

**Glossar zum Erklärfilm Buddhismus:**

- ¹ Buddhist:innen: Buddhistinnen und Buddhisten sind Menschen, die dem Buddhismus angehören. „Buddhistinnen“ ist dabei die weibliche und „Buddhisten“ die männliche Form.
- ² Indien: Indien ist ein Staat in Südasien. Der Buddhismus ist in Indien entstanden und Buddha wurde dort geboren und ist dort aufgewachsen.
- ³ Legende: Eine Legende ist eine kurze Erzählung über das Leben eines bereits verstorbenen, heiligen oder sehr bedeutsamen Menschen. Sie enthält manchmal Aussagen, die so nicht passiert sind.
- ⁴ ewige Dauer: Ewige Dauer bedeutet, dass etwas für immer anhält und nicht zu Ende geht.
- ⁵ Leid: Leid ist eine Erfahrung oder ein Zustand, in dem es uns sehr schlecht geht (körperlich oder auch seelisch). Wir sind traurig und wissen vielleicht nicht mehr, wie es weitergehen soll. Leid kann beispielsweise durch eine Krankheit, einen Verlust, Ängste oder auch Schmerzen entstehen. Im Buddhismus werden auch noch feinere Arten des Leids beschrieben. Einige Formen des Leids sind so schwer zu erkennen und zu begreifen, wie wenn man ein Haar auf einer Handinnenfläche zu fühlen versucht.
- ⁶ Erkenntnis: Erkenntnis bedeutet, dass man etwas Neues versteht oder einen neuen Sinn in etwas findet.
- ⁷ auf die Schliche kommen: Etwas auf die Schliche kommen bedeutet so viel wie etwas zu verstehen oder zu erforschen.
- ⁸ Meditation: Buddhistinnen und Buddhisten meditieren, um ihre geistige Kraft zu stärken. Sie konzentrieren sich dann ausschließlich auf bestimmte Dinge oder Qualitäten, die sie verbessern möchten. Es gibt verschiedene Übungen und Körperhaltungen, in denen man meditieren kann.
- ⁹ 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.
- ¹⁰ Buddha: „Buddha“ ist die Bezeichnung für eine vollständig erwachte Person. Es gibt drei Arten von Erwachen. Ein Buddha hat die höchste Form des Erwachens erreicht. Die Bezeichnung Buddha geht auf Siddharta Gautama zurück, der vor circa 2600 Jahren in Indien lebte. Er war der historische Buddha. Jeder kann erwachen. In der Tradition des Theravada können Frauen zwar erwachen, aber nicht Buddha werden. In den Mahayana-Traditionen können auch Frauen Buddha werden. So



wie Siddharta Gautama dies vor über 2600 Jahren tat. Erreicht jemand diesen Zustand eines Buddha, so ist er – wie Buddha damals – vollkommen erwacht. Eines der drei Arten des Erwachens zu erreichen ist das letztendliche Ziel im Buddhismus. Aber nicht alle Buddhistinnen und Buddhisten streben danach. Manchen reicht auch ein glücklicheres Leben im Hier und Jetzt oder eine glückliche nächste Existenz.

¹¹ jenseits: Jenseits des Leides meint: weit weg vom Leid oder hinter dem Leid.

¹² Nirwana: Das Nirwana ist das höchste Ziel, das alle Buddhistinnen und Buddhisten erreichen wollen. Es ist ein Zustand, in dem man von allen leidverursachenden Gefühlen (wie Gier, Hass und Neid) befreit ist. Es gibt kein Leid und keine Schmerzen mehr. Andere Lebewesen gegenüber empfindet man Liebe, Mitgefühl oder Mitfreude – ohne dabei aufgeregt, verärgert oder fesselnd zu werden. Dies nennt man „Gleichmut“. Innerlich erfährt man einen nie mehr endenden Frieden. Buddhistinnen und Buddhisten glauben, dass sie mit dem Erreichen des Nirwanas vom Kreislauf der ewigen Wiedergeburten befreit sind.

¹³ Strömungen: Als Strömungen werden in einer Religion verschiedene Gruppen bezeichnet, die sich in ihrem Glauben voneinander unterscheiden lassen, aber trotzdem auch alle viele Ähnlichkeiten haben und alle zur gleichen Religion gehören.

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