

# DER BUDDHISMUS IN GESCHICHTE UND GEGENWART

Überarbeiteter Auszug aus dem Hauptüberblick im  
*Harenberg Lexikon der Religionen*

(Buddhistische Fachausdrücke werden hier in all ihren Teilen groß geschrieben.)

Hans Gruber

## Die Höchste Wahrheit oder Realität

Der Grundunterschied des Buddhismus zu den vier (mono)theistischen Weltreligionen – der Hinduismus mit seinen vielen Göttern ist polytheistisch – gründet in seinem anderen Verständnis von der „Höchsten Wahrheit“ bzw. Realität, die hier als das allbezogene „Nicht-Selbst“ Anattā gilt. Diese Lehre besagt, dass alles bedingt Entstandene fortwährend fließt, sich wandelt und uns damit letztlich nicht tief befriedigen oder wirklich „tragen“ kann. Diese „Drei Daseinsmerkmale“ – resümiert Flusshaftes Vergehen, Nichtbefriedigenkönnen bzw. „das Nicht-Selbst aller Dinge“ (Zitat Buddha) – wirken in dem Maße befreiend, wie sie mittels systematischer Achtsamkeitspraxis in der eigenen Erfahrung real nachvollzogen werden. Sie gelten als das „Herz des Buddhismus“ und ergeben sich bereits aus folgenden tiefgründigen Worten, die etwa als die „letzten Worte“ des Buddha überliefert sind:

„Fließend vergänglich ist alles bedingt Entstandene.  
Erarbeitet Euch unermüdlich die Befreiung!“

Das ausnahmslose Zutreffen des Nicht-Selbst ist der Grund, warum es in der Lehre des Buddha auch keinen mystischen Gottesbegriff gibt. Gemäß diesem Begriff ist „Gott“ nicht „personal außerhalb der Welt“, sondern Welt und Mensch sind „seine Erscheinungen“, wie etwa Pater Wiligis Jäger lehrt, der ein sehr einflussreicher Vertreter einer Synthesebemühung des Christentums mit dem Zen ist. Die christliche Mystik betrachtet also, wie hier bei Wiligis Jäger, das „Gott“-Selbst als die Wahre Wirklichkeit dieser Welt bzw. die „Eine Wirklichkeit“. Es wird gelehrt, dass letztlich nichts außer dem Gott-Selbst existiere. Der Erwachte dagegen sieht das allbezogene Nicht-Selbst als die Wahre Wirklichkeit der Welt, dies heißt dass letztlich nichts außer dem universellen Nicht-Selbst existiere.

Der historische Buddha resümiert seine Haltung etwa im *Gleichnis von der Schlange*: „Ich sehe keine Lehre vom Selbst, die, wenn sie ergriffen wird, nicht Unglück, Wehklagen, Schmerz, Kummer und Verzweiflung hervorbrächte.“

Denn eine Lehre von einem „Selbst“ – die Sicht, dass das „Selbst“ im höchsten Sinne real vorhanden sei – widerspricht jener Wahren, „Selbst“-losen Natur aller Dinge. Sie wirkt unbewusst als metaphysische Rückversicherung des Bewusstseins von „Ich und Mein“. Denn im Glauben an diese Lehre von einem höchsten „Selbst“ schließt das Unbewusste: Was für die Höchste Realität gilt (also „Selbst“ bzw. Dualität), muss um so mehr auch für die „Konventionelle Wahrheit“ bzw. die alltägliche Erfahrung zutreffen. Die ganze Kritik lässt sich am besten so resümieren: Der Gott- und Seelen-Glaube ist der menschliche Ich- und Mein-Glaube in seiner metaphysisch überhöhten Form, das unbewusst machtvollste Rückversicherungsprojekt des „Selbst“ in der Geschichte.

Die Kernlehre des Erwachten vom Fließen, Nicht-wirklich-Befriedigen-Können bzw. „Nicht-Selbst“ der Dinge ist primär durch die weitverzweigte Bewegung der von Helena Blavatsky begründeten Theosophie („Weisheit Gottes“) verstellt worden. Diese trat genau zu dem Zeitpunkt hervor (ab 1880), nachdem durch die abendländische Wissenschaft unabweisbar geworden war, dass es neben den (mono)theistischen Weltreligionen noch eine weitere gibt, die sich von den Kardinallehren der ersteren klar unterscheidet.

## Der Befreiungsweg in Trefflicher Achtsamkeit

Das zunehmende Verstehen der wahren Natur der Dinge geschieht durch die Realisierung des „Achtfachen Befreiungspfades“. Er unterteilt sich in die drei „Schulungsgebiete“ Ethische Motivation *Sīla*, Geistige Ruhe *Samādhi* und Intuitives Wissen *Paññā*, die sich gegenseitig aufbauen. Die Quelle dieses ganzen „Inneren Weges“ ist eine sehende, „Treffliche Achtsamkeit“ (*Sammā Sati*), die mit den „Vier Vergegenwärtigungen der Achtsamkeit“ und dem „Bewussten Ein- und Aus-Atmen“ entwickelt wird. Dies geschieht auf spontan un-systematische Weise im Alltag und systematisch durch Meditation (*Bhāvanā*).

Dadurch kommt die Treffliche Achtsamkeit allmählich mit dem eigentlichen „Selbst“-losen Wesen aller Dinge in Harmonie, indem sie es zunehmend offenbart. Dieser „Innere Weg“ befreit von den Ursachen des Leidens; nämlich von der Identifikation mit den fortwährend fließenden, letztlich unzulänglichen Erscheinungen als einem „Ich und Mein“ bzw. einem getrennten „Selbst“, sowie der damit einhergehenden „Fixierung“ bzw. „Rotation“ aus *Nichtsehen*, *Durst* und *Ergreifen* mitsamt deren Ablegen, nämlich den *Inneren Zwängen*. Die nach Buddha prägendste Größe des Buddhismus, Nāgārjuna, resümiert es so:

„Die Befreiung bedeutet das Versiegen aller leidvoll bindenden Handlungen aus den Inneren Zwängen. Diese begleiten die Vorstellungen des Menschen in *Begrifflicher Ver-selbstständigkeit*. Diese hat Fixierung zur Quelle. Diese vergeht mit dem Sehen der *Leerheit* aller Dinge von einem Selbst.“

Im Buddhismus bedeutet die innerste Erfahrung des Menschen – also das Verstehen der Vier Edlen Wahrheiten und Drei Daseinsmerkmale – die höchste Erkenntnisquelle. Eben aus diesem Grunde steht hier eine Treffliche Achtsamkeit im Hinblick auf die natürlichen Gegebenheiten von Körper oder Geist sowie Meditation (*Bhāvana*) als die systematische Einübung dieser Trefflichen Achtsamkeit im Zentrum der ganzen Praxis. Der Erwachte hat diesem Thema berühmte Reden gewidmet. So sagt er etwa in der *Rede von den Vergegenwärtigungen der Achtsamkeit (Satipatthāna Sutta)*:

„Dies ist der Direkte Weg zur Läuterung der Lebewesen, zum Überwinden von Traurigkeit und Wehklagen, zum Verschwinden von Leiden, Angst und Unzufriedenheit, zum Erlangen der wahren Methode und zur Verwirklichung des Nirvāna, nämlich die Vier Vergegenwärtigungen der Achtsamkeit.“ Diese Vergegenwärtigungen sind alles Körperliche, die Empfindungen, die Geistesqualitäten und die Natürlichen Wahrheiten.

Eine Treffliche Achtsamkeit wird in der Rede so definiert: „Bleibt fortwährend verankert in eingehender Betrachtung des Körperlichen im Körperlichen – entschlossen, klar wissend und achtsam gegenwärtig, nachdem Verlangen und Bekümmern hinsichtlich der Welt abgelegt worden sind. Das Gleiche gilt für die Empfindungen (oder Gefühlsreaktionen), die Geistesqualitäten und die Natürlichen Wahrheiten.“

Die meditativen Ansätze des Vipassanā des frühen Buddhismus Theravāda beruhen direkt auf diesen alten Achtsamkeitsreden des Erwachten. Achtsamkeit ist auch im späteren Buddhismus bzw. Mahāyāna noch zentral; als Herz des Zen (beim Zazen und Shikantaza), als Kern der höchsten Meditationsformen des tibetischen Buddhismus, des Dzogchen (Große Vollendung) der Nyingmapas und der Mahāmudrā (Großes Siegel) der Kagyūpas.

Die tibetische Basispraxis des Lamrim („Stufenweg“ zum Erwachen) der Gelugpas geht gedanklich-analytisch vor, betrachtet dabei aber die gleichen Erkenntnisinhalte wie bei der sehenden Achtsamkeit des frühen Buddhismus. Auch in Shântidevas Hauptwerk *Eintritt in den Wandel zum Erwachen*, der primären Quelle des ethischen Ideals vom selbstlosen Weltbefreier Bodhisattva, ist die Achtsamkeit zentral. Außerdem ist sie ein Hauptelement der Praxis von Nenbutsu und Tariki in der großen östlichen Schule vom „Reinen Land“.

„Achtsamkeit“ ist also Hauptbestandteil aller buddhistischen Grundlehren. Dies gilt nicht für die Urtexte der monotheistischen Weltreligionen. Sie orientieren sich ihrem Wesen nach an unverifizierbaren Dogmen (unpolemisch gesagt, denn der Begriff „Dogma“ spielt hier eine zentrale Rolle), die objektiv der Naturerfahrung widersprechen. Zu diesen unverifizierbaren Dogmen gehören zentral folgende Vor-Stellungen: „Ewiges Leben“, „Auferstehung von den Toten“, „Jungfrauengeburt“, Wunder wie ein sich spaltendes Meer, um Menschen den Weg freizumachen, oder auch die Kausalitätseinbildungen hinter einem „Jüngsten Gericht“ und einer Erlösung der Menschheit durch einen Kreuzestod. Der Erwachte hat alles Leben als Inbegriff des bedingt Entstandenen und somit zwangsläufig Vergänglichen gesehen. Er hat etwa ein „Ewiges Leben“ als „vollkommen närrisch“ bezeichnet (im *Gleichnis von der Schlange* der *Mittleren Sammlung* des Pali-Kanons).

Diese Grundhaltung prägt das Weltempfinden der gewöhnlichen Buddhisten in Asien in unbewusst tiefgehender Weise. Der schweizer Ordinierte im Theravâda der Ordensgemeinschaft, Ajahn Akiñcano, der lange Zeit in Thailand gelebt hat, betont etwa:

„Es ist sehr schwierig, einem Thailänder den christlichen Glauben an die Einmaligkeit des Lebens nahezubringen: Da ist erst nichts. Dann lebt man 70 oder 80 Jahre, wird nach dem Tod gerichtet und kommt ins Töpfchen oder ins Kröpfchen. Damit war dann alles vorbei: Das wars, tut mir leid! Alles wandelt und verändert sich, alles erneuert sich, bloß beim Menschen sei es ganz anders ... das scheint allen Erfahrungswerten zu widersprechen.“

Der Buddhismus ist keine Glaubenslehre, sondern eine Praxislehre, mit Erfahrung und kritischer Prüfung als der primären Leitschiene für die Befreiung. Im *Vîmamsaka-Sutta* zum Beispiel führt der Erwachte Kriterien an, wie seine Lehre (sehr) kritisch zu überprüfen sei. Erst wenn sie einer solchen Prüfung standhalte, solle der nächste Schritt gemacht werden. Der Buddha hatte kein Interesse an blinder Gefolgschaft. In seiner Praxislehre gelten die „Drei Weisheitszugänge“ (Ti-Pannâ) als die alleinige Quelle von „Gültiger Erkenntnis“:

- 1) Durch Nachdenken oder Wägen erworbenes Verstehen (Cintâ-Mayâ-Paññâ);
- 2) Durch Hören oder Aufnehmen, Lernen oder Lesen erworbenes Verstehen (Suta-Mayâ-Paññâ);
- 3) Durch Meditation erworbenes, Intuitives Verstehen (Bhâvanâ-Mayâ-Paññâ).

Die Grundvoraussetzung ist hier also das eigene Nachdenken. Ein „medialer Zugang“ zu höheren Mächten (Spiritismus), „Göttlicher Offenbarung“ oder „Heiligen Schriften“ gelten hier als nicht als Quellen Gültiger Erkenntnis. Dies macht beispielsweise die *Rede an die Kalâmer* klar. Diese suchen den Buddha auf, weil sie sich von den Wahrheitsansprüchen der verschiedenen Meister verwirrt fühlen. Der Erwachte rät ihnen:

„Recht habt Ihr, Kalâmer, daß Ihr hier im Unklaren seid und Zweifel hegt. In einer Sache, bei der man im Unklaren sein kann, seid Ihr es. Folgt nicht (*Wissen aus zweiter Hand, in den Worten des Buddha:*) als geoffenbart geltenden Lehren, Überlieferung oder Tradition, Hörensagen oder landläufiger Meinung, sowie generell der Autorität von Schriften; folgt nicht (*einseitigem Denken, in den Worten des Buddha:*) rein logischen Gründen, bloß theoretischen Schlüssen, Gedankengebäuden, sowie der Übernahme anziehender Ideen; folgt nicht (*persönlichen Autoritäten, in den Worten des Buddha:*) dem Anschein von Kompetenz oder Charisma, sowie der eigenen Identifikation mit einem Meister.

Aber wenn Ihr für Euch selbst versteht: ‚Diese Dinge sind heilsam, förderlich, sie werden von Weisen empfohlen; und, wenn man sie akzeptiert und durchführt, bringen sie allseits Nutzen und Glück‘, solltet Ihr auch dementsprechend handeln.“

## **Das Zeitlose, Universelle Gesetz**

Der Erwachte beschreibt den Befreiungspfad als das „Zeitlose, Universelle Gesetz“, die „Natürliche Wahrheit“ Dharma (das, was trägt oder hält), kulturübergreifend. Wer den Dharma auf seinem individuellen Wege zunehmend klar erkenne und beachte, realisiere die wahre Befreiung von Herz oder Geist inmitten und für die Welt. Folgender Vers des Pali-Kanons wird in den Ordenstraditionen des Theravāda täglich feierlich rezitiert:

„Der Erwachte hat den Dharma wohl gewiesen, der unmittelbar einleuchtet. Er ist zeitlos gültig, persönlich einladend, voranbringend und von jedem, der weise ist, individuell zu verwirklichen. Ich suche keinen anderen Freiort. Der Dharma sei mein einziger Freiort. Möge mir durch die Macht dieser Wahrheit der innere Sieg in Freude zuwachsen.“

In der Indologie gilt der Buddha nicht als Philosoph, sondern als „Erlösungspragmatiker“. Er hat eine konsequente Praxislehre verkündet, die für das kurze und unberechenbare Leben das Höchste bezweckt, solange die „goldene Chance“ des menschlichen Lebens besteht. Denn andere Existenzformen würden diese Chance kaum eröffnen. Der Erwachte sagt: „Nur eines lehre ich, jetzt wie früher: Das Leiden und das Ende des Leidens!“ Einmal nahm er im Wald eine „Handvoll Blätter“ und fragte, was denn mehr sei: Die Blätter in seiner Hand oder die Blätter des Waldes. Nach der selbstverständlichen Antwort betonte er: „Ähnlich ist auch das viel mehr, was ich erkannt und nicht verkündet habe, als das, was ich verkündet habe. Warum aber habe ich das andere nicht verkündet? Weil es Euch keinen Gewinn brächte, weil es nicht zum Versiegen der Inneren Zwänge, zum Frieden durch Schau, zum Erwachen, zum Nirvāna führte, ist es unverkündet geblieben.“

Im alten Indien sind natürlich genauso die „Großen Fragen“ gestellt worden; etwa ob das Universum räumlich und zeitlich einen Anfang und ein Ende habe, wer es erschaffen habe, ob das „Ich“ oder die „Seele“ im abstrakten Sinne existiere oder nicht, oder wie ein Erlöster nach dem Tode fortbestehe. Als dem Buddha diese Fragen einmal (relativ fordernd) gestellt wurden, antwortete er mit einem berühmten Gleichnis: Ein Mann ist von einem Pfeil getroffen, und ein Arzt wird herbeigeholt, damit er den Pfeil herausziehe. Doch der Getroffene sagt: „Ich lasse mir den Pfeil nicht herausziehen, bevor ich nicht weiß, wer ihn abschoss, mit welchem Bogen dies geschah, und aus welchem Material der Pfeil besteht.“ Der Mann müsste sterben, bevor der Arzt handeln könnte. Ähnlich würde es dem Suchenden ergehen, der Antworten auf jene spekulativen Fragen wollte. Er müsste sterben, bevor er diese gefunden hätte. Damit wäre ihm das Wichtigste im Leben entgangen – die Beschreibung des Befreiungsweges. Der Erwachte beendet das Gespräch, indem er (ähnlich fordernd) betont: „Deshalb, Mālunkyāputra, was ich nicht gelehrt habe, lass nicht gelehrt sein, und was ich gelehrt habe, lass gelehrt sein. Was habe ich gelehrt? Das Leiden, die Ursache des Leidens, das Ende des Leidens und der Weg, der zum Ende des Leidens führt!“

## **Die ethische Rückseite des befreienden Sehens:**

### **Die Vier Unbegrenzten oder „Wohnorte der Götter“ (Brahmavihāras)**

Das intuitive Verstehen der Höchsten, „Selbst“-losen „Natur der Dinge“ hat die ethische Rückseite Liebe, Mitgefühl und Mitfreude in Gleichmut. In diesem Sinne ist sie auch „Wahre Ethik“, wie etwa Ajahn Buddhadasa betont. Mit Wahrer Ethik bewegt sich das Sinnen und Trachten ganz im „Selbst“-losen, ungespaltenen Allwesen. Es im eigenen Herzgeist zu spüren bedeutet, ihm handelnd gerecht werden zu müssen. Ethische Motivation ist die selbsttätige Übersetzung des noch inaktiven Sehens des „Nicht-Selbst“ im Geiste in die aktiven Handlungsmotive im Herzen. Anders gesagt: Das intuitive Wissen Paññā hat unweigerlich Konsequenzen für unsere Motive, sobald es zu Handlungen kommt.

Der Buddha hat zwischen diesen beiden Ebenen nicht getrennt. Pali „Citta“ bedeutet genau genommen „Herzgeist“ oder „Gefühlsgeist“, nicht abstrakt-mental „Geist“. Das weise Durchschauen der universellen Leerheit von einem „Selbst“ im letztlich Nichtgetrenntsein aller Dinge bedeutet für unsere Handlungsmotive das Empfinden der Gefühle und Sehnsüchte der anderen Lebewesen (die buddhistische Ethik umfasst ebenfalls die Tiere) als Teil von einem selbst. Deshalb werden in den Reden des Pali-Kanons die dort gleichermaßen wichtigen „Vier Unbegrenzten“ – Liebende Güte, Mitgefühl und Mitfreude in Gleichmut – so begründet: „Sich selbst in allem wiedererkennend, durchstrahlt ein Wahrer Mensch die ganze Welt mit einem Herzgeist voller Liebender Güte, Mitgefühl und Mitfreude in Gleichmut, mit einem großen, erhabenen und unbegrenzten Herzgeist.“

In dieser Weise empfindet ein „Wahrer Mensch“ (Sappurisa) die Welt. Er teilt, im Innersten wissend, das Verlangen der anderen Lebewesen nach Glück, ihr Leiden und ihre Freude. Die Vier „Unbegrenzten“ (insofern nicht durch den Glauben an ein getrenntes „Selbst“ begrenzt) sind der buddhistische Inbegriff des offenen, aktiven Weltbezugs im zunehmend spürenden Verstehen der Wahren, „Selbst“-losen Realität. Sie bedeuten die Ausweitung des eigenen „Ich“ auf alle Dinge im letztlich untrennbaren Weltganzen. Mit den Vier Unbegrenzten manifestiert sich das intuitive Sehen der universellen *Leerheit* (in der *Höchsten Wahrheit*, wo nichts ein „Selbst“ ist) in Form konkreter Motive (in der *Konventionellen Wahrheit*, wo alles ein getrenntes „Selbst“ ist). Die Vier Unbegrenzten heißen auch die „Wohnstätten der Götter“ (im eigenen Herzen) bzw. Brahmvihâras. Denn mit ihnen erfährt und verwirklicht man göttliche Daseinsbereiche schon im Leben.

Der Weg des Erwachens bedeutet, dass die Begrenzte Wahrheit der Dualität (bzw. des konventionellen Selbst) und die Ganze Wahrheit der Nicht-Dualität (im allbezogenen Nicht-Selbst) als gleichberechtigte Realitätsebenen verstanden werden. So werden sie im „Weltempfinden“ (Denken, Sprechen und Handeln) immer müheloser integriert. Auf diesem „Inneren Weg“ (wie der „Buddhismus“ etwa in Tibet heißt) wird die Volle Wahrheit zur tragenden Einsichts-, Freiheits- oder Herzens-Quelle, während die Relative Wahrheit das konkrete Umsetzungs- oder Bewährungs-Feld von Einsicht, Stille oder Herz ist (die *Beiden Wahrheiten*). Die Höchste Realität ist die ungreifbare Innendimension und die Konventionelle Realität die nur greifbar erscheinende Außendimension des Lebens.

## Die Krone des Weges: Tugend im Gleichmut

Der „Gleichmut“ (Upekkha), der im Pali-Kanon häufig vorkommt, ist die Freiheit von Verlangen, Abneigung und Gleichgültigkeit; und im Gegensatz zu Gleichgültigkeit eine von Bewusstheit bzw. tiefem Sehen getragene Herzensqualität. Ein Mahâyâna-Vers aus der *Rede von der Blumengirlande (Avatamsaka-Sûtra)* bringt dies so auf den Punkt: „Körper und Geist gleichmütig – innerlich und äußerlich befreit, immer verankert in wahrer Bewusstheit, unverhaftet, nicht mehr hörig.“

Was uns am freien Antlitz der Buddhabildnisse Asiens im Innern rührt, ist eben dieser sehende Gleichmut. Denn er bedeutet das Versiegen des Leidens, wie es im Sehen des Nicht-Selbst aller Dinge, im Schwinden von Fixierung, Begrifflicher Verselbstständigung oder *Innerem Zwang* eintritt. Damit erblüht auch die ethische Rückseite dieses Sehens – die anderen drei Unbegrenzten, nämlich Liebe, Mitgefühl und Mitfreude.

Alles für andere und damit rückwirkend für einen selbst „Unheilsame Wirken“ (Akusala Kamma) ergibt sich aus den Leidursachen Nichtsehen, Durst oder Ergreifen mit den Inneren Zwängen (Kilesa). Lediglich die Qualität der eigenen Willensformationen, also das Karma, bestimmt, ob glückvolle oder leidvolle Bewusstseinszustände bzw. Existenzbereiche erfahren werden (im Kreislauf der Wiedergeburten Samsâra). Alleine dieses innere Gesetz von Ursache und Wirkung beim absichtsvoll Handelnden bedeutet Karma (wörtlich: „Wirken, Rückwirken“). Der Buddha definiert Karma mit einem Wort: „Absicht“. Der Maßstab für eine Heilsame oder Unheilsame Absicht (für das entsprechende Karma) ist, ob bei anderen und so letztlich auch einem selbst Glück oder Leid hervorgerufen wird.

Im Gleichmut versiegt alles Unheilsame Wirken, nämlich in geistiger Hinsicht Getriebensein bzw. Verlangen, Übelwollen und Mitgefühllosigkeit; in sprachlicher Hinsicht Lügen, verleumderische Rede (Zwischenträgerei), Hassrede und Geschwätz; und in körperlicher Hinsicht Töten oder auch bewusstes Schädigen der naturgemäß am Leben hängenden Lebewesen, die Aneignung von Nichtgegebenem (Stehlen), sowie ein Sexualverhalten, das für einen der Beteiligten (also für einer der beiden Sexualpartner oder eine verbundene dritte Person) vermeidbares Leiden bedeutet. Im Gleichmut versiegen alle Willensimpulse des „Ich und Mein“, die unbewusst zum Unheilsamen treiben – die „Drei Wurzeln des Unheilsamen“ oder auch „Drei Geistesgifte“ (Akusala Mûla) Gier, Hass und Verwirrung. Somit ist der Gleichmut identisch mit Tugend bzw. den „Drei Wurzeln des Heilsamen“ (Kusala Mûla), nämlich mit Gierlosigkeit, Hasslosigkeit und Verwirrungslosigkeit.

Im Gleichmut werden wie von alleine die „Fünf Gelübde“ (Sikkhâpada) vollkommen beachtet. In der ganzen buddhistischen Welt bilden diese Gelübde das Herz jeder ernsthaften Laienpraxis. Sie werden dort in den Klöstern von den Laien feierlich aufgenommen, aber auch gleichermaßen von den westlichen Buddhisten, etwa auf den Meditationskursen oder in den Zentren. Sie bestehen im gezielt bewussten Ausschluss des primären körperlichen und sprachlichen Unheilsamen Wirkens. Sie besagen:

1) Nichttöten und Nichtschädigen von Leben (das erste, höchste Gebot eines Erwachten). 2) Nichtnehmen von Nichtgegebenem (Nichtstehlen). 3) Vermeiden von sexuellem Fehlverhalten. 4) Nichtlügen. 5) Nichteinnehmen berauscher Substanzen, weil diese eine „Quelle von Sucht, Streit, Krankheit, Ansehensverlust und Schamlosigkeit sind“, sowie „die höhere oder befreiende Einsicht schwächen“.

Die Vier Unbegrenzten – Liebende Güte, Mitgefühl und Mitfreude mit ihrer Einbettung in Gleichmut – bedeuten natürlich auch „Tugend“, nur in einem noch höheren Sinne, nämlich als die aktiv heilsamen Gegenstücke zu allem Unheilsamen. Diese aktiv heilsamen Gegenstücke sind (als die konkrete Umsetzung jener Unbegrenzten in die Tat) Helfen oder Nähren allen Lebens, Freigiebigkeit, Geduld, Energie, versöhnendes oder einigendes Sprechen wie Verhalten, wohlwollende Rede (was im Buddhismus mit Kritik und klarer Unterscheidung bestens kompatibel ist), sowie wahrheitsliebende, sinnvolle bzw. klare Rede.

Freigiebigkeit und Geduld haben unter den buddhistischen Laienanhängern Asiens einen besonders hohen Stellenwert, weil sie einer alltäglichen emotionalen Verhaftung an das „Selbst“ besonders wirksam entgegenwirken. Dabei gilt es als besonders verdienstreich, wenn man die buddhistischen Ordinierten unterstützt, die ihrerseits die Laienanhänger spirituell durch Lehre und Zeremonie fördern. Dieses Wechselverhältnis ist in Asien tief etabliert. Wie weit das geht, zeigen auch dortige Alltagsfloskeln. In Sri Lanka etwa ist es unüblich, „Danke“ zu sagen. Denn man glaubt hier nicht, dass der andere mit einer heilsamen Tat ein Opfer vom eigenen „Ich“ erbracht habe, wofür man sich zu bedanken hätte. Anstatt „Danke“ wird ein mitfreudig gemeintes „Oh, Verdienst!“ gesagt. So wird hier fast neidvoll zum Ausdruck gebracht: „Mit dieser heilsamen Tat hast Du Dir selbst etwas wahrhaft Gutes getan.“ Auch „Wie geht es Dir?“ ist in buddhistischen Ländern nicht gebräuchlich.

Die buddhistischen Fünf Gelübde finden sich heute in wachsenden religiösen Bewegungen wieder, weil sie offenbar auch von Nichtbuddhisten als das ideale Ethikresümee empfunden werden. Der katholische Theologe Hans Küng etwa vertritt sie (außer dem fünften) als sein „Weltethos“. Mit seinem Werk *Spurensuche: Die Weltreligionen auf dem Weg* hat er die angeblichen „Spuren“ (im Sinne von Anfängen) des Christentums in den anderen Religionen gesucht, weil diese im Westen immer attraktiver werden.

Die vietnamesische Neureligion „Caodaiismus“ (mit fünf Millionen Anhängern; „Cao Dai“ gilt als „Gott, der Vater, das höchste Wesen, der Schöpfer, die Letztliche Wirklichkeit des Universums“) ist hauptsächlich von Christentum und Theosophie (wörtlich „Weisheit Gottes“) getragen, verschmilzt wie die Theosophie die größten Traditionen des Spiritismus und beruht auf menschlichen „Medien“ mit vermeintlich direktem Kontakt zu „Cao Dai“. Sie betont: „Adepten werden aufgefordert, den grundlegenden Werten aller Weltreligionen zu folgen, die in den fünf Ausschlüssen stehen.“ Dann kommen (außer Nichtstehlen) jene buddhistischen Fünf Gelübde. Nichtlügen wird betont in zwei Gebote unterteilt.