



Glossar zum Erklärfilm „Die drei Juwelen“

- ¹ Anerkennen Etwas anzuerkennen bedeutet, dass ich eine bestimmte Sache für wahr halte und sie als wichtig empfinde.
- ² „der Erwachte“ Dies bezieht sich auf den Buddha selbst oder auf eine Person, die ein Buddha geworden ist. Manchmal wird dieses Ziel auch als „Erleuchtung“ bezeichnet. Beim Buddha spricht man dann von „vollständiger Erleuchtung“ oder einem „vollständigen Erwachen“. Es gibt drei Arten des Erwachens. Jede geht mit unterschiedlichen Qualitäten einher. Das Erwachen eines Buddhas, die höchste Form des Erwachens bezeichnet ein viel umfangreicheres Wissen und tieferes Mitgefühl für alle Lebewesen – auch für Tiere – als die anderen beiden Arten des Erwachens. Eine Person, die erwacht ist, nimmt eine Ebene der Welt und des Lebens wahr, die „normale“ Menschen nicht wahrnehmen können. Sie hat Leid, Gier und Hass überwunden und den Kreislauf der Wiedergeburten (Samsara) verlassen. Der Weg zum „Erwachen“ ist nicht einfach. Buddhistinnen und Buddhisten begeben sich auf den Weg zum Erwachen, indem sie die Lehren des Buddha befolgen.
- ³ Lehre Lehre meint, wie in einer Religion die Welt verstanden wird. Sie geht meist auf die Schriften wichtiger Persönlichkeiten zurück. Im Buddhismus sind es die Lehren und die viel später aufgeschriebenen Schriften und Erzählungen Buddhas. Diese werden dann als „Lehre Buddhas“ bezeichnet.
- ⁴ Qualitäten ‚Qualitäten‘ sind in diesem Fall gute Eigenschaften oder Merkmale eines Menschen. Beispielsweise ist es eine innere Qualität Mitgefühl für andere Menschen zu haben und Nächstenliebe zu zeigen.
- ⁵ Schattenseiten Mit Schattenseiten sind die schlechten Seiten einer bestimmten Sache oder Person gemeint.
- ⁶ Speichen Die Querverstrebungen oder auch Stangen in einem Rad bezeichnet man als Speichen. Das Dharma-Rad hat acht solcher Speichen.
- ⁷ Anhaften Anhaften bedeutet, dass ich mich von etwas nicht trennen kann. Es fällt oft schwer, bestimmte und schlechte Eigenschaften loszulassen.
- ⁸ Studium Mit Studium ist ein bestimmter Zeitraum gemeint, in dem man etwas lernt. Zum Beispiel liest man in dieser Zeit viele Bücher und vergrößert sein Wissen zu einem Thema.
- ⁹ Geist Der Geist bezeichnet unsere menschlichen Gefühle und Gedanken. Er ist nicht materiell, das heißt, er bezieht sich nicht auf wirtschaftliche oder finanzielle Dinge. Der Geist wird im Buddhismus als „klar und erkennend“ beschrieben. Man nennt den Geist auch „Bewusstsein“. Weil das Bewusstsein „klar“ ist wie ein Spiegel, können im Bewusstsein Klänge, Formen, Gedanken und anderes erscheinen, so wie Dinge in einem Spiegel. Im Gegensatz zum Spiegel, der nicht weiß, was er spiegelt, kann das Bewusstsein aber „erkennen“, was es wahrnimmt oder was sich in ihm spiegelt. Der Buddhismus unterteilt das Bewusstsein/den Geist in die fünf Sinne: Sehen, Hören, Riechen, Schmecken und Tasten (Sinnesbewusstsein). Es gibt auch ein mentales Bewusstsein, das ist



ein Bewusstsein der eigenen Gedanken und Emotionen. In diesem Bewusstsein entstehen Vorstellungen, Gedanken und Erinnerungen. In diesem Bewusstsein entstehen auch menschliche Gefühle, wie Freude, Ärger, Hass oder Zuneigung. Hier erfährt man Dinge als angenehm oder auch unangenehm. Roboter, Gegenstände oder verstorbene Menschen haben zum Beispiel kein Bewusstsein, keine Nächstenliebe und können Dinge nicht als angenehm oder unangenehm erfahren. „Seinen Geist sammeln“ bedeutet hier, dass ich alle Gedanken sammle und mich ganz auf die Übung konzentriere, die ich gerade ausführe.

- ¹⁰ inspiriert sein Man kann durch alle möglichen Dinge, Menschen oder Situationen inspiriert werden. Zum Beispiel kann ich eine andere Person, die mir etwas Neues erzählt, großartig und interessant finden. Sie inspiriert mich dazu, über diese neuen Dinge länger nachzudenken. Oder Kunst ist häufig inspirierend, da man über das Kunstwerk nachdenkt und auf neue Ideen kommt.
- ¹¹ Gemeinschaft Gemeinschaft ist das Gefühl als Gruppe zusammenzugehören und füreinander da zu sein.
- ¹² Nonne/Mönch Es gibt Menschen, für die Religion so wichtig ist, dass sie sich nur noch damit beschäftigen möchten. Sie verlassen ihr altes Leben, ihren Besitz, ihre Familie und ihre Arbeit, damit sie sich ganz auf ihren religiösen Weg konzentrieren können. Dabei geben sie bestimmte Versprechen ab, wie z.B. keine Familie zu gründen. Diese Menschen nennt man Nonnen (Frauen) oder Mönche (Männer). Teilweise leben sie zusammen in Häusern (die man Kloster nennt). Manche leben auch im Wald oder in Höhlen.
- ¹³ Hochleistungssportlerin Hochleistungssportlerinnen und -sportler sind Personen, die in einem bestimmten Sport so gut sind, dass sie diesen beruflich ausüben. Man nennt sie auch Spitzensportlerinnen und -sportler.
- ¹⁴ Zuflucht/
Zufluchtnahme Eine Zuflucht ist ein Ort, ein Mensch oder ein Gedanke, zu dem ich flüchten kann. Dort geht es mir besser. Man sagt auch: „Ich suche Zuflucht.“ Zufluchtnahme kann zum Beispiel zu den drei Juwelen geschehen. Wenn ein Mensch zu den drei Juwelen Zuflucht nimmt, orientiert er sich an diesen Leitlinien in seinem Leben. Die Person ist gestärkt und fühlt sich begleitet.
- ¹⁵ Ur-Sprache Als Ur-Sprache bezeichnet man (wie bei Ur-Oma) eine sehr alte Sprache. Es ist häufig die erste Sprache eines Landes oder auch einer Religion. Sie wird auch Grundsprache genannt. Aus dieser Sprache haben sich im Laufe der Zeit dann verschiedene andere Sprachen gebildet.
- ¹⁶ Muttersprache Unter Muttersprache versteht man die Sprache, die ein Kind als erstes lernt. Das muss nicht unbedingt die Sprache der Mutter sein. Es kommt darauf an, wo und bei wem das Kind aufwächst und sprechen lernt.

Die hochgestellten Zahlen bzw. Verweise beziehen sich auf die entsprechenden Stellen im Transkript.