

Von Krittelsucht und Schönrederei, von Selbstvorwürfen und Scheinheiligkeit zu den Kernaussagen des Buddha zur Rechten Rede

Eine thematische Zusammenstellung der wichtigsten Lehrreden und ihrer Kernaussagen
von Katrin Baar

Die Rechte Rede ist für die meisten ernsthaft der Lehre Nachfolgenden der wohl schwierigste Bereich der Tugendübung, denn ihre Einübung fordert wie kein anderer Bereich buddhistischer Ethik auch kontinuierliche Läuterung des Herzens. Die folgende Zusammenstellung beleuchtet viele Aspekte der Rechten Rede, die bei der Nennung der vier Grundtugenden gar nicht thematisiert werden. Ich habe den Aspekten eine Überschrift gegeben und manchmal ein Fazit nachgestellt, das vor allem sich stetig haltenden Fehlauflassungen – etwa, dass man unter gar keinen Umständen über offensichtliche Fehler anderer sprechen darf oder, ganz im Gegenteil, es der Reinhaltung der Lehre wegen unbedingt muss – eine Differenzierung anreicht.

Rechte Rede zu erlernen ist ein langwieriger Prozess. Es empfiehlt sich deshalb, bei eingehender Beschäftigung mit dem Thema die Lehrreden vollständig und wiederholt zu lesen. Literaturhinweise finden sich unter www.theravadanetz.de. Wer die gedruckten Ausgaben nicht zur Hand hat, kann sich über www.palikanon.de behelfen.

Mögen viele von dieser Zusammenstellung profitieren, vielleicht auch die eine oder andere Gruppe, das eine oder andere Zentrum. Diese Zusammenstellung kann nach Rücksprache gern in andere Verteiler oder Zeitschriften aufgenommen werden. - In Seminaren zur Rechten Rede ergänze ich gern Methoden moderner Kommunikationslehren, da häufig Fragen ‚WIE mache ich das praktisch? WIE setze ich das um?‘ in den Lehrreden offen bleiben. Mitunter beleuchte ich auch therapeutische Ansätze.

WAS IST RECHTE REDE? VON WELCHEN REDEWEISEN IST ABZUSTEHEN? - D 2 LOHN DER ASKETENSCHAFT

Tugendübung als erster Schritt des Trainings; darin Rechte Rede folgendermaßen:

Lügen, Ausrichten (Hintertragen), barsche Worte, Plappern und Plaudern (sinnloses Geschwätz) hat er verworfen.

EINORDNUNG DER RECHTEN REDE IN DIE LANDKARTE DES DHAMMA, VORRAUSSETZUNGEN - M 117 DIE GROSSEN VIERZIG

Drittes Glied des Achtpfades: Rechte Rede

1. Voraussetzung ist Rechte Anschauung (= 1. Glied) darüber, was unrechte Rede, Rechte Rede mit Trieben und Rechte Rede ohne Triebe ist.
2. Voraussetzung ist, dass man die Anstrengung (= 6. Glied) unternimmt, Rechte Rede zu entfalten.
3. Voraussetzung ist Achtsamkeit (= 7. Glied), um Rechte Rede entsprechend der Rechten Anschauung zu entfalten.

VON DER REFLEXION ZUR VORAUSSCHAU – M 61 RAT AN RĀHULA

IN DER DARLEGUNG in der idealen Reihenfolge: vor / während / nach der Rede;

dabei Verletzung (Beschwer) für mich / für andere / für mich und andere erwägen;

erwägen, ob unheilsam und mit *dukkha* (Leiden) als Folge / heilsam und mit *sukha* (Glück) als Folge

IN DER PRAXIS erstens die vorangegangene Rede rückblickend betrachten (*hiri-ottappa*, Scham über unrecht Geredetes und Scheu vor erneuten Fehlern);

zweitens beim Reden achtsam sein;

drittens vor dem Reden alle Aspekte bedenken

PROVOKATION – WAS NUN? - M 21 *DAS GLEICHNIS VON DER SÄGE*

„Mein Geist soll unbeeinträchtigt sein, und ich werde keine bösen Worte äußern; ich werde in Mitgefühl für sein Wohlergehen verweilen, mit einem Geist voll Liebender Güte, ohne inneren Hass.“

sei wie die Erde = unerschütterlich

sei wie die Luft = leer bzw. ich-los

sei wie das Wasser = anpassungsfähig

sei wie das Feuer (Katzenleder-Gleichnis unklar) = geschmeidig (?)

(zu den fünf Redeweisen s.u.)

WENN SCHLUCKEN SCHWER FÄLLT: HEILSAMER AUSTAUSCH AUF DEM WEG – A IV, 183 *REDEN UND SCHWEIGEN*

„Nicht sage ich, dass man über alles Gesehene, Gehörte, Empfundene, Erkannte sprechen soll, noch sage ich, dass man über alles Gesehene ... nicht sprechen soll.

Über solches Gesehene ..., bei dem beim Sprecher die schlechten Eigenschaften zunehmen und die guten Eigenschaften schwinden, darüber soll man nicht sprechen.

Doch über solches Gesehene ..., wobei, wenn man nicht darüber spricht, die guten Eigenschaften schwinden und die schlechten Eigenschaften zunehmen, darüber soll man sprechen.“

Fazit: Man muss nicht alles schlucken, wenn es um die eigene Entwicklung geht! Doch Vorsicht:

DER RICHTER – EIN AUFGEBLÄHTES ICH! A X, 75 *URTEILT NICHT DIE MENSCHEN AB!*

Wie können ein unkeusch und ein keusch Lebender beide die Einmalwiederkehr erlangen und im gleichen Himmel wieder geboren werden? – Auf Grund der Unterschiede ihrer Fähigkeiten.

Fazit: Sind wir „solche, die der Wesen höhere oder niedrige Eigenschaften erkennen können?“ Das heißt: haben wir Herzenskunde?

BIN ICH ÜBERHAUPT GEFRAGT? – A II, 99-100 *WEISE UND TOREN*

ZWEI ARTEN VON TOREN GIBT ES:

- den, der eine an ihn nicht herangetragene Pflicht auf sich nimmt

- den, der eine an ihn herangetragene Pflicht nicht auf sich nimmt

ZWEI ARTEN VON WEISEN GIBT ES:

- den, der eine an ihn nicht herangetragene Pflicht nicht auf sich nimmt

- den, der eine an ihn herangetragene Pflicht auf sich nimmt

VOM UMGANG MIT EIGENEN UND FREMDEN FEHLERN – A IV, 73 *DER EDLE UND DER UNEDLE MENSCH*

DER UNEDLE MENSCH

- enthüllt die Fehler des anderen, ohne zu zögern, vollständig und ausführlich, selbst ungefragt

- enthüllt nicht die Vorzüge des anderen; wenn befragt, zögernd, unvollständig und nicht ausführlich

- enthüllt nicht die eigenen Fehler; wenn befragt, nur zögernd, unvollständig und nicht ausführlich

- enthüllt die eigenen Vorzüge, ohne zu zögern, vollständig und ausführlich, selbst ungefragt

DER EDLE MENSCH

- enthüllt die Fehler des anderen; wenn befragt, zögernd, unvollständig und nicht ausführlich

- enthüllt die Vorzüge des anderen; wenn befragt, ohne zu zögern, vollständig und ausführlich

- enthüllt die eigenen Fehler; wenn befragt, ohne zu zögern, vollständig und ausführlich

- enthüllt die eigenen Vorzüge nicht; wenn befragt, zögernd, unvollständig und nicht ausführlich

REDEN ODER SCHWEIGEN, DAS IST HIER DIE FRAGE – A IV, 100 *POTALIYA, DER WANDERASKET*

VIER ARTEN VON MENSCHEN GIBT ES:

- er tadelt den, dem Tadel gebührt, der Wahrheit und Wirklichkeit gemäß, zur rechten Zeit, aber er lobt nicht, dem Lob gebührt, der Wahrheit und Wirklichkeit gemäß, zur rechten Zeit.

- er lobt den, dem Lob gebührt, der Wahrheit und Wirklichkeit gemäß, zur rechten Zeit, aber er tadelt nicht, dem Tadel gebührt ...

- er tadelt den nicht, dem Tadel gebührt, der Wahrheit und Wirklichkeit gemäß, zur rechten Zeit, und lobt nicht, dem Lob gebührt ...

- er tadelt den, dem Tadel gebührt, der Wahrheit und Wirklichkeit gemäß, zur rechten Zeit, und lobt den, dem Lob gebührt ... - Dieser ist der höchste. Weil es etwas Hohes ist, die rechte Zeit zu kennen.

Fazit: Schweigen ist nicht immer Gold!

HIMMEL ODER HÖLLE DURCH LOB ODER TADEL? – A IV, 83 *LOB UND TADEL*

WIE MAN DER HÖLLE VERFÄLLT:

- ohne verstanden und geprüft zu haben, lobt man den, dem Tadel gebührt
- ohne verstanden und geprüft zu haben, tadelt man den, dem Lob gebührt
- ohne verstanden und geprüft zu haben, billigt man, was man missbilligen sollte
- ohne verstanden und geprüft zu haben, missbilligt man, was man billigen sollte

WIE MAN IN DEN HIMMEL GELANGT:

- nachdem man verstanden und geprüft hat, tadelt man den, dem Tadel gebührt
- nachdem man verstanden und geprüft hat, lobt man den, dem Lob gebührt
- nachdem man verstanden und geprüft hat, missbilligt man, was man missbilligen sollte
- nachdem man verstanden und geprüft hat, billigt man, was man billigen sollte

FÜNF ZU BEACHTENDE DINGE - A V, 167 *VOM TADELN*

- zur rechten Zeit
- den Tatsachen gemäß
- höflich/milde
- zweckmäßig
- liebevollen Herzens

Der schwierigste Punkt: der richtige Zeitpunkt!

ANGENEHM ODER UNANGENEHM? – DIE REDE EINES TATHĀGATA – M 58 *AN PRINZ ABHAYA*

- er redet keine Worte, die unwahr, falsch / nicht nützlich / unwillkommen und unangenehm sind
- er redet keine Worte, die wahr, richtig / nicht nützlich / unwillkommen und unangenehm sind
- er redet Worte, die wahr, richtig / nützlich / unwillkommen und unangenehm sind, den richtigen Zeitpunkt kennend
- er redet keine Worte, die unwahr, falsch / nicht nützlich / willkommen und angenehm sind
- er redet keine Worte, die wahr, richtig / nicht nützlich / willkommen und angenehm sind
- er redet Worte, die wahr, richtig / nützlich / willkommen und angenehm sind, den richtigen Zeitpunkt kennend. Warum? Aus Mitgefühl.

Bemerke: ob eine Rede angenehm oder unangenehm ist, ist KEIN Kriterium der Rechten Rede!

Abkürzungen:

D = Dīghanikāya / Längere Sammlung der Lehrreden des Buddha

M = Majjhimanikāya / Mittlere Sammlung der Lehrreden des Buddha

A = Aṅguttaranikāya / Angereichte Sammlung der Lehrreden des Buddha