

Lehrrede über die Liebende Güte

Was von jemanden getan werden sollte, der im Heiligsein geübt ist, um den Zustand der Friedfertigkeit zu erlangen, ist dies,

Er sei fähig, aufrecht, geradlinig und nicht hochmütig,
leicht anzusprechen, mild und zufrieden,
leicht zufriedenzustellen,
nicht zu geschäftig und genügsam,
mit beruhigten Sinnen, klar der Verstand,
nicht anmaßend, unbeeindruckt von den Gefühlen
anderer.

Auch nicht im Kleinsten gäb es ein Vergehen,
wofür uns Weise tadeln könnten.

Mögen alle Wesen glücklich sein und Frieden finden.

Was es auch an lebenden Wesen gibt:
ob stark oder schwach, ob groß oder klein,
ob sichtbar oder unsichtbar, fern oder nah,
ob einer Geburt zustrebend-
mögen sie alle glücklich sein.

Niemand betrüge oder verachte einen anderen.
Aus Ärger oder Übelwollen wünsche man
keinem irgendwelches Unglück.

Wie eine Mutter mit ihrem Leben
ihr einzig Kind beschützt und behütet,
so möge man für alle Wesen und die ganze Welt
ein unbegrenzt liebendes Gemüt erwecken:
Ohne Hass und ohne Feindschaft
nach oben, nach untern, in alle Richtungen.

Im Gehen, Stehen, Sitzen oder Liegen
entfalte man eifrig die Bedingungslose Liebe:
Dies nennt man Weilen im Heiligen.

Wer sich nicht an Ansichten verliert,
Tugend und Weisheit in sich trägt,
dem Sinnengenuss nicht verhaftet ist-
für den gibt es keine Geburt mehr.

Sutta-Nipāta (1,8)/ Sutta Bruchstücke, dem Buch der Lehrsätze, aus dem Dreikorb/ Palikanon des Theravada Buddhismuns
Diese deutsche Fassung ist übersetzt aus dem englischen im Buch „Die Ewigkeit ist jetzt“
erschieden im Jhana Verlag, deutsche Erstausgabe 1998, Autorin: Ayya Khema

