

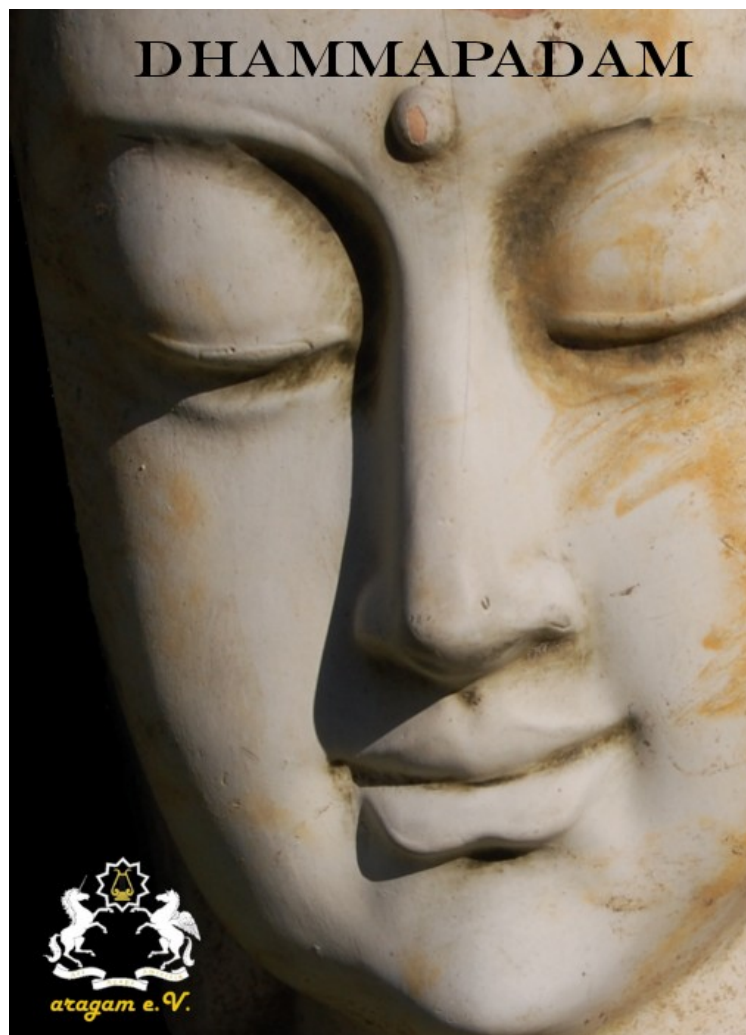
# Dhammapadam – Der Wahrheitspfad

## *Ein buddhistisches Denkmal*

Aus dem Pali übersetzt von

**Karl Eugen Neumann**

(Das eBook folgt der 2. Auflage der Ausgabe von 1921 verlegt bei R. Piper & Co, München.  
Unser Titelbild wurde erstellt unter Verwendung eines Fotos von [www.pixelio.de](http://www.pixelio.de), © A.  
Dreher / PIXELIO)



Bereitgestellt vom gemeinnützigen Kunst- und Kulturverein aragam e.V.

Kontakt: Mühlenstr. 82, 47198 Duisburg

Tel.: 02066 993705, Fax: 02066 993706, eMail: [info@aragam.de](mailto:info@aragam.de)

Weitere kostenlose eBooks auf [www.aragam.de](http://www.aragam.de)

## Das Paar-Kapitel

1

Vom Herzen gehn die Dinge aus,  
Sind herzgeboren, herzgefügt:  
Wer bösgewillten Herzens spricht,  
Wer bösgewillten Herzens wirkt,  
Dem folgt notwendig Leiden nach,  
Gleichwie das Rad dem Hufe folgt.

2

Vom Herzen gehn die Dinge aus,  
Sind herzgeboren, herzgefügt:  
Wer wohlgewillten Herzens spricht,  
Wer wohlgewillten Herzens wirkt,  
Dem folgt notwendig Freude nach,  
Dem untrennbaren Schatten gleich.

3

»Gescholten hat man mich, verletzt,  
Hat mich besiegt, hat mich verlacht«:  
Wer solchen Sinn im Herzen hegt,  
Von Feindschaft läßt er nimmer ab.

4

»Gescholten hat man mich, verletzt,  
Hat mich besiegt, hat mich verlacht«:  
Wer solchen Sinn zu bannen weiß,  
Von Feindschaft läßt er eilig ab.

5

Es wird ja Feindschaft nimmermehr  
Durch Feindschaft wieder ausgesöhnt:  
Nichtfeindschaft gibt Versöhnung an;  
Das ist Gesetz von Ewigkeit.

6

Die Menschen sehn es selten ein,  
Daß Dulden uns geduldig macht:  
Doch wer es einsieht, wer es weiß,  
Gibt alles Eifern willig auf.

7

Den Wohl und Lust Erspähenden,  
Den Sinnbetörten, Haltlosen,  
Den Mittagmahl-Unmäßigen,  
Den Trägen, Feigen, Schwächlichen,  
Den hat der Tod in seiner Macht  
Wie Sturmwind einen schwanken Baum.

8

Den Leid und Wehe Kennenden,  
Den Sinnbezähmten, Standhaften,  
Den karges Mahl Genießenden,  
Den Unentwegten, Tüchtigen,  
Den, wahrlich, zwingt der Tod nicht mehr,  
Wie Sturm nicht zwingt die Felsenwand.

9

Wer ungeheilt von trübem Drang  
Den trüben Rock ergreifen will,  
Der Wahrheit und Entsagung fremd:  
Dem ziemet nicht das Mönchgewand.

10

Doch wer geheilt von trübem Drang  
Fest stehet in der Ordenszucht,  
Der Wahrheit und Entsagung treu:  
Ja, dem geziemt der trübe Rock.

11

Wer Unreales wähnt real,  
Reales aber unreal,  
Der irren Sinnes Wandelnde  
Erreicht nicht Realität.

12

Doch wer Reales weiß real  
Und Unreales unreal,  
Der rechten Sinnes Wandelnde  
Eilt rüstig zur Realität.

13

Gleichwie die Hütte, schlecht gedeckt,  
Von Güssen rasch durchrieselt wird:  
So wird ein schlecht gewahrtes Herz  
Durchrieselt schleunig von Begier.

14

Gleichwie die Hütte, wohl gedeckt,  
Von keinem Guß durchrieselt wird:  
So wird ein wohl gewahrtes Herz  
Durchrieselt nimmer von Begier.

15

Gequält hienieden, gequälet drüben,  
An beiden Orten ist gequält der Sünder;  
Den Qualentflammten erfaßt Entsetzen,  
Erkennt er seine eigne Freveltat.

16

Beglückt hienieden, beglückt drüben,  
An beiden Orten ist beglückt der Gute;  
Den heiter Frohen erfaßt Entzücken,  
Erkennt er seine eigne lautre Tat.

17

Es reut hienieden, es reuet drüben,  
An beiden Orten reuet es den Sünder;  
»Verruchtes tat ich«, seufzt er klagend,  
Und heftiger schluchzt er an üblem Ort.

18

Es freut hienieden, es freuet drüben,  
An beiden Orten freut sich der Gute;  
»Verdienste hab' ich«, weiß er freudig,  
Und seliger lacht ihm der reine Ort.

19

Mag einer viel Vortreffliches zwar sprechen,  
Doch sorglos trägen Sinnes nicht erfüllen:  
Dem Hirten gleich, der Herden andrer hütet,  
Hat keinen Teil er am Asketentum.

20

Mag einer wenig Treffliches nur sprechen,  
Doch ganz und gar der Lehre sich ergeben,  
Erloschen der Begier, dem Haß, dem Wahne:  
Der Einsichtige, völlig Herzerlöste,  
Der nicht am Diesseits, nicht am Jenseits haftet,  
Der hat Asketentumes Teil erlangt.

## Das Ernst-Kapitel

21

Ernst leitet zur Todlosigkeit,  
Leichtsinn zum Reich des Sterbens hin;  
Die Ernsten sterben nimmermehr,  
Die Leichten sind den Leichen gleich.

22

Vollkommen dieses Ernsts bewußt  
In allem und in jedem Ding,  
Sind Weise ernsten Sinnes froh,  
Sind selig ihrer Heiligung.

23

Die Selbstvertieften, Standhaften,  
Die unentwegt Gewaltigen,  
Die weise Überwindenden  
Erreichen Unvergleichliches,  
Nibbanam, allerhöchstes Heil.

24

Des kräftig Kühnen, klar Bewußten,  
Des wohl Bedachten, Makellosen, Reinen,  
Des Selbstbezähmten, Starken, Ordenstreuen,  
Des Ernsten Ehre reift empor zur Höhe.

25

Mit Heldenmut und ernstem Sinn,  
Mit Selbstbezähmung und Verzicht  
Schafft, Standhafte, ein Eiland euch,  
Das jeder Flut gewachsen sei.

26

Dem leichten Sinn ergeben sich  
Erlahmte Männer, ohne Mut;  
Den Ernst bewahrt der weise Mann  
Als köstlich besten Schatzeshort.

27

Ergebt euch nicht dem leichten Sinn,  
O folget nicht der Liebeslust!  
Der ernst in sich gekehrte Mönch  
Ist höchstem Heile selig nah.

28

Wenn mutig mit des Ernstes Kraft  
Der Weise sich vom Leichtsinn löst,  
Blickt von der Weisheit Warte er  
Leidlos in diese Leidenswelt:  
Wie einer, der am Gipfel steht,  
Tief unten Talbewohner sieht,  
Betrachtet er gestählten Sinns  
Die Toren und das Torentum.

29

Ernst unter lässig leichtem Volk,  
Wach unter Schlafversunkenen,  
Dem Renner unter Kleppern gleich,  
Besitzlos zieht der Weise hin.

30

Durch Ernst erwarb sich Maghava,  
Der Götterfürst, den ersten Rang;  
Verehrung wird dem Ernst zuteil,  
Verachtung trifft den Leichtsinn stets.

31

Der ernsten Mutes frohe Mönch,

Der Graus erkennt im leichten Sinn,  
Empfindet jedes Daseinsband,  
Ob grob, ob fein, wie Feuersglut.

32

Der ernsten Mutes frohe Mönch,  
Der Graus erkennt im leichten Sinn,  
Entronnen der Vergänglichkeit,  
Ist baldig dem Nibbanam nah.



## Das Herz-Kapitel

33

Das aufgeregte, schwanke Herz,  
Das schwer sich festigt, schwer gehorcht,  
Vom Weisen wird es schlicht gemacht,  
Wie Pfeilholz von des Bogners Hand.

34

Wie Fischlein aus der Wasserflut  
Gelockt, geschleudert auf das Land:  
So zuckt und zappelt dieses Herz  
In Todesangst und Todesfurcht.

35

Des raschen, schwer bezwingbaren,  
Des ungezügelt schweifenden,  
Des wilden Herzens Bändigung  
Ist gut: gebändigt wirkt es Heil.

36

Das äußerst schwer ergründliche,  
Das heimlich tief verborgene,  
Das jedem Wunsch gefüge Herz,  
Das, Weise, habet wohl in Acht:  
Das wohlgewahrte wirket Heil.

37

Weit wandert, einsam schweift es hin,  
Das Körperlose, Innerste,  
Das Herz – wer das bezwingen kann,  
Entkommt aus diesem Todesreich.

38

Das unstete, zerstreute Herz,  
Der wahren Lehre unkundig,  
Das flatterhaft befriedigte,  
Das reift zur Weisheit nicht heran.

39

Geklärt von Herzens Glutenstrom,  
Befreit von Geistes Ungestüm,  
Dem Guten und dem Bösen fern,  
Kein Fürchten kennt der Wachende.

40

Dem irdnen Krug vergleiche diesen Körper,  
Worin dein Herz als Festung du verteidigst;  
Zertriff den Tod mit vollem Weisheitstrahle  
Und hüte den Besiegten, sei unnahbar.

41

Gar bald wird dieser Körper da  
Am Boden liegen, unbewußt,  
Der elende, erbärmliche,  
Gleich unnützbaren Abfällen.

42

Was Feind dem Feinde tuen kann,  
Was Haß dem Haß erdenken mag:  
Das schlechtem Sinn ergebne Herz  
Fügt Schlimmeres dem Eigner zu.

43

Was Vater und was Mutter auch,  
Was auch Verwandte, Freunde tun:  
Das rechtem Sinn ergebne Herz  
Fügt Besseres dem Eigner zu.



## Das Blumen-Kapitel

44

Wer wird diese Welt überwältigen,  
Dies Todesreich mit seiner Götterschar?  
Wer wird den leuchtenden Wahrheitpfad  
Wie der Edle eine Blume, sich erpflücken?

45

Wer kämpft, wird die Welt überwältigen,  
Dies Todesreich mit seiner Götterschar,  
Wer kämpft, wird den leuchtenden Wahrheitpfad  
Wie der Edle eine Blume, sich erpflücken.

46

Als Schaumgebild betrachte diesen Körper,  
Erkenne wohl sein trügerisches Dasein,  
Zerbrich des Todeskönigs Blumenpfeile,  
Entschwinde dem Bereiche seiner Herrschaft.

47

Den holde Blumen Pflückenden,  
Den Herzenslust-Gefesselten  
Ergreift, wie Hochflut überfällt  
Ein schlafend Dorf, der jache Tod.

48

Den holde Blumen Pflückenden,  
Den Herzenslust-Gefesselten,  
Noch ungesättigt im Genuß,  
Zwingt ihn der Tod in seine Macht.

49

Wie eine Biene Honigseim

Aus milder Duftesblüte saugt  
Und dann, gesättigt, weiter fliegt:  
So wandle mittags auch der Mönch.

50

Nicht anderer Fehler, anderer Pein,  
Nicht ihr Getan und Nichtgetan:  
Blick' dir ins eigne Herz hinein,  
Sieh' dein Getan und Nichtgetan.

51

Wie köstlich aufgeblühter Kelch,  
Duftlos, doch voller Farbenreiz:  
So ist ein schön gesprochenes Wort  
Unwirksam, wenn kein Handeln folgt.

52

Wie köstlich aufgeblühter Kelch,  
Voll Duft und voller Farbenreiz:  
So ist ein schön gesprochenes Wort  
Erwirksam, wenn das Handeln folgt.

53

Gleichwie aus reichem Blumenkorb  
Viel Kränze man erflechten kann:  
So flechte viel Verdienstliches  
Der Sterbliche ins Leben ein.

54

Dem Wind entgegen ziehn nicht Blütendüfte,  
Noch Sandelhauch, noch Blumenwohlgerüche:  
Doch selbst den Sturm durchweht der Duft der Guten,  
Der Duft des Edlen dringt nach allen Seiten.

55

Das Sandelholz, den Evabaum,  
Die Lotusblüte, den Jasmin:  
All diese Düfte übertrifft  
Der Wohlgeruch des Tüchtigen.

56

Nicht weit erstreckt sich jener Duft  
Vom Sandelholz, vom Evabaum:  
Der Wohlgeruch der Tüchtigen  
Weht über alle Götter hin.

57

Die Fährte dieser Tüchtigen,  
Der ernstergriffen Wandelnden,  
Der völlig klar Vollendeten,  
Ist unsichtbar dem Todesgott.

58

Gleichwie auf einem Haufen Mist,  
Geschichtet an dem Straßenrand,  
Ein Lotushaupt erstehen mag,  
Wohlriechend, herrlich anzuschauen:

59

So strahlt aus wirrer Welt hervor,  
Weit über alles Blindenvolk,  
In weisheitklarer Heiligkeit  
Ein Jünger des erwachten Herrn.

## Das Toren-Kapitel

60

Lang ist die Nacht dem Wachenden,  
Lang ist der Weg dem müden Leib,  
Lang ist der unverständigen  
Wahrheitverkenner Wandelsein.

61

Triffst du auf deiner Wanderschaft  
Den Besseren, den Gleichen nicht,  
So wandre einsam, wackern Muts:  
Mit Toren schließt man keinen Bund.

62

»Ich habe Kinder, habe Geld«:  
Geschlagenen Geistes denkt's der Tor!  
Sich selbst besitzt man nicht einmal,  
Geschweige Kind, geschweige Gut.

63

Ein Tor, der seine Torheit merkt,  
Wahrhaftig, weise heißt man ihn;  
Ein Tor, der sich ein Weiser dünkt,  
Wahrhaftig, der wird Tor genannt.

64

Wenn auch sein ganzes Leben lang  
Der Tor um einen Weisen ist,  
Er wird die Wahrheit nicht verstehn,  
Dem Löffel in der Suppe gleich.

65

Wenn auch nur einen Augenblick

Der Sinnige den Weisen sieht,  
Er wird die Wahrheit schnell verstehn,  
Gleichwie die Zunge Suppe schmeckt.

66

Als Eigenfeinde würgen sich  
Die Toren, die Verblendeten,  
Begehen böser Taten Schuld,  
Erwerben bittere Sündenfrucht.

67

Nicht solche Tat ist wohlgetan,  
Die reueschwer alsbald uns quält,  
Und deren Lohn man kummervoll  
Mit herbem Tränenblick empfängt.

68

Doch solche Tat ist wohlgetan,  
Die aller Reue ledig geht,  
Und deren Lohn man freudevoll  
In milder Heiterkeit empfängt.

69

Das Süße hat der Tor im Sinn,  
Solang die Sünde nicht gereift:  
Ist aber reif die Sündenfrucht,  
Dann fällt dem Leiden er anheim.

70

Mag alle Monat einmal nur  
So viel auf Grases Spitze geht  
Der Tor an Nahrung gönnen sich:  
Vom Werte der Verstehenden,  
Der recht die Dinge Wägenden  
Erlangt er auch kein Sechzehntel.



71

Die jetzt vollbrachte böse Tat  
Gerinnt nicht gleich, wie frische Milch:  
Verzehrend folgt dem Toren sie,  
Wie Feuer unter Asche glüht.

72

Sofern zu eignem Nachteil nur  
Erkenntnis sich im Torenhaupt  
Erhebt, erdrückt sein kleines Glück,  
Das Hirn zermalmend, jählings sie.

73

Gar manchen reizt des Pöbels Gunst,  
Lockt Vorrang in der Jüngerschar,  
Sticht Herrschaft in der Mönchklausur,  
Verehrung in der Laienwelt:

74

»Ich, ja, wahrhaftig, hab's gekonnt,  
Sie alle mögen's wissen nur,  
Die Weltlichen und Geistlichen,  
Mir, wahrlich, soll an jedem Ort  
Zu jeder Zeit in jedem Ding  
Das ganze Volk zu Willen sein!« –  
Das ist der Wunsch des Törichten,  
Und heftiger wächst Gier und Stolz.

75

»Erkenntnis, wahrlich, bringt Gewinn,  
Erkenntnis deckt Nibbanam auf!«:  
Der also dies Ergründende,  
Der Jünger des erwachten Herrn  
Ertrage Ehren gleichgültig,

Er weihe sich der Einsamkeit.

## Das Weisen-Kapitel

76

Als Schatzverkünder gelte dir  
Ein Mann, der weiß was trefflich ist,  
Der Denker, der das Wort erwägt,  
Als Weiser sei er hochgeschätzt;  
Verehrung eines solchen Manns  
Führt Übel nicht, führt Wohl dir zu.

77

Er lehre lauter, deute fein  
Und halte rein die Ordenszucht:  
Als Freund ist er den Guten wert,  
Nur Schlechte sehn den Feind in ihm.

78

Ergib dich schlechten Freunden nicht,  
Ergib dich nicht gemeinem Volk,  
Die edle Freundschaft halte hoch,  
Den besten Männern schließ' dich an.

79

Wahrheitbeseligt, heiter, froh,  
Geklärten Geistes, reinen Sinns:  
Im Dauerglück der Heilsordnung  
Verweilt der Weise wonniglich.

80

Kanäle schlichten Bauern durch das Feld,  
Die Bogner schlichten spitze Pfeile zu,  
Die Zimmerer schlichten schlanke Balken ab,  
Sich selber, wahrlich, machen Weise schlicht.

81

Wie hoch erhabner Felsengrat  
In Stürmen unbeweglich steht,  
So stehn im Tadel, stehn im Lob  
Die Weisen unerschüttert da.

82

Wie tiefer klarer Alpensee  
Hell durchsichtig im Lichte liegt,  
Wird durch der Wahrheit lautres Wort  
Hell durchsichtig der Weisen Sinn.

83

Die Edlen wandern hin an alle Orte,  
Kein Wunschston erklingt in den Gestillten,  
Vom Wohl berührt so wie berührt vom Wehe,  
Kein schrilles Wort vernimmt man von den Weisen.

84

Nicht für dich selbst und nicht für einen andern,  
Nicht wünsche Söhne, Reichtum, Königsherrschaft,  
Nicht wünsch' dir widerrechtliches Gedeihen:  
Sei redlich du und tüchtig, standhaft, weise.

85

Gar wenige des Menschevolks  
Durchkreuzen diesen Weltenstrom;  
Das ganze übrige Geschlecht  
Eilt nur am Ufer hin und her.

86

Doch jene Wahrheitdürstenden,  
Ergeben einem einzigen Ziel,  
Dem völlig klar verkündeten,  
Dem klar erkannten Wahrheitwerk:

Sie werden kreuzen dieses Reich,  
Den ungeheuern Todesstrom.

87

Gemeinem Wesen abgewandt,  
Weih' edlem Werk der Weise sich:  
Als Bettelmönch vom Hause fort,  
Der Heimatstätte fern und fremd,  
Gelüste ihn der Einsamkeit,  
Der schwer genießbaren, Genuß;

88

Entgangen gieriger Leidenschaft,  
Erlöst vom Wünschen, willensrein,  
Entglühe allertiefstem Grund  
Der Weise jeden Herzenshang.

89

Die in vollkommner Heiligung  
Gestählten Herzvollendeten,  
Die wunschentwunden Wandelnden,  
Die Daseinsende-Seligen,  
Die wahrerwacht Erstrahlenden:  
Das sind die Welterloschenen.

## Das Heiligen-Kapitel

90

Der seinen Weg gegangen ist,  
Der Sorgenüberwältiger,  
Der überall Entdaseinte,  
Der hinter sich zurücke ließ  
Das ganze Kettenlabyrinth:  
Genesen ist er jeder Qual.

91

Verstehende erheben sich,  
Voll Ekel an der Häuslichkeit:  
Wie Schwäne fort vom Sumpfe ziehn,  
Verlassen frei sie Haus und Hof.

92

Der Gang der Fülle-Fliehenden,  
Ernährung klar Erkennenden,  
Im Leeren, Unbeschreiblichen,  
Erlösenden Verweilenden:  
Gleichwie der Vögel Himmelsflug  
Ist schwer erfindbar derer Gang.

93

Der Pfad des Wahnerloschenen,  
Des Atzung-Unabhängigen,  
Im Leeren, Unbeschreiblichen,  
Erlösenden Verweilenden:  
Gleichwie der Vögel Himmelsflug  
Ist schwer erfindbar dessen Pfad.

94

Den Heitern, dessen Sinne sanft geworden

Wie Wagenlenkers wohlbezähmte Rosse,  
Den Dünkelledigen, den Wahnerlösten:  
Die Götter selbst beneiden einen solchen.

95

Der Erde gleich, die niemals zornig wird,  
Wie Steinetafel unerregbar stark,  
Hell durchsichtig wie schlammgeklärter See:  
Kein solcher kehrt zurück ins Wandelsein.

96

Gestillt ist seines Herzens Sinn,  
Gestillt das Wort, gestillt die Tat  
Des weisheitklar Vollendeten,  
Des friedestillen Heiligen.

97

Wer keinem Hörensagen traut,  
Wer weiß, was unvergänglich ist,  
Und das Vergängliche vertilgt:  
Der Raum und Zeit Zermalmende,  
Der Willenswahn-Entsündigte  
Ist wahrlich allerhöchster Held.

98

Sei's nah' dem Dorfe nah' dem Wald,  
Sei's in der Ebne, im Gebirg:  
Die Stätte wo ein Heil'ger weilt,  
Ist ein entzückend schöner Ort.

99

Entzückend ist der Waldesgrund,  
Wo sich die Menge nicht ergetzt,  
Ergetzen gierlos Heil'ge sich:  
Sie jagen nicht den Lüsten nach.





## Das Tausenden-Kapitel

100

Und seien's tausend Worte auch,  
Geordnet ohne Sinn und Zweck:  
Ein Sinnspruch ist vortrefflicher,  
Der Frieden dem Vernehmer bringt.

101

Und seien's tausend Strophen auch,  
Geordnet ohne Sinn und Zweck:  
Ein Strophensatz ist trefflicher,  
Der Frieden dem Vernehmer bringt.

102

Wer auch ein Hundert Strophen spricht,  
Geordnet ohne Sinn und Zweck:  
Ein Wahrheitspruch ist trefflicher,  
Der Frieden dem Vernehmer bringt.

103

Nicht wer zehnhunderttausend Mann  
Am Schlachtfeld überwältigt hat:  
Wer einzig nur sich selbst besiegt,  
Der, wahrlich, ist der stärkste Held.

104

Vorzüglicher als Völkersieg  
Ist eignen Herzens Bändigung;  
Dem selbstbezwungen Lebenden,  
Beständig standhaft Wandelnden,

105

Dem kann kein Gott, kein Genius,

Selbst Satan mit dem Brahma nicht  
Den Sieg entreißen irgendwie,  
Dem also stets Verweilenden.

106

Magst Tausenden allmonatlich  
Durch hundert Jahre Spendung tun:  
Verehrst nur einen Augenblick  
Du einen Selbstgewaltigen,  
Ist diese Ehrung trefflicher  
Als spenden hundert Jahre lang.

107

Und dienst du volle hundert Jahr'  
Dem Feuerkult im Waldeshain,  
Verehrst nur einen Augenblick  
Du einen Selbstgewaltigen,  
Ist diese Ehrung trefflicher  
Als opfern hundert Jahre lang.

108

Was immer auch ein frommer Lohnbegehler  
Im Lauf des Jahres opfern mag und beten:  
Dies alles taugt auch keinen einz'gen Heller,  
Verneigung vor den Tüchtigen ist besser.

109

Dem liebevoll Begrüßenden,  
Gereifte stets Verehrenden  
Erreift gelinde viererlei:  
Der Leib, das Leben, Wohlsein, Kraft.

110

Und lebt man hundert Jahre auch,  
Untüchtig, ohne ernsten Sinn:

Weit besser ist ein einz'ger Tag  
Des selbstvertieften Tüchtigen.

111

Und lebt man hundert Jahre auch,  
Unweise, ohne ernsten Sinn:  
Weit besser ist ein einz'ger Tag  
Des selbstvertieften Wissenden.

112

Und lebt man hundert Jahre auch,  
Unstrebsam, ohne Kampfesmut:  
Weit besser ist ein einz'ger Tag  
Des starken Mutergriffenen.

113

Und lebt man hundert Jahre auch,  
Unkundig dieser Wandelwelt:  
Weit besser ist ein einz'ger Tag  
Des Wandelwelt-Erkennenden.

114

Und lebt man hundert Jahre auch,  
Unkundig des Erlösungswegs:  
Weit besser ist ein einz'ger Tag  
Des Toderlösung-Kennenden.

115

Und lebt man hundert Jahre auch,  
Unkundig jenes höchsten Ziels:  
Weit besser ist ein einz'ger Tag  
Des höchstes Ziel Erschauenden.

## Das Sünden-Kapitel

116

O wende bald zum Guten dich,  
Verschließ dein Herz dem Sündentrieb:  
Denn wer nur lässig Rechtes tut,  
Bleibt doch der Sünde wohlgeneigt.

117

Wenn Sündiges der Mensch getan hat,  
So tue er es nimmer wieder,  
Noch denke er daran mit Sehnsucht:  
Denn schmerzlich brennet Sündenfülle.

118

Wenn Treffliches der Mensch getan hat,  
So tue er es immer wieder,  
Und denke stets daran mit Sehnsucht:  
Denn glücklich machet Tugendfülle.

119

Auch einem Bösen geht es gut,  
So lang das Böse nicht gereift;  
Ist aber reif die böse Frucht,  
Dann geht es schlecht dem schlechten Mann.

120

Auch einem Guten geht es schlecht,  
So lang das Gute nicht gereift;  
Ist aber reif die gute Frucht,  
Dann geht es gut dem guten Mann.

121

Das Böse achte nicht gering:

»Darüber bin ich längst hinaus« –  
Ein Tropfen nach dem anderen  
Füllt endlich doch den Wasserkrug,  
Voll wird des Toren Sinn und Herz,  
Allmähig sammelnd Böses an.

122

Das Gute achte nicht gering:  
»Darüber bin ich längst hinaus« –  
Ein Tropfen nach dem anderen  
Füllt endlich doch den Wasserkrug,  
Voll wird des Weisen Sinn und Herz,  
Allmähig sammelnd Gutes an.

123

Gleichwie ein reicher Herrscherr,  
Mit vielem Gut, doch schlecht geschützt,  
Den düstern Räuberhohlweg flieht,  
Gleichwie der Lebensfreudige  
Zurückbebt vor dem Giftpokal:  
So scheue alles Sündige.

124

Wenn unverwundet deine Hand,  
Magst ruhig du berühren Gift,  
Die heile Haut durchdringt es nicht:  
Kein Übel quält den Sündlosen.

125

Wer einem rechtgesinnten Manne Unrecht tut,  
Dem graden, standhaften, dem makellosen,  
Auf jenen Toren fällt zurück das Unrecht,  
Wie feiner Staub, den man dem Wind entgegenwirft.

126

Als Embryo kehrt Der zurück,  
Zur Hölle der Verworfene,  
Zum Himmel steigt der Gute auf,  
Total erlischt der Heilige.

127

Nicht in der Luft, nicht in der Meerestiefe,  
Nicht in dem Herzen fernster Bergeshöhle,  
Nicht findet in der Welt man jene Stätte,  
Wo man der eignen Schuld entfliehen könnte.

128

Nicht in der Luft, nicht in der Meerestiefe,  
Nicht in dem Herzen fernster Bergeshöhle,  
Nicht findet in der Welt man jene Stätte,  
Wo man dem Tode nicht erliegen müßte.

## Das Qualen-Kapitel

129

Ein jedes Wesen scheuet Qual,  
Ein jedes Wesen flieht den Tod:  
Erkenn' dich selbst in jedem Sein,  
Und quäle nicht und töte nicht.

130

Ein jedes Wesen scheuet Qual,  
Und jedem ist sein Leben lieb:  
Erkenn' dich selbst in jedem Sein,  
Und quäle nicht und töte nicht.

131

Wer mitleidslos die Wesen quält,  
Die heiß begehren, so wie er,  
Wohlauf zu sein und frohgemut,  
Erlangt kein Wohl nach seinem Tod.

132

Wer mitleidsvoll kein Wesen quält,  
Das heiß begehret, so wie er,  
Wohlauf zu sein und frohgemut,  
Erlanget Wohlsein nach dem Tod.

133

Zu keinem rede hart und rauh,  
Leicht möchte er's erwidern dir;  
Gar schmerzlich, ach! ist Zank und Streit,  
Zu Tätlichkeiten kommt es bald.

134

Gelangst in Aufruhr nimmer du,

Gleich einer Glocke, die zersprang,  
So hast Nibbanam du erreicht,  
Kein Sturmgeläute gibt es mehr.

135

Gleichwie der Hirt die Herde mit  
Dem Stocke in die Ställe treibt:  
So treibt das Alter und der Tod  
Die Lebenden dem Ende zu.

136

Verwerfliches begeht der Tor  
Und denkt dabei nicht weiter dran:  
Dann aber brennt die eigne Tat  
Den Unbedachten glühend heiß.

137

Wer friedlos naht den Friedlichen,  
Wer strafend quält die Straflosen,  
Eilt zehnfach Üblem schleunig zu,  
Zum einen oder anderen:

138

Er mag erfahren bittres Leid,  
Verlust von Gütern und den Tod,  
Es kann ihn treffen Irrsinns Nacht,  
So wie auch schwerer Krankheit Qual;

139

Der König mag ihn vorladen  
Und halten fürchterlich Gericht;  
Sein Weib, sein Kind mag hinsiechen,  
Sein Hab und Gut zugrunde gehn,

140



Verzehren und vernichtigen  
Des Feuers Wut ihm Haus und Hof;  
Und stirbt er, tritt der Ruh'lose  
Ins Dasein in der Höllenwelt.

141

Nicht diese und nicht jene Büberregel –  
Entblößten Körpers sitzen, stehn und gehen,  
Das Haar in Scheitelflechten aufzubinden,  
Geweihete Zeichen auf die Stirne salben,  
Zuweilen aller Nahrung sich enthalten,  
Ekstatisch regungslos am Boden liegen,  
Den Leib mit Asche, Staub und Mist bestreuen,  
Auf seinen Fersen stetig auszuharren –  
Kann läutern den, der noch Begehrung heget.

142

Und wenn auch einer schmuck und reinlich aussieht,  
Beruhigt, friedreich, standhaft, keuschen Wandels,  
Der keinem Wesen etwas Böses zufügt,  
Der ist ein Brahmane, ein Büber, ist ein Jünger.

143

Gibt's einen Mann wohl in der Welt,  
Des Schamgefühl so mächtig ist,  
Daß jedem Anstoß er entgeht,  
Gleichwie dem Sporn ein edles Roß?  
Gleichwie ein edles Roß vom Sporn getroffen,  
So seid ergriffen, eifrig, unermüdlich.

144

Durch recht Vertrauen, rechtes Leben, rechtes Streben,  
Durch rechte Selbstvertiefung, rechte Seinsergründung,  
Durch rechtes Wissen und durch rechten Wandel,  
Stets einsichtvoll und gleichmütig verweilend,

Mögt überwinden ihr dies ganze Leiden.

145

Kanäle schlichten Bauern durch das Feld,  
Die Bogner schlichten spitze Pfeile zu,  
Die Zimmerer schlichten schlanke Balken ab,  
Sich selber, wahrlich, machen Dulder schlicht.

## Das Alter-Kapitel

146

Wie kann man lachen, lustig, froh,  
Da alles Sein in Flammen steht!  
Von tiefster Finsternis umhüllt  
Seht ihr euch nicht empor zum Licht?

147

Sieh' dieses bunte Scheinbild an,  
Das ganz aus Wunden nur besteht,  
Das sieche, voll von Willensdrang,  
Das dauerlos erstirbt, verstiebt.

148

Das Alter zehret diesen Leib,  
Ein Nest ist er für Seuchenbrut,  
Gebrechlich jeden Augenblick;  
Die faule Masse löst sich auf,  
Denn Tod ist ja des Lebens Zweck.

149

Was hat man doch dort hingelegt,  
Wie Kürbisse zur Herbsteszeit?  
Gelbgraue Schädelknochen sind's –  
Wer hat da Lust, noch froh zu sein!

150

Die Knochenburg, bedeckt mit Fleisch,  
Erfüllt von Blutes Saft und Kraft,  
Beherbergt Alter, Not und Tod,  
Hochmut und Stolz und Heuchelei.

151

Gebrechlich wird der schöne Königswagen,  
Und auch den Körper da beschleicht das Alter:  
Der Edlen Lehre aber wird nicht älter.  
Die Edlen, wahrlich, lernen von den Edlen.

152

Wer nichts gehört hat, nichts versteht,  
Der altert nur nach Ochsenart:  
Sein Bauch wächst immer mehr und mehr,  
Doch seine Einsicht wachset nicht.

153

Endlosen Lebens Seinsformen  
Hab' immer wieder ich durchirrt,  
Den suchend, der dies Haus erbaut,  
Leidvoll ist stets erneutes Sein.

154

Erkannt bist, Hauserbauer, du,  
Nicht mehr wirst du das Haus erbaun!  
All deine Balken sind zerstört,  
Vernichtet ist das ganze Haus,  
Vernichtungselig hat das Herz  
Des Wollens Aufhebung erreicht.

155

Wer nicht der Welt entsaget hat,  
Noch Geld erwarb, so lang er jung,  
Siecht wie ein alter Reiher hin  
An einem fischerstorbnen Sumpf.

156

Wer nicht der Welt entsaget hat,  
Noch Geld erwarb, so lang er jung,  
Liegt da, zerbrochnem Bogen gleich,

Beweinend längstentschwundne Kraft.

## Das Selbst-Kapitel

157

Wem teuer ist das eigne Selbst,  
Der hüte es in treuer Hut;  
Drei tiefeinsame Nachtstunden  
Durchwache stets der weise Mann.

158

Sich selbst zuerst befestige  
Der Weise auf dem rechten Pfad:  
Dann erst belehre andre er,  
Kein Fehl, kein Tadel ziemet ihm.

159

Wer also, wie er's andre lehrt,  
Das eigne Selbst bezwingen kann,  
Mag auch bekehren dann, vielleicht;  
Sich selbst besiegen, das ist schwer!

160

Das Selbst nur ist des Selbstes Herr,  
Welch höhern Herren gäb' es wohl!  
Mit allbezähmtem Selbst, fürwahr,  
Erlangt man schwer erlangbaren,  
Besitzt man einzig seltnen Herrn.

161

Die böse Tat, vom Selbst getan,  
Vom Selbst erzeugt, vom Selbst gereift,  
Zermalmt den Toren, wie Gestein  
Zermalmt vom Diamanten wird.

162

Wes Bosheit keine Grenzen kennt,  
Der bringt sich selbst gar bald dahin,  
Lianengleich von ihr umstrickt,  
Wo ihn sein Feind zu sehen wünscht.

163

Leicht ist das Schlechte, Sündige,  
Das, was uns selbst nur Unheil schafft;  
Was aber frommt, was aber gut,  
Ach, wie so äußerst schwer ist das!

164

Wer schmähend schild die Heilsordnung  
Der Heiligen, Vollendeten,  
Der treu und standhaft Wandelnden,  
Er selbst dem Schlechten zugetan,  
Reift, ähnlich dem Katthako-Baum,  
Sich selbst Verderbens Früchte aus.

165

Das eigne Selbst tut Sündiges,  
Das eigne Selbst ist bösgesinnt;  
Das eigne Selbst flieht Sündiges,  
Das eigne Selbst ist reingesinnt;  
Selbst ist man böse oder rein:  
Kein anderer kann Erlöser sein.

166

Das eigne Heil gib nimmer auf  
Um fremden, noch so großen Heils;  
Hast du das eigne Heil erkannt,  
Gedenke eifrig deiner selbst.

## Das Welt-Kapitel

167

Gemeines fliehe überall,  
Leb' nicht in dumpfer Trägheit hin,  
Verabscheue was falsch und schlecht,  
Treib' in der Welt dich nicht umher.

168

Sei wachsam, halte standhaft aus,  
Geh' weiter deinen rechten Gang;  
Wer recht geht lebet glücklich hier  
In diesem und in jenem Sein.

169

Geh' weiter deinen rechten Gang,  
Folg' nicht dem falschen, bösen Weg;  
Wer recht geht lebet glücklich hier,  
In diesem und in jenem Sein.

170

Als Schaumblase sieh' diese Welt,  
Als Luftgebild sieh' diese Welt:  
Dann sieht dich, der du also schaust,  
Der Herr des Todes nimmermehr.

171

Geht, schaut euch an die schöne Welt,  
Die wie ein Königswagen gleißt –  
Nur Toren sind hineinverstrickt,  
Kein Band hält mehr die Wissenden.

172

Wer früher törig sorglos war,



Doch endlich seine Schuld erkennt,  
Der leuchtet durch die finstre Welt  
Gleichwie der Mond aus Wolkennacht.

173

Wer einst begangne böse Tat  
In wahrer Buße tief bereut,  
Der leuchtet durch die finstre Welt  
Gleichwie der Mond aus Wolkennacht.

174

In blinder Nacht liegt diese Welt,  
Klar sehen hier nur wenige;  
Dem netzbefreiten Vogel gleich  
Steigt selten einer himmelwärts.

175

Flamingos fliegen durch die Luft,  
Magiegewaltig Mächtige  
Durchfliegen jedes Raumes Reich,  
Als Sieger im Verneinungskampf  
Entfliegen Heilige der Welt.

176

Ein lügenhafter, falscher Mensch,  
Der aller Wahrheit abgesagt  
Und sorglos wähnt, daß ja der Tod  
Das Ende seines Wesens sei,  
Der ist zu jedem Fehl bereit.

177

Nicht, wahrlich, steigen Geizige zur Welt der Götter,  
Die Törigen verpönen Liebesgaben;  
Der Weise aber freuet sich des Gebens,  
Wird gebend selig diese Welt verlassen.

178

Vorzüglicher als Kaisermacht,  
Vorzüglicher als Himmelsglück,  
Vorzüglicher als Weltherrschaft  
Ist des Erlösungsweges Ziel.

## Das Buddho-Kapitel

179

Des Sieg nicht wieder übersiegt wird,  
Dem siegend keiner mehr entgegen ziehet,  
Ihn, den Erwachten, Allerkenner,  
Den Unergreifbaren könnt ihr nicht greifen.

180

Den nirgendwo ergreifen können  
Des Wollens gierig heiße Daseinstriebe,  
Ihn, den Erwachten, Allerkenner,  
Den Unergreifbaren könnt ihr nicht greifen.

181

Den einsichtfroh Entsagenden,  
In tiefster Ruh' Beseligten:  
Die Götter selbst beneiden ihn,  
Den Auferwachten, Standhaften.

182

Schwer ist es, Mensch zu werden hier,  
Schwer lebt sich's bei den Sterblichen,  
Schwer hört man von dem wahren Heil,  
Schwer trifft man einen Buddho an.

183

Sich allem Bösen wenden ab,  
Erkämpfen Gutes Schritt um Schritt,  
Sein Herz von Schlacken rein zu glühn:  
Das ist Erwachter Lehrgebot.

184

Geduld ist höchste Buße, Dauertugend,

Das höchste Heil: das künden an Erwachte;  
Und Pilger ist nicht wer den andern angreift,  
Asket nicht wer mit andern sich verärgert.

185

Nie streiten, niemals greifen an,  
In reiner Zucht gezügelt sein,  
Beim Mahle kennen rechtes Maß,  
An fern entlegnem Orte ruhn,  
Nach hohem Ziele herzbestrebt:  
Das ist Erwachter Lehrgebot.

186

Kein Regen Goldes sättigt je  
Der Menschen stets erneute Gier;  
»Begierden trügen, schmerzen uns«:  
In solchem Wissen wohlbewährt,

187

Sogar für höchste Himmelslust  
Ganz ohne Herz und ohne Sinn  
Beseligt einen wahren Sohn  
Des siegreich Allvollendeten  
Einzig des Wollens Aufhebung.

188

Wie manche Zuflucht suchet man,  
Gepeitscht von wilder Schreckensfurcht,  
Als Berg und Fels, als Wald und Hain,  
Geweihnten Baums und Altars Statt.

189

Doch dies gewährt nicht Sicherheit,  
Dies ist die höchste Zuflucht nicht,  
An solcher Zufluchtstätte wird

All unser Leiden nicht gestillt.

190

Wer bei dem Buddho, seinem Wort  
Und seinen Jüngern Zuflucht fand,  
Erkennt mit voller Weisheitkraft  
Die heiligen vier Wahrheiten:

191

Das Leid, des Leidens Ursache,  
Des Leidens Überwältigung,  
Den heil'gen achtgeteilten Weg,  
Der zu des Leidens Ende führt.

192

Dies, wahrlich, bietet Sicherheit,  
Dies ist die höchste Zuflucht uns,  
Wer diese Zuflucht sich erkor,  
Wird allen Leidens selig frei.

193

Ein edler Mann tritt selten auf,  
Nicht überall entsteht er;  
Wo ein Erhabener erscheint,  
Gedeihet alles Volk umher.

194

Gut, daß Erwachte auferstehn,  
Gut, daß sie Wahrheit lehren uns,  
Gut Eintracht in der Jüngerschaft,  
Gut die Askese Friedlicher.

195

Wer Ehrungswürdige verehrt,  
Die Buddhos, oder Jünger auch,

Die jeden bösen Trieb besiegt,  
Die allem Gram und Schmerz entrückt,

196

Wer solche Männer hochverehrt,  
Die Allerlösten, Furchtlosen,  
Des großen, großen Heilverdienst  
Ist unermesslich, unschätzbar.

## Das Glück-Kapitel

197

O wie so glücklich leben wir,  
Haßlos unter Gehässigen!  
In dieser haßerfüllten Welt  
Verweilen haßerlöset wir.

198

O wie so glücklich leben wir,  
Heil unter den Unheilbaren!  
In dieser heilverlorenen Welt  
Verweilen heilgesundet wir.

199

O wie so glücklich leben wir,  
Gierlos unter den Gierigen!  
In dieser gierverzehrten Welt  
Verweilen giergesundet wir.

200

O wie so glücklich leben wir,  
Die wir gar nichts besitzen, nichts!  
Von Heiterkeit durchsättiget,  
Wie lichte Götter strahlen wir.

201

Ein Sieg erzeugt Wut und Haß,  
Besiegte leben unglücklich;  
Glücklich lebt der Beruhigte,  
Gleich fern von Sieges Lust und Not.

202

Kein Feuer brennt wie Lustbegier,

Kein Sündenübel gleicht dem Haß,  
Kein Leiden gleicht dem Lebenswahn,  
Kein größeres Glück als höchste Ruh'.

203

Der Hunger ist das höchste Weh',  
Der Lebenswahn das höchste Leid:  
Wer dies, der Wahrheit treu, erkennt,  
Dem ist Nibbanam höchstes Glück.

204

Gesundheit ist das höchste Gut,  
Zufriedenheit der reichste Schatz,  
Gemütsruhe der beste Freund,  
Nibbanam allerhöchstes Glück.

205

Wer jenen köstlichen Geschmack  
Der Einsamkeit gekostet hat  
Und im Genusse tiefer Ruh'  
Beglückt, beseliget verweilt,  
Leidlos ist der und sündenfrei,  
Einschlürfend den Erlösungstrank.

206

Vortrefflich, Edele zu sehn,  
Mit ihnen sein ist stets Gewinn;  
Wer nichts mit Toren schaffen muß,  
O der sei früh und spät beglückt.

207

Wer torig mit den Toren lebt,  
Der wandelt langer Irrnis Pfad,  
Denn Torenumgang schafft uns Leid,  
Gleichwie ein Feind, auf Schritt und Tritt;



Doch hold beglücken Weise uns,  
Gleichwie ein teures Wiedersehn.

208

Dem Standhaften, dem Weisen, Vielerfahrenen,  
Der, lasttiergleich, geduldig tragend ausharrt,  
Der stets getreu der Heilsordnung ergeben:  
Dem also Edlen, Guten, Einsichtvollen,  
Dem folge nach, gleichwie der Mond den Sternen.

## Das Liebes-Kapitel

209

Bequem und lässig, kleingesinnt,  
Zu ernstem Leben unfähig,  
Sein Wohl aufopfernd schnöder Lust,  
Beneidet man den Standhaften.

210

Leb' im Verein mit Lieben nicht  
Gleichwie auch nicht mit Unlieben:  
Getrennt von Lieben sein ist Leid,  
Leid ist Verein mit Unlieben.

211

Daher schließ' dich an Liebes nicht,  
Geliebtes lassen ist so schlimm!  
Kein Daseinsband verstricket den,  
Dem nichts mehr lieb noch unlieb ist.

212

Aus Liebem sprießet Gram hervor,  
Aus Liebem sprießet Furcht hervor:  
Wer sich von Liebem losgesagt,  
Hat keinen Gram und keine Furcht.

213

Aus Freude sprießet Gram hervor,  
Aus Freude sprießet Furcht hervor:  
Wer von der Freude losgelöst,  
Hat keinen Gram und keine Furcht.

214

Aus Wollust sprießet Gram hervor,

Aus Wollust sprießet Furcht hervor:  
Wer von der Wollust losgelöst,  
Hat keinen Gram und keine Furcht.

215

Der Leidenschaft entsprießet Gram,  
Der Leidenschaft entsprießet Furcht:  
Wer von der Leidenschaft erlöst,  
Hat keinen Gram und keine Furcht.

216

Dem Lebenstrieb entsprießet Gram,  
Dem Lebenstrieb entsprießet Furcht:  
Wer losgelöst vom Lebenstrieb,  
Hat keinen Gram und keine Furcht.

217

Den Ordensregel Wahrennden,  
Den klar die Lehre Kennenden,  
Den Rechtlichen, Wahrhaftigen,  
Den seine Pflicht Erfüllenden,  
Den schätzt und liebet alles Volk.

218

Wer sich nach dem Unnennbaren<sup>1</sup>,  
Im Innersten ergriffen, sehnt,  
Erstorben aller Willensgier,  
Der heißt: »ein Aufwärtssteigender«.

219

Den lang entbehrten teuern Mann,  
Der heil aus fernen Landen kommt,  
Begrüßet bei der Wiederkehr  
All seiner Lieben traute Schar;

220

So, wahrlich, auch empfangen ihn,  
Der Gutes tat, im neuen Sein  
Die guten Taten insgesamt,  
Wie Freunde einen lieben Freund.

---

**Weitere kostenlose eBooks auf [www.aragam.de](http://www.aragam.de)**