Die Lehrrede des Buddha über die Liebende Güte

Wem klar geworden, dass der Frieden des Geistes
das Ziel seines Lebens ist,
der bemühe sich um folgende Gesinnung:

Er sei fähig, aufrichtig und freimütig.
ohne Stolz, zugänglich und sanftmütig,
nicht zu geschäftig und genügsam.

Die Sinne still, klar der Verstand,
nicht dreist, nicht gierig sei sein Verhalten.

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 unsichtbar oder sichtbar, 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 gütiges Gemüt erwecken:
ohne Hass und ohne Feindschaft
nach oben, nach unten, in alle Richtungen.

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

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

Aus: Khema, Ayya ([4]2014): Nicht so viel denken, mehr lieben. Buddha und Jesus im Dialog, Uttenbühl, 11f.