

Buddhistische Zitate zu

Liebe, Nähe, Trennung, Freiheit

Karaniya-Metta Sutta, (Sutta-Nipata, I, 8)

So wie eine Mutter ihr einziges Kind
ohne Rücksicht auf ihr eigenes
Leben schützt,
so gegenüber allen Wesen
entwickle einen grenzenlosen Geist.

Grenzenlose Liebe für die ganze Welt,
entwickle man in seinem Geist;
Nach oben, unten, in die Mitte,
frei von Feindschaft, Hass und
Engherzigkeit.

Ob man steht, geht, sitzt oder liegt,
solange man wach ist,
sollte man diesen Geisteszustand aufrecht
erhalten.

Shantideva, Bodhicaryavatara, 3. Kapitel

Wer auch immer sich mit meinem Ich
befasst, selbst wenn er sich zornig über
mich erregt, möge ihm gerade das zur
Ursache für die Erfüllung aller seiner
Ziele werden. Die schlecht über mich
reden, die mir schaden und die mich
auslachen, die mir gewogen sind, oder
denen ich gleichgültig bin, mögen sie alle
der Buddhaschaft teilhaftig werden.

(...) zur Vernichtung des Todes in der
Welt ist dieses Lebens-Elixier bestimmt
(Die altruistische Geisteshaltung der Lie-
be, Bodhicitta), als ein unerschöpflicher
Schatz die Armut der Welt befriedend.
Es ist die beste Medizin, um die Krank-

heit „weltliche Existenz“ zu heilen, und
ein Baum zum Rasten für die vom Um-
herschweifern auf den Reisen der Existenz
ermüdete Welt.

Es ist in gleicher Weise die für alle be-
gehbare Brücke, Elend zu überqueren,
und wie der im Bewusstsein aufgehende
Mond beruhigt es die Glut der Geistes-
gifte der Welt. (...)

Geshe Langritangpa, Acht Verse der Geistesschulung

Wann immer ich in Gesellschaft von
wem auch immer bin,
möge ich mich selbst als den Geringsten
von allen betrachten,
und aus der Tiefe meines Herzens daran
festhalten,
die anderen als das Höchste wertzuschätzen.

Nagarjuna „Juwelenkette“, Vers 437–438

Mitgefühl heißt, dass der Geist von ei-
nem Geschmack erfüllt ist: der Liebe
allen Wesen gegenüber. Freigiebigkeit
führt zu Reichtum, Ethik und Glück;
Geduld zu einer angenehmen Erschei-
nung, Eifer hingegen schenkt Scharf-
sinn. Versenkung bringt inneren Frieden,
Weisheit die Befreiung. Mitgefühl aber
lässt uns alle Ziele zugleich erreichen.

Vers 485:

Möge ich den Wesen so lieb sein wie ihr
eigenes Leben, möge meine Zuneigung
für sie noch größer sein.

Ratnamegha im Sikrasamucchaya, 348

Wenn einer an einem Heiligtum des Ta-
thagata oder einem Bild des Tathagata
Blumen oder Weihrauch oder Wohlgerü-
che spendet, so verfolgt er damit die Ab-
sicht, dass Schlechtigkeit, übler Geruch
und Schmutz von allen Wesen entfernt
werde, und sie die Eigenschaften eines
Tathagata erlangen. Wenn er das Reini-
gen oder Anstreichen (eines Heiligtums)
besorgt, so verfolgt er damit die Absicht,
dass bei allen Wesen unfreundliches Ver-
halten in allen Lebenslagen verschwin-
den möge und in allen Lebenslagen
freundliches Verhalten zustande komme.
Wenn er einen Blumenbaldachin (über
einem Heiligtum) errichtet, so verfolgt
er damit die Absicht, die Seelenpein der
Sünde von allen Wesen zu entfernen.
Wenn er in ein Kloster eintritt, so fasst
er den Gedanken: „Möge ich alle We-
sen in die Stadt des Nirvana führen!“
Und wenn er hinaustritt, so fasst er
den Gedanken: „Möge ich alle Wesen,
die im Daseinskreislauf umherwandern,
hinausführen!“ Wenn er die Tür eines
Hauses öffnet, so fasst er den Gedanken:
„Möge ich durch überweltliche Erkennt-
nis für alle Wesen die Tür ins Nirvana
öffnen.“ Wenn er die Türe schließt, so
fasst er den Gedanken: „Möge ich alle
Türen zu den schlechten Daseinsformen
für alle Wesen schließen!“

Wenn er sich niedersetzt, so fasst er
den Gedanken: „Möge ich alle Wesen
auf den Erleuchtungs-Sitz niedersetzen

lassen!“ Wenn er sich mit der rechten Seite zum Schlaf niederlegt, so fasst er den Gedanken: „Möge ich alle Wesen das vollkommene Parinirvana erreichen lassen!“ Wenn er sich von seinem Lager erhebt, so fasst er den Gedanken: „Möge ich bewirken, dass alle Wesen sich über alle Neigung zum Bösen hinwegheben!“

Wenn er geht, um seines Leibes Notdurft zu verrichten, so fasst er den Gedanken: „Mögen alle Wesen den Weg eines Großen Mannes, eines Mahapurura, gehen!“ Wenn er sich dort niedersetzt, fasst er den Gedanken: „Mögen sich alle Wesen von allem Widerwärtigen, von Leidenschaften, Hass und Gier, freimachen!“ Wenn er die Reinigung vollzieht, so fasst er den Gedanken: „Mögen sich alle Wesen vom Schmerz der Sünde reinigen.“ Wenn er sich die Hände wäscht, so fasst er den Gedanken: „Möge ich von allen Wesen die Sehnsucht nach Schlechtem entfernen.“

Wenn er sich die Füße wäscht, so denkt er: „Möge ich von allen Wesen die Befleckungen durch schlechte Handlungen entfernen!“ Wenn er sich das Gesicht wäscht, so denkt er: „Möge ich alle Zugänge bei den Wesen zur Aufnahme der guten Lehre freimachen!“ Wenn er den Zahnstocher benutzt, so denkt er: „Möge ich bei allen Wesen die verschiedenen Unreinheiten schlechter Angewohnheiten beseitigen.“ Jede Lebenslage verwendet er zum Heil und Segen aller Wesen. Wenn er ein Heiligtum des Tathagata verehrend umwandelt, so fasst er den Gedanken: „Alle Wesen in der die Götter einschließenden Welt sollen verehrungswürdig sein!“

Āsvaghoṣa, Buddhacaritam

Abschied von Kanthaka und Chanda:
„So wie Vögel sich auf einem Gestänge versammeln und dann wieder ihrer eigenen Wege ziehen, so endet unvermeidlich

die Verbindung der Wesen in Trennung. So wie Wolken sich zusammen schieben und dann wieder auseinander driften, so erscheinen mir das Zusammenkommen und die Trennung der Verbindung aller Wesen, die atmen. Und weil sich die Welt in einem Zustand dauernder Trennung befindet, ist das Gefühl ‘das gehört zu mir’ unangebracht in Bezug auf eine Zusammenkunft, die so flüchtig wie ein Traum ist. (...) Und weil das so ist, mein guter Freund, gräme dich nicht. Geh‘ deiner Wege. Und wenn deine Zuneigung anhält, gehe trotzdem, und kehre später wieder. Und sage den Leuten in Kapilavastu, die über mich grübeln: „Gebt die Neigung zu ihm auf und hört seinen Entschluss: Entweder kehrt er bald zurück, nachdem er Geburt und Tod zerstört hat, oder freilich wird er in Ermangelung richtiger Anstrengung und bei der Erlangung des Ziels gescheitert, zugrunde gehen.“ Als er dies hörte, leckte Kanthaka, der edelste aller Hengste, dem Bodhisattva die Füße, und eine heiße Träne löste sich.“

Itivuttaka, Sutta 27

„Was es auch immer, oh Mönche, für Tugenden gibt, die im Rahmen des Geburtenkreislaufs Verdienst an Tugend bewirken – alle diese haben nicht den Wert eines Sechzehntels der Liebe, der Gemüts-Erlösung. Sie als Gemüts-Erlösung umfasst diese, leuchtet, flammt und strahlt. Wie nun, ihr Mönche, aller Sternenglanz nicht den Wert eines Sechzehntels des Mondlichtes hat, der Mondschein diesen umfasst, leuchtet, strahlt und flammt, so haben alle Dinge, welche es auch immer im Daseinskreislauf gibt, die Verdienst an Tugend bewirken, nicht den Wert eines Sechzehntels der Liebe, der Gemüts-Erlösung – sie als Gemüts-Erlösung umfasst diese, leuchtet, strahlt und flammt. (...)“

Tevijja – Sutta, Digbanikaya Nr. 13

(...) 43-75 Und wie, oh Vasettha, ist ein Mönch tugendvollendet? Da hat es, Vasettha, ein Mönch aufgegeben, Leben zu vernichten; er enthält sich der Vernichtung von Leben... (...)

76. Mit liebevollem Geist die eine Himmelsrichtung erfüllend, ebenso die zweite, ebenso die dritte, ebenso die vierte, so verweilt er. Nach oben, nach unten, quer, allseits in Vollkommenheit verweilend, durchdringt er die ganze Welt mit von Liebe erfülltem Geist, mit weitem, groß gewordenem, frei von Feindschaft und Übelwollen.

Buddhagubhya, Brief an die Tibeter

(...) Derjenige der, ohne dass es für ihn Tag oder Nacht gibt, den Nutzen der Lebewesen zu bewirken wünscht, ist am ersehnten Ziel angelangt, wenn sein eigener Geist klar ist.

Chandragomin, Brief an einen Schüler

99 Das Leid, das man in dieser Welt, in der man hilflos und schutzlos ist, und wo das Elend in jeden Winkel dringt, für andere Menschen leidet, das nennen gute Menschen Glück. Für die kommt nichts dem gleich, als wenn sie eines Menschen Antlitz, nur einen Augenblick vor Freude leuchten sehen, weil er von Hunger, Durst und Hitze, und Mühsal ganz befreit ist. (...)

101 Selbst das Vieh frisst von allein das Gras, das es ohne jede Mühe findet. Und es trinkt, wenn Durst es peinigt, Wasser, wie der blinde Zufall es beschert. Das hingegen macht des Menschen ganz eigene Kraft und Größe aus, dass er nach dem Wohl des anderen strebt – das ist Glück, nur das ist Menschlichkeit.



Kalligraphisches Zeichen „Liebe“

Zen Meister Uchiyama Kosho, Abt des Antai-ji, Japan

(...) Wir geloben, alle empfindenden Wesen zu retten, damit dieses Selbst noch umso mehr Es-Selbst werde. Danach richten wir unser Leben aus. Shakyamuni formulierte es folgendermaßen: Alle Welten sind meine Welt, und alle empfindenden Wesen – Menschen, Dinge und Situationen – sind meine Kinder.

Zen Meister Sheng Yen, Gründer der Dharma Drum Mountain Organisation, Taiwan

(...) Wenn Du einzig daran denkst, den fühlenden Wesen zu helfen, werden deine Leiden auf natürliche Weise geringer werden. Wenn Du nichts anderes im Sinn hast, als den fühlenden Wesen zu helfen, wirst Du auf natürliche Weise alle Dharma-Lehren verwirklichen. Wenn Du so lange fortfährst, den fühlenden Wesen zu helfen, bis es kein Ich mehr gibt, dann werden in dem Moment auch alle fühlenden Wesen nicht mehr existieren. Dann wirst Du Buddhaschaft erlangt haben, und an diesem Punkt gibt es keine Unterscheidung, keine fühlenden Wesen und kein Ich mehr. Diese Gelübde werden jeden Tag von den Buddhas und Bodhisattvas abgelegt, und von jedem, der den Weg ernsthaft zu beschreiten wünscht.

Zen Meister Kodo Sawaki, Zen ist die grösste Lüge aller Zeiten. Angkor 2005.

Das Leben ist ein einziger Ehekrach. Und wir hoffen vergeblich darauf, dass jemand kommt und den Streit für uns schlichtet. Die Instanz, die allein vermag, den Streit zu schlichten, müssen wir selbst in uns tragen. Das ist es, was ich Glauben nenne. Diese innere Kraft empfängst Du von deiner Religion, dem Buddhismus. Das muss so sein, als ob der Bodhisattva Avalokitesvara (der Buddha des liebenden Mitgefühls) in deinem Herzen wohnte und Dir täglich einen Besuch abstattete. Du musst diese Beziehung soweit entwickeln, dass Avalokitesvara an jedem Ort und in jedem Augenblick zum Vorschein kommt. Dann wirst Du dich nicht nur von deinem eigenen Leiden befreien, sondern auch all das Leiden um dich herum auflösen.