem Selbst als Zufluchtsstätte, mit keiner anderen Zufluchtsstätte, mit der Lehre als Insel, mit der Lehre als Zufluchtsstätte, mit keiner anderen Zufluchtsstätte, ist die Verwurzelung zu erforschen, aus der Sorgen, Jammer, Leiden, Trübsal und Verzweiflung stammen, woher sie ihren Ausgangspunkt nehmen.

Worin, Mönche, wurzeln Sorgen, Jammer, Leiden, Trübsal und Verzweiflung, woher nehmen sie ihren Ausgangspunkt?

Da, Mönche, sieht ein Weltmensch, der sich nicht unterrichtet, für den die Edlen nicht existieren, der die Lehre der Edlen nicht kennt, in der Lehre der Edlen nicht zu Hause ist, die körperliche Form als das Selbst an oder das Selbst als dem Körper ähnlich oder im Selbst den Körper oder im Körper das Selbst. Wenn ihm der Körper sich verändert, er anders wird, dann steigen ihm bei der Veränderung des Körpers, bei einem widrig gewordenen Zustand Sorgen, Jammer, Leiden, Trübsal und Verzweiflung auf.

Er sieht die Empfindung als das Selbst an oder das Selbst als der Empfindung ähnlich oder im Selbst die Empfindung oder in der Empfindung das Selbst. Wenn ihm die Empfindung sich verändert, sie anders wird, dann steigen ihm bei der Veränderung der Empfindung, bei einem widrig gewordenen Zustand Sorgen, Jammer, Leiden, Trübsal und Verzweiflung auf.

Er sieht die Wahrnehmung als das Selbst an.

Er sieht die Gemütsregungen als das Selbst an.

Er sieht das Bewußtsein als das Selbst an oder das Selbst als dem Bewußtsein ähnlich oder im Selbst das Bewußtsein oder im Bewußtsein das Selbst. Wenn ihm das Bewußtsein sich

verändert, es anders wird, dann steigen ihm bei der Veränderung des Bewußtseins, bei einem widrig ge-wordenen Zustand Sorgen, Jammer, Leiden, Trübsal und Verzweiflung auf.

Wer allerdings, Mönche, nach Erkenntnis der Vergänglichkeit des Körpers, des Veränderlichen, des Hinschwindens, des Aufhörens, dieses der Wirklichkeit gemäß so schauend erfaßt: ‘Sowohl früher war der Körper als auch jetzt ist jeder Körper vergänglich, leidbringend, dem Gesetz der Veränderlichkeit unterworfen‘, dem schwinden hinweg die Sorgen, der Jammer, das Leiden, die Trübsal und die Verzweiflung. Nach deren Hinwegsichwinden wird er nicht mehr beunruhigt. Nicht mehr beunruhigt, verweilt er glücklich. Glücklich verweilend wird er ein Mönch genannt, der mit Gewißheit erloschen ist.

Wer allerdings, Mönche, nach Erkenntnis der Vergänglichkeit der Empfindung, des Veränderlichen, des Hinschwindens, des Aufhörens, dieses der Wirklichkeit gemäß so schauend erfaßt: ‘Sowohl früher war die Empfindung als auch jetzt ist jede Empfindung vergänglich, leidbringend, dem Gesetz der Veränderlichkeit unterworfen‘, dem schwinden hinweg die Sorgen, der Jammer, das Leiden, die Trübsal und die Verzweiflung. Nach deren Hinwegsichwinden wird er nicht mehr beunruhigt. Nicht mehr beunruhigt, verweilt er glücklich. Glücklich verweilend wird er ein Mönch genannt, der mit Gewißheit erloschen ist.

So verhält es sich auch bei der Wahrnehmung.

Wer allerdings, Mönche, nach Erkenntnis der Vergänglichkeit der Gemütsregungen, des Veränderlichen, des Hinschwindens, des Aufhörens, dieses der Wirklichkeit gemäß so schauend erfaßt: ‘Sowohl früher waren die Gemütsregungen als auch jetzt sind die Gemütsregungen allesamt vergänglich, leidbringend, dem Gesetz der Veränderlichkeit unterworfen‘, dem schwinden hinweg die Sorgen, der Jammer, das Leiden, die Trübsal und die Verzweiflung. Nach deren Hinwegsichwinden wird er nicht mehr beunruhigt. Nicht mehr beunruhigt, verweilt er glücklich. Glücklich verweilend wird er ein Mönch genannt, der mit Gewißheit erloschen ist.

Wer allerdings, Mönche, nach Erkenntnis der Vergänglichkeit des Bewußtseins, des Veränderlichen, des Hinschwindens, des Aufhörens, dieses der Wirklichkeit gemäß so schauend erfaßt: ‘Sowohl früher war das Bewußtsein als auch jetzt ist jedes Bewußtsein vergänglich, leidbringend, dem Gesetz der Veränderlichkeit unterworfen‘, dem schwinden hinweg die Sorgen, der Jammer, das Leiden, die Trübsal und die Verzweiflung. Nach deren Hinwegsichwinden wird er nicht mehr beunruhigt. Nicht mehr beunruhigt, verweilt er glücklich. Glücklich verweilend wird er ein Mönch genannt, der mit Gewißheit erloschen ist.“



Buddha-Reden erschließen sich dem Leser, der sie mit andächtiger Hingebung auf sich wirken läßt. Nur so teilen sich ihm alle Feinheiten mit, auch nur so gewinnen die Wiederholungen für ihn die Bedeutung des Einprägsamen. Auf einen solchen Leser wirken sie durch sich selbst und haben ihm in jeder Lage etwas zu sagen. Er wird die Entdeckung machen, daß ihm die Suttan immer wieder neu etwas Eindringlicheres und Tieferes zu künden haben.

Hier kann natürlich nur auf einen Gedankengang, der einem beim Lesen obiger Rede kommen kann, hingewiesen werden. Je mehr der Mensch im Körperlichen und in seinem Gemütsleben sein wahres Selbst sieht, desto enger wird er von seiner Persönlichkeit und ihren Interessen eingeschränkt. Treten körperliche Veränderungen zum Schlechteren hin ein, muß er Enttäuschungen erleben, dann fühlt er sich in seiner Substanz getroffen und sein Gemüt verdüstert sich, es kann in Verzweiflung endigen. Ein kleines Rinnsal, das an der Straße entlang führt, füllt sich leicht gänzlich mit Schmutz.

Ein solcher meint auch, wenn Widriges sich einstellt, es gehe ihm allein so. Bloß ihn treffe es besonders schwer. So muß es sein, wenn sich dem Nichtwissen kein Ausweg zeigt. Selig zu preisen ist der, dem die Lehre hier eine Zuflucht bietet. Zunächst weist sie uns unerbittlich auf die *allgemeine* Vergänglichkeit hin, das *restlos* alles Veränderungen preisgegeben ist, daß das, was wir zu besitzen vermeinen, was wir in unserem Anhaften als unser Eigentum betrachten, doch nur eine sehr vorübergehende Leihgabe ist, wir damit also bei körperlichen Veränderungen zum Schlechteren hin, bei den Enttäuschungen, die keinem erspart bleiben, in einem leidbringenden, unheilvollen Zustand leben. Es durchschauert uns die allgemeine Vergänglichkeit, die nichts unangetastet läßt. Damit aber werden wir fähig, die *andere* Seite zu sehen, die die Lehre uns zeigt, daß die Beilegungen, die uns in einem solchen Zustand festzuhalten suchen, nicht unser wahres Selbst bilden können. Nicht im gierigen Zupacken, nicht im Festhalten liegt Heil, sondern lediglich im Loslassen. Das ist der *einzig*e Weg zur Freiheit. Und wir merken auch gar bald, wie sich uns hier eine Zuflucht anbietet, unserem wahren Wesen näher zu kommen, das jenseits alles Werdens thront.

In der geistigen Einstellung, die wir damit gewinnen, sehen wir, daß sich nicht bloß unser Körper zum Schlechteren verändert, daß dies bei jedem Körper der Fall war, in der Gegenwart der Fall ist oder in der Zukunft der Fall sein wird. Wir sehen auch, daß nicht nur wir Enttäuschungen erleben, sondern auch jeder andere. Das war so, ist so und wird so bleiben. Jeder erlebt sie, der seine kleinere oder seine größere Welt, in der er mitzusprechen hat, in seinem Sinne umgestalten will und an diesen seinen Bestrebungen hängt. Wir sehen, daß gerade die sehr Tätigen und dabei auch Erfolgreichen zuletzt meistens besonders enttäuscht dastehen, weil das Erreichte in eigener Gesetzlichkeit in allzu deutlichen Widerspruch mit dem Erstrebten geriet. Bei wem ist nicht sogar dort, wo er Erfolge zu verzeichnen hat, eine Beimischung von Enttäuschung dabei. Und irgendwie verkannt kommen sich die weitaus meisten vor. Wen aber dieses überall vorherrschende Leiden anrührt, der sieht so viel Elend im Leben jedes anderen, daß seine eigenen widrigen Körperzustände, seine eigenen Enttäuschungen an Bedeutung für ihn verlieren. Es ist so, als wenn aus dem oben erwähnten kleinen, an der Straße entlang führenden Rinnsal, das sich leicht gänzlich mit Schmutz füllt, ein großer See geworden wäre. Was aber da an Schmutz hineingleitet, verschwindet gleich am Rande. Kristallklar bleibt das Wasser des Sees.

