

NDR Info: Aus der Sendereihe Religionsgemeinschaften – Buddhisten

Sonntag, 18.01.2026, von 07:15 bis 07:30 Uhr

Autor: Alfred Weil

Sprecherin: Kornelia Paltins

Sehr geehrte Hörerinnen und Hörer, ich freue mich, Sie zu unserem Radiovortrag herzlich begrüßen zu dürfen! In ihm geht es heute um kleine und große Geschenke.

Freiheit von Furcht und Bedrückung

Die buddhistische Tradition ist reich an Beispielen von Frauen und Männern, die das Ideal der Gebefreudigkeit auf herausragende Weise verkörperten. Ein aus Sāvatti stammender Großkaufmann gehört dazu. In seiner Heimatstadt ist er so als Wohltäter bekannt, dass viele seinen eigentlichen Namen Sudatta gar nicht kennen, sondern ihn nur Anāthapiṇḍika nennen, d.h. „der den Unbeschützten Almosen gewährt“.

Schon in jungen Jahren wird er einer der ernsthaftesten und treuesten Anhänger des Buddha. Das drückt sich nicht nur in seinem hingebungsvollen religiösen Leben aus, sondern vor allem in der ideellen und materiellen Unterstützung der Ordensgemeinschaft des Erwachten. Mit beachtlichem finanziellem Einsatz unterhält und fördert er ein weithin bekannt gewordenes Kloster in einem Park nahe seiner Heimatstadt.

Schon dessen Gründung ist eine Herausforderung und mit einer denkwürdigen Geschichte verbunden. Nachdem Sudatta seitens des Buddha die Zustimmung erhalten hat, eine feste Unterkunft für die Wandermönche zu errichten, macht er sich sofort auf die Suche nach einem geeigneten Gelände. Still soll es sein; nicht zu weit von der Stadt entfernt, aber auch nicht zu nahe dem allzu geschäftigen Treiben der Menschen. Bald ist ein passendes Stück Land gefunden. Es gehört dem jungen Prinzen Jeta, der sein schön gelegenes Wäldchen aber keineswegs verkaufen will. Um den in seinem Werben nicht nachlassenden Kaufmann ein für alle Mal loszuwerden, nennt Jeta eine astronomische Summe als Kaufpreis. Doch ohne Zögern ist Anāthapiṇḍika bereit zu zahlen. Die Überlieferung sagt, der Kaufmann habe den Jetahain nahezu vollständig mit Goldstücken auslegen müssen, um den riesigen Betrag aufzubringen.

Das weibliche Gegenstück zu Anāthapiṇḍika ist Visākhā, die nach ihrer Heirat ebenfalls in Sāvatti lebt. Auch sie wird dafür gerühmt, dass sie dem Orden eine fast verschwenderische Unterstützung gewährt. Schon mit sieben Jahren wird sie eine überzeugte Anhängerin des Buddha, den sie in Begleitung ihres Großvaters das erste Mal hört und dessen Worte sie tief berühren. Im Gegenzug und als Dank für die immer wieder erfahrenen inspirierenden Gespräche mit dem Erwachten macht sie es sich zur Aufgabe, für ihn und seine Gemeinschaft bestmögliche Lebensbedingungen zu schaffen. Sei es, indem sie für geeignete Kleidung, für hinreichende Ernährung oder im Bedarfsfall für Arznei sorgt.

Unvergessen macht sie sich aber ebenfalls durch die Stiftung eines Klosters im Ostpark der Stadt. Wie es dazu kommt, schildern die alten Berichte so: Eines Tages lauscht Visākhā wie so oft einem Vortrag. Gedankenverloren verlässt sie den Versammlungsort, vergisst aber dabei ihren wertvollen Schmuck, den sie zuvor abgelegt hat. Wohl bekommt sie ihn zurück, doch jetzt will sie ihn für etwas ganz Besonderes verwenden. Sie möchte sich nicht länger mit ihm zieren, sondern ihn für einen guten Zweck spenden. Das tut sie dann auch, indem sie für den erzielten Erlös die erwähnte Parkanlage erwirbt und die dazugehörigen Baulichkeiten in Auftrag gibt. –

Vermutlich bewegt sich unsere Gebefreudigkeit eher in bescheideneren Dimensionen. Was kaufe ich meiner besten Freundin zum Geburtstag? Für die bevorstehende Hochzeit in der Nachbarschaft brauche ich ebenfalls etwas! Ja, und Weinachten oder eine andere Festlichkeit kehren sicher wieder. Die Frage nach einem passenden Geschenk stellt sich also wiederholt. Es sind vor allem bestimmte Anlässe, die uns aktiv werden lassen. Für den einen sind sie eine freudvolle Herausforderung, für den anderen eher eine sich wiederholende Belastung.

Gerade die Frage nach dem „Was?“ setzt manchem zu. Und oft genug ist ein kleinerer oder größerer Schein in einem dezenten Umschlag der willkommene Ausweg. Wenn es kein Geld ist, dann soll es doch meistens den Sinnen etwas bieten: Für die Einfallslosen mag das die übliche Flasche Wein sein oder eine Schachtel mit Süßigkeiten, gegebenenfalls etwas Elektronisches. Trendbewusste setzen eher auf eine gemeinsame Unternehmung oder die Einladung zu einer besonderen Veranstaltung.

Natürlich kann ich mich auch persönlich mehr einbringen und mir etwas anderes einfallen lassen. Ich reserviere etwas von meiner knappen Zeit und verbringe sie mit jemandem. Ich kann mein Wissen, Erfahrungen und Einsichten teilen. Wie wäre es, jemandem meine Aufmerksamkeit oder ein gutes Wort zukommen zu lassen? In prekären Situationen kann ich Hilfe leisten, wo nötig, Rat und Trost spenden.

Gleichwie, es ist auffällig, wie nachdrücklich der Buddha den Wert von Gebefreudigkeit und Großzügigkeit jeder Art betont. Auch in kleinen Dingen: Selbst wenn einer Essensreste in einen Tümpel leert, damit die Lebewesen darin davon fressen können, tut er Gutes. Um wieviel mehr mit einem wohlgemeinten und der Situation angemessenem Geschenk an einen Menschen. ‚Wenn ihr um die guten Folgen des Gebens wüsstet‘, schärft er seinen Zuhörern ein, ‚würde der Makel des Geizes nicht von euch Besitz ergreifen. Selbst euren letzten Bissen würdet ihr nicht essen, ohne etwas davon abzugeben.‘

Damit steht der Erwachte in einer Reihe mit anderen Menschheitslehrern und Religionsgründern, die Ähnliches sagen. Ein mögliches Geschenk hebt er indessen besonders hervor, das nach seinen Worten von herausragendem und bleibendem Wert ist: das Geschenk der Freiheit von Furcht, Feindschaft und Bedrückung.

Wer es machen will, entschließt sich zuallererst, unter keinen Umständen ein Lebewesen zu töten. Ob Mensch oder Tier, das Leben ist für jedes empfindende Wesen höchstes Gut. Niemand möchte sterben, schon gar nicht auf gewaltsame Weise. Ich empfinde das wie jeder andere auch. Wie könnte ich da das genaue Gegenteil von dem tun, was allen gleichermaßen am Herzen liegt? Wie das mitleidslos nehmen, was allen lieb und wert ist? Wo immer und unter welchen Umständen auch immer mir ein Lebewesen begegnet, gilt demnach: Ich werde nicht töten. Ist es nicht ein unschätzbares Geschenk, jedem und immer zu signalisieren: ‚Von mir geht keine Gefahr aus. Du kannst sicher sein, wissentlich und absichtlich werde ich niemandes Gesundheit und körperliche Unversehrtheit antasten.‘

Andererseits freuen wir uns an unserem Besitz und den vielen Dingen, die wir für unseren Alltag und unser Wohlbefinden benötigen. Jeder Verlust ist schmerzlich, jeder Schaden tut weh. Umso mehr, wenn er vermeidbar ist und in unguter Absicht herbeigeführt wird. Der Diebstahl meines Portemonnaies auf der Straße oder meines Handys in der Bahn macht mich nicht nur materiell ärmer, er zerstört mehr noch Unbefangenheit und Vertrauen. Auch der Einbruch in der Wohnung hat nicht nur eine materielle Seite, er verletzt mein Empfinden von Geborgensein und Sicherheit. Wie wertvoll wäre da das Wissen: ‚Ich habe von niemandem um mich herum etwas zu befürchten.‘

Wie sieht es mit unseren sozialen Beziehungen aus? Vor allem, was die Partnerschaft zwischen Mann und Frau angeht. Sie gibt dem Leben Stabilität, sie ist Rückzugsort und bedeutet wechselseitige Hilfe und Unterstützung. Was heißt es dann, wenn jemand versucht, mir meinen Mann oder meine Frau zu entfremden – einzig, um seine eigenen sexuellen Bedürfnisse zu befrieden? Nur, um für eine kurze Zeit ein Vergnügen zu haben, das anderen Schmerz bereitet? Weil mir auf diese Weise etwas Entscheidendes genommen würde, heißt das natürlich im Umkehrschluss: Eine intakte Ehe oder Zweierbeziehung ist für mich tabu. Ich werde diesbezüglichen Wünschen und Versuchungen in keinem Fall nachgeben.

Ohne richtige Orientierung kommen wir weder zuhause noch im Beruf noch sonst wo zurecht. Wir müssen wissen, was der Realität entspricht und was nicht. Wir müssen uns auf das verlassen können, was andere uns sagen. Vor allem gezielte Lügen haben oft verheerende Wirkungen, weil sie uns bewusst in die Irre führen. Wie viel nehmen uns Menschen, wenn sie das Gegenteil von dem sagen, was sie tatsächlich denken, wollen und tun! Und wie sehr bereichern sie uns hingegen, wenn sie nie etwas anderes sagen als die Wahrheit!

Um einen letzten Punkt anzusprechen: Man könnte meinen: ‚Der Gebrauch von Alkohol oder anderen Rauschmitteln ist Privatsache.‘ Man schadet aber nicht nur sich selbst, wenn man mit dem Genuss bewusstseinsstrübender Mittel sein wertvollstes Werkzeug – den eigenen Geist – beeinträchtigt oder gar zerstört. Ist die Schaltzentrale defekt, werden Denken, Reden und Handeln eines Menschen zwangsläufig in Mitleidenschaft gezogen. Er kann und wird sich nicht angemessen verhalten. Die Folgen treffen ihn selbst, aber auch jeden, der mit ihm zu tun hat. Deshalb ist das die letzte der *fünf großen Gaben*, von denen der Buddha spricht: keine Rauschmittel zu konsumieren. Das bewahrt in vieler Hinsicht vor geistigem und materiellem Schaden.

Das Nein zum Töten und Stehlen, zu sexuellen Verfehlungen, Lügen und Sich-Berauschen sind für Buddhistinnen und Buddhisten das Fundament ethisch einwandfreien Handelns. Diese fünf Selbstverpflichtungen, *sīla* genannt, sind es, die *unnennbar vielen Wesen die Freiheit von Furcht, von Feindseligkeit und Bedrängnis gewähren*. Unnennbar vielen Wesen, weil nach buddhistischer Auffassung unsere Existenz nicht auf dieses eine, jetzige Leben beschränkt ist. Diese im Vergleich kurze Episode ist nur eine in der unüberschaubar langen Kette schon vergangener und noch zu erwartender Leben. Auf dieser anfangslosen Daseinswanderung sind uns schon ungezählte Wesen begegnet und es werden uns – je nach dem – noch viele begegnen. Wer da seiner Grundhaltung treu bleibt und die zu ihr gehörenden *fünf großen Gaben* immer wieder und gerne verteilt, bietet so tatsächlich unnennbar vielen Wesen Schutz und Sicherheit.

Aber auch der Gebende geht nicht leer aus. Großzügigkeit hat immer zwei Gewinner: den Empfänger und den Gebenden selbst. Wenn jemand anderen die *Freiheit von Furcht, Feindschaft und Bedrängnis* zuteilwerden lässt, wird sie ihm auch selbst zuteil. Nach dem Gesetz von Karma kehren üble wie gute Handlungen eines Menschen zu ihm zurück. Wer etwa nie tötet und nie etwas unrechtmäßig an sich nimmt, baut an einer künftigen Welt, in der er um Leben und Besitz nicht bangen muss. Wer immer wieder Wohlwollen und Mitempfinden zeigt, erfährt früher oder später beides in reichem Maß.

Wir verabschieden uns mit dem Gruß: Mögen alle Wesen glücklich sein und Frieden finden.