AB 3

MITGEFÜHL UND WEISHEIT IM BUDDHISMUS

Buddha lehrte einen Weg zu dauerhaftem Glück. Unsere Einstellungen und auch persönliche Gewohnheiten können wir bewusst überprüfen und ändern.

MITGEFÜHL

Buddhisten haben den Wunsch, zum Wohle aller Wesen die Erleuchtung zu erreichen. Diese Einstellung beruht auf der Einsicht, dass das eigene Glück nicht bedeutender ist als das Glück anderer Wesen. Im Gegenteil: man selbst ist nur eine einzige Person, während zahllose andere Wesen ebenfalls Glück erlangen wollen. Mitgefühl ist im Buddhismus der Wunsch, dass alle fühlenden Wesen glücklich sein mögen. Die „Vier Unermesslichen" Wünsche drücken dies so aus:

Mögen alle Wesen Glück und
die Ursache des Glücks haben.
Mögen sie frei von Leiden
und der Ursache des Leidens sein.
Mögen sie vom wahren Glück,
welches ohne Leid ist, ungetrennt sein.
Mögen sie in großem Gleichmut verweilen,
frei von Anhaftung und Abneigung.

Gemäß diesen Wünschen handelt man zum Besten aller in jeder Lebenslage so gut man kann. Mitgefühl wird im Buddhismus klar von **Mitleid** unterschieden. Mitgefühl reicht eine helfende Hand, lässt sich aber nicht in die Schwierigkeiten verwickeln. Nur aus einer Lage der Kraft, des Überschusses und der Einsicht heraus kann man anderen wirklich sinnvoll und langfristig helfen.

WEISHEIT

Weisheit ist ein überpersönliches Verständnis von Zusammenhängen. Weisheit erkennt vollkommen wie die Dinge sind und nicht wie sie vordergründig erscheinen. Erleuchtung wird mit dem Aufwachen aus dem Traum der Unwissenheit verglichen. Man erlebt dauerhafte Freude, Furchtlosigkeit und mitfühlende Liebe.



In der Meditation richten sich viele Buddhisten auf den Buddha des Mitgefühls aus. Seine vier Arme symbolisieren LIEBE, MITGEFÜHL, MITFREUDE und GLEICHMUT.

Statt aus egoistischen Gründen Scheuklappen aufzusetzen, kann man frei und mit Überblick eine Situation erfassen und Zusammenhänge richtig verstehen.

Mit dieser Einstellung zum Nutzen aller Wesen – Erleuchtungsgeist genannt – handeln Bodhisattvas. Sie werden auch „Helden des Erleuchtungsgeistes" genannt und setzten sich voller Kraft und Freude für das Wohl anderer ein.

Mitgefühl und Weisheit arbeiten zusammen, denn wer nur mitfühlend und ohne Weisheit handelt, macht Fehler. Weise Menschen handeln so, dass sich alle gut entwickeln können.

AUFGABEN

1. Lies den Text und unterstreiche für dich wichtige Aussagen.
2. Warum möchte ein Buddhist mitfühlend und weise sein?