



Dieses Bild der Vier Freunde – Elefant, Affe, Hase und Rebhuhn – symbolisiert nach einer Vorgeburtsgeschichte des Buddha eine harmonische Freundschaft, die auf heilsamem Handeln und Respekt der jüngeren vor den älteren spirituellen Freunden basiert.

Freundschaften spielen eine wichtige Rolle in der spirituellen Entwicklung. Der Buddha erklärt, woran man gute Freunde erkennt. Volker Junge hat wichtige Aussagen des Buddha aus dem Pāli-Kanon zusammengestellt.

Was der Buddha über Freundschaft sagte

zusammengestellt von Volker Junge

Mit dem Wort Freundschaft verbinden wir auf Anhieb nur Erfreuliches. Aber der Buddha wäre nicht der „Erwachte“, wenn er hinter den Glück verheißenden Dingen nicht auch das Leid sähe, das mit ihnen verbunden ist. Daher ist das, was man in den Worten des Buddha über Freundschaft findet, sehr differenziert. Auf den Punkt gebracht:

„Was für zwei Dinge bringen Nachteil?
Ungeziemende Rede und schlechte Freundschaft;
diese zwei Dinge bringen Nachteil.
Was für zwei Dinge bringen Vorteil?
Geziemende Rede und rechte Freundschaft;
diese zwei Dinge bringen Vorteil.“

(Digha Nikāya 34.2, Übersetzung von K.E. Neumann)

Was sind nun aus Sicht des Buddha die Gefahren der Freundschaft? Falsche Freunde wollen einen nur ausnutzen oder einem schaden. Schlechte Freunde verleiten zu schädlichen Handlungen oder Verhaltensweisen. Schwache Freunde lassen einen im Stich, wenn man sie braucht. Allerweltsfreunde lenken einen durch geselliges Zusammensein von wichtigen Dingen, insbesondere dem Dharma ab. Liebe Freunde lassen in einem Anhaftung entstehen, aus der weiteres Leid folgt.

Ein besonders schönes Beispiel enthält die Lehrrede vom Nashorn. Es ist eigentlich ein Loblied auf die Einsamkeit und beschreibt u.a. die Gefahren der Art von Freundschaft, von denen man sich am besten fern hält. Aber es ist auch voll des Lobes auf die edle Freundschaft:



„(36) Dem, der sich zugesellt, Anhänglichkeit erwächst ihm.

Anhänglichkeit hat im Gefolg dies Leiden.
Anhänglichkeits-entstammtes Leiden sehend,
Allein mag wandern man, dem Nashorn gleich.

(37) Für Freunde und Vertraute Mitleid fühlend,
Sein Heil verliert man, wenn das Herz gefesselt.
Solch Fähnris in vertrautem Umgang sehend,
Allein mag wandern man, dem Nashorn gleich.

(41) Spiel und Vergnügen gibt's im Kreise von
Gefährten,
Und zu den Kindern hegt man innige Liebe.
Doch Abscheu fühlend, ob der Trennung
von Geliebtem.
Allein mag wandern man, dem Nashorn gleich.

(54) Unmöglich ist es für den gern Gesellten,
Befreiung auch nur zeitweis zu erfahren.
Hat man das Wort des Sonnen-Sohnes in sich
aufgenommen,
Allein mag wandern man, dem Nashorn gleich.

(57) Man meide gänzlich unedlen Gefährten,
Der, Unheilsames sinnend, schlechtem Weg ergeben.
Den Vielgelüstig-Leichtgesinnten meidend,
Allein mag wandern man, dem Nashorn gleich.

(58) Doch wissensreichem Freunde schließe man
sich an,
Der gut die Lehre kennt, der edel, scharf an Einsicht,
Hat man den Sinn erfasst, den Zweifel überwunden,
Allein mag wandern man, dem Nashorn gleich.

(45) Wenn einen weisen Freund man findet,
Als Weg-Gefährten, edel lebend, kraftvoll,
Jedwede Widrigkeiten überwindend,
Mag wandern man mit ihm, beglückt und achtsam.

(46) Wenn keinen weisen Freund man findet,
Als Weg-Gefährten, edel lebend, kraftvoll,
Gleich einem König, der besiegtes Land verlässt,
Allein mag wandern man, dem Nashorn gleich.

(47) Ja wahrlich, preisen wollen wir das Glück
der Freundschaft
Die besser oder gleich, solch Freunde soll man wählen.
Kann solche man nicht finden, tadelfrei dann lebend,
Allein mag wandern man, dem Nashorn gleich.“
(*Sutta Nipāta I.3, Übersetzung Nyanaponika*)

Woran man einen guten Freund erkennt

„Einen Mönch, der sieben Eigenschaften besitzt, den mag man sich, ihr Mönche, zum Freunde wählen. Welches sind diese sieben Eigenschaften? (1) Er gibt, was schwer zu geben ist; (2) er tut, was schwer zu tun ist; (3) er erträgt, was schwer zu ertragen ist; (4) seine Geheimnisse vertraut er einem an; (5) das Geheimzuhaltende hält er geheim; (6) er verlässt einen nicht im Unglück; (7) er verachtet einen nicht, wenn in Armut.“

(*Anguttara Nikāya VII.36 Der wahre Freund I, Übersetzung Nyānatiloka*)

„Mit einem Mönch, ihr Mönche, der sieben Eigenschaften besitzt, soll man als Freund umgehen, verkehren und Gesellschaft pflegen, selbst wenn es einem verwehrt wird. Welches sind diese sieben Eigenschaften?

(1) Er ist liebevoll und gefällig, (2) ernst, (3) verehrungswürdig, (4) gibt Belehrungen und (5) nimmt Ermahnungen an, (6) führt tiefsinnige Gespräche und (7) verleitet nicht zu Verkehrtem.“

(*Anguttara Nikāya VII.36 Der wahre Freund II, Übersetzung Nyānatiloka*)

Die ausführlichste Darlegung über die Freundschaft findet sich in der Sammlung der längeren Reden, nämlich in der Ermahnung des Singāliko (*Digha Nikāya 31, Übersetzung K.E. Neumann*). Der Buddha äußert sich zunächst zu schlechten Freunden:

„Sechserlei Elend, Bürgersohn, bringt es mit sich, wenn man schlechte Freundschaften schließt: (1) die da Spieler sind, (2) Schwärmer und (3) Trinker, (4) die Betrüger, (5) Schwindler und (6) Raufbolde, die hat er zu Freunden, hat er zu Gefährten.“

Bei diesen „Freunden“ merkt man sofort, dass es sich um schlechte Gesellschaft handelt. Bei anderen muss man das erst durchschauen:

„Es sind da, Bürgersohn, viererlei Feinde, die wie Freunde sich geben, zu merken: (1) der Nurimmernehmer; (2) der gute Ratgeber; (3) der gefällige Jasager; (4) der Gefährte nach abwärts. Vier sind es, Bürgersohn, der Fälle, wo der Nurimmernehmer als Feind, der sich als Freund gibt, zu merken ist: (1) Nurimmernehmer ist er, (2) um wenig fordert er viel, (3) ängstlich zu machen hält er für seine Pflicht, (4) er liebt es, Rechtshändel zu erregen.“



Das Wesen edler Freundschaft

Ein weiser, „edler Freund“ oder Dharma-Freund (Pali: kalyāṇamitta, Skt. kalyāṇamitra) ist vor allem für einen Ordinierten ein in der Lehre erfahrener älterer Mönch oder eine ältere Nonne, die einem Freund, Lehrer, Vorbild und Unterstützer ist.

Die klassische Anrede der Ordinierten untereinander als „Freund“ oder „Bruder“/„Schwester“ erinnert nicht nur daran, dass Mönche und Nonnen gemeinsam „Kinder des Buddha“ sind, sondern auch daran, dass sie einander wie Verwandte bedürfen, nachdem sie ihre leibliche Familie verlassen haben. Auch Laien erfahren Nutzen von Dharma-Freunden.

*„Geliebt, geachtet und geehrt,
Das Böse tadelnd, nachgiebig,
Ein Mensch, der tiefe Lehre spricht,
Nie anspornt zu verkehrter Tat:
Ein mit solchen und ähnlichen Eigenschaften
ausgestatteter, äußerst wohlwollender,
in vorgerücktem Alter befindlicher edler Freund
ist hier gemeint.“
(Visuddhi Magga III, zitiert in Nyānatilokas
Buddhistischem Wörterbuch)*

Vier sind es, Bürgersohn, der Fälle, wo der gute Ratgeber als Feind, der sich als Freund gibt, zu merken ist: (1) über Vergangenes verbreitet er sich gern, (2) über Zukünftiges verbreitet er sich gern, (3) auf nichtige Dinge legt er Gewicht, (4) [erst] im gegebenen Notfall warnt er vor Unglück.

Vier sind es, Bürgersohn, der Fälle, wo der gefällige Jasager als Feind, der sich als Freund gibt, zu merken ist: (1) bei Schlechtem stimmt er da zu, (2) und bei Gutem stimmt er da zu, (3) ins Gesicht sagt er einem Lobesworte, (4) und hinter dem Rücken spricht er sich tadelnd aus.

Vier sind es, Bürgersohn, der Fälle, wo der Gefährte nach abwärts als Feind, der sich als Freund gibt, zu merken ist: (1) berauschende u. berückende Getränke zu genießen, betäubende und betörende Mittel zu gebrauchen, da kommt er mit; (2) müßig auf der Straße sich herumtreiben ist ihm recht; (3) Festversammlungen besuchen gehn, da schließt er sich an; (4) dem Spiel und der Zerstreung sich hingeben, dazu ist er Gefährte.“

Auf der anderen Seite erläutert der Buddha, woran man gute Freunde erkennt:

„Es gibt da, Bürgersohn, viererlei Freunde, die als treuherzig zu merken sind: (1) der Wohltäter; (2) der in Freuden wie Leiden Gleiche; (3) der Heildeuter; (4) der Mitempfinder.

Vier sind es, Bürgersohn, der Fälle, wo der Wohltäter als ein treuherziger Freund zu merken ist: (1) den Leichtsinnigen hält er zurück, (2) des Leichtsinnigen Hab und Gut sucht er zu retten, (3) dem Gefährdeten bietet er Zuflucht, (4) im gegebenen Notfall lässt er ihm verdoppelte Hilfe angedeihen.

Vier sind es, Bürgersohn, der Fälle, wo der in Freuden wie Leiden Gleiche als ein treuherziger Freund zu merken ist: (1) Vertrauliches teilt er mit, (2) Vertrauliches hütet er, (3) im Unglück verlässt er ihn nicht, (4) sogar sein Leben gibt er ihm zuliebe dahin.

Vier sind es, Bürgersohn, der Fälle, wo der Heildeuter als ein treuherziger Freund zu merken ist: (1) vor Schlechtem wehrt er ab, (2) zum Guten lenkt er hin, (3) Ungekanntes erklärt er ihm, (4) die himmlische Fährte [Vordergründig sind hier heilsame Handlungen gemeint, die zu einer Wiedergeburt in den Götterbereichen führen, im buddhistischen Sinne aber auch der Weg zur Befreiung, der edle achtfache Pfad] zeigt er ihm an.

Vier sind es, Bürgersohn, der Fälle, wo der Mitempfinder als ein treuherziger Freund zu merken ist: (1) ein Misslingen erfreut ihn nicht, (2) ein Gelingen erfreut ihn, (3) bei tadelnder Rede wehrt er ab, (4) bei lobender Rede stimmt er mit ein.“

Die Vorteile der Freundschaft

Die Vorteile der Freundschaft sind in den zitierten Texten schon erkennbar geworden. Weitere Beispiele finden sich z.B. in den Wiedergeburtsgeschichten (*Jātakas*). In den Vorgeschichten der *Jātakas* 83 und 121 wird berichtet, wie Freunde des Anāthapindika diesen vor Schaden durch Räuber bewahren.

Im *Jātaka* 486 hat ein Habichtpärchen Freundschaft mit einem Seeadler, einer Schildkröte und einem Löwen geschlossen. Als Menschen die Jungen des Habichtpärchens jagen und verspeisen wollen, kommen die Freunde zur Hilfe und verhindern dies. Im *Jātaka* 533 wird ein König von der Treue eines Schwans zu seinem gefangenen Schwanenfreund so gerührt, dass er sie beide wieder in die Freiheit entlässt.

*„So gehen alle guten Pläne der wahren Freunde in Erfüllung, so wie die Dhatarattha-Schwäne zu der Verwandten Schar gelangten.“
(Jātaka 533 Strophe 88, Übersetzung Julius Dutoit)*

Edle Freunde gefunden zu haben, ist also ein Grund zur Freude:

„Da magst du, Nandiya, des Vollendeten gedenken, der Lehre gedenken, der edlen Freunde gedenken: ‚Heil mir! Gut habe ich es getroffen, dass ich so edle Freunde habe, Anteil nehmende, mein Heil wünschende



Unterweiser und Berater! So magst du, Nandiya, angesichts der edlen Freunde innerlich die Achtsamkeit gegenwärtig halten.“

(*Anguttara Nikāya XI.14 Nandiya, Übersetzung Nyānatiloka*)

Ein Freund ist auch ein gutes Übungsfeld für die vier unermesslichen Geisteshaltungen: Zu jeder Zeit kann ich liebevolle Güte für den Freund oder die Freundin entwickeln. Wenn sie Probleme hat, ist dies die Gelegenheit für mitfühlende Hilfsbereitschaft. Wenn es ihm gut geht oder er Gutes tut, freue ich mich mit ihm. Um Anhaftung und Parteilichkeit zu vermeiden, ist auch Gleichmut zu üben. Diese Geisteshaltungen sollte man zwar nicht nur gegenüber Freunden, sondern gegenüber allen Wesen üben, aber mit den Freunden kann man gut anfangen.

Die beste Frucht der Freundschaft ist der spirituelle Fortschritt, den man mit Hilfe eines Freundes erlangt. Bemerkenswert ist z.B., dass die drei Mönche, die dem Buddha besonders nahe standen, den Stromeintritt nicht durch den Buddha selbst erreichten, sondern durch andere: Ānanda durch seinen Lehrer Puṇṇa Mantāniputta, Sāriputta (Skt. Śāriputra) durch Assaji (Skt. Aśvajit) und Moggallāna (Skt. Maudgalyāyana) durch Sāriputta, der zu jenem Zeitpunkt noch kein Arhat war, sondern ein Stromeintreter.

Interessant ist in diesem Zusammenhang auch die freundschaftliche Beziehung des Prinzen Siddhattha (Skt. Siddhārtha), des späteren Buddha, zu seinem Diener Channa, die zu den vier Ausritten und dem Auszug in die Hauslosigkeit geführt hat. Dies zeigt, dass man kein Buddha, kein Arhat und kein weit Fortgeschrittener sein muss, um anderen auf ihrem spirituellen Weg wertvolle Anstöße geben zu können.

Wenn man einen guten Freund, eine gute Freundin gefunden hat, hält diese karmische Verbindung häufig viele Leben lang. In der Vorgeschichte zum Jātaka 498 sagt der Buddha z.B. über zwei eng befreundete Mönche:

„Kein Wunder ist es, ihr Mönche, dass diese jetzt in dieser Existenz so vertraut miteinander sind. In der Vorzeit gaben die Weisen, obwohl sie drei oder vier verschiedene Existenzen durchmachten, doch die Freundschaft nicht auf.“

Dann erzählt der Buddha, wie Ānanda und er in verschiedenen Existenzen immer wieder eng miteinander befreundet waren. Kurz und prägnant werden die Lehren über die Freundschaft im Dhammapada ausgedrückt:

„(78) Zu Freunden wähle Schlechte nicht, folg' nicht Gemeinen;
Ein Guter sei dein Freund, geselle dich den Reinen!

(328) Triffst einen klugen Freund du, einen tücht'gen Mann, Gefahren zu besteh'n, dem schließe froh dich an!

(329) Sonst geh' getrost allein, wie ein aus seinem Land verbannter Fürst und wie im Wald der Elefant.

(331) Wohl dem, der in der Not auf Freunde rechnen kann,
Der stets zufrieden ist und gutes Werk getan,
Das ihn beim Sterben freut, und den kein Leid ficht an.“

(*Dhammapada, Übersetzung Kurt Schmidt*)

Quellennachweise

- ❖ Dīgha-Nikāya, Die Reden des Buddha, Längere Sammlung, Übersetzt von Karl Eugen Neumann, 1996
- ❖ Saṃyutta-Nikāya, Die Reden des Buddha, Gruppierte Sammlung, Übersetzt von Wilhelm Geiger, 1997
- ❖ Aṅguttara-Nikāya, Die Lehreden des Buddha aus der Angereichten Sammlung, Übersetzt von Nyānatiloka, überarbeitet und herausgegeben von Nyānaponika, 1993
- ❖ Dhammapada, Der Weisheitspfad, Übersetzt von Kurt Schmidt
- ❖ Sutta-Nipāta, Frühbuddistische Lehrdichtungen, Übersetzt von Nyānaponika Mahāthera, 1996
- ❖ Jātaka, Buddhistische Wiedergeburtsgeschichten, Übersetzt von Dr. Julius Dutoit, 2007
- ❖ Nyānatiloka: Buddhistisches Wörterbuch, 1989 (4. Aufl.)

Alle Titel, wenn nicht anders angegeben: Verlag Beyerlein & Steinschulte: www.buddhareden.de
Alle zitierten Lehreden des Buddha finden sich auch im Internet: www.palikanon.com. Eine Sammlung mit ausführlichem Fundstellennachweis zum Thema finden Sie auf unserer Webseite: <http://www.tibet.de/zeitschrift> in der Inhaltsübersicht zum Heft 89. Der Verlag Beyerlein & Steinschulte plant ein Buch „Was der Buddha über Freundschaft sagte.“



Volker Junge, geb. 1957, beschäftigt sich seit 1993 mit dem Buddhismus in seinen vielfältigen Ausprägungen. Sein besonderes Interesse gilt der Verbreitung des Buddhaworts in deutscher Sprache. Er ist Mitglied im Tibetischen Zentrum und Student im Systematischen Studium des Buddhismus.