



## Transkript zum Film „Buddhismus“

Der Buddhismus ist die viert größte Weltreligion. Die meisten Buddhist:innen<sup>1</sup> leben in Asien, wie z. B. in China und Thailand. In Deutschland gehören circa 1% aller Menschen zum Buddhismus.

Der Buddhismus geht auf den Prinzen Siddharta Gautama zurück. Er ist in Indien<sup>2</sup> geboren und kam im 6. Jahrhundert vor Christus zur Welt. Seine Eltern wussten schon bei seiner Geburt, dass er ein ganz besonderes Kind ist. Er soll in einer eher reichen Familie aufgewachsen sein.

Die Legende<sup>3</sup> berichtet: Als Siddharta Gautama groß geworden war, beobachtete er, dass kein Glück von ewiger Dauer<sup>4</sup> ist, sondern dass es im Leben immer wieder Leid<sup>5</sup> gibt. Leiden hat Ursachen. Mit dem Erwachen erkannte Siddharta diese Ursachen. Diese Ursachen liegen im eigenen Denken, z. B: Wenn Anna sich über Lorenz ärgert, dann ist Anna unglücklich. Aber Annas Unglück liegt nicht an Lorenz, sondern an Annas Ärger. Denn Paula z. B. freut sich über Lorenz und ist glücklich. Aber ihr Glück liegt nicht an Lorenz, sondern an ihrer Freude.

Siddharta kam zu dieser Erkenntnis<sup>6</sup>, nachdem er seine Familie verlassen hatte. Er wollte seinem Denken auf die Schliche kommen<sup>7</sup> und die Ursachen des Leides erkennen. In einer Meditation<sup>8</sup> erkannte er die Ursachen des Leides und wurde dadurch zum Erwachten<sup>9</sup> – Buddha. Als der Buddha<sup>10</sup> zeigte er einen Weg auf, wie man die Ursachen des Leides überwinden und somit einen Zustand jenseits<sup>11</sup> des Leides erreichen kann. Diesen Zustand nennt man Nirwana<sup>12</sup>. Es ist so etwas wie ein ewiger, innerer Frieden und Glück, ohne Leiden.

Der Buddhismus hat sich im ganzen asiatischen Raum verbreitet. Über die vielen Jahre auch in der ganzen Welt. Es gibt viele Schulen und Richtungen. Zwei bzw. drei sehr große Strömungen<sup>13</sup> sind der Theravada-Buddhismus (genannt „kleines Fahrzeug“), der Mahayana Buddhismus (genannt „großes Fahrzeug“) und der Vajrayana-Buddhismus (genannt Diamant-Fahrzeug). Der Vajrayana-Buddhismus ist eine Form des Mahayana Buddhismus.