

AHIMSĀ – GEWALTLOSIGKEIT

Ein Essay von Peter Busch

[mit freundlicher Genehmigung zur Veröffentlichung]

Den Opfern von Gewalt gewidmet:
Menschen, Tieren, Pflanzen, der gesamten Natur

Teil I

**""So wie ich bin, so sind jene; so wie jene sind, bin ich':
Wer so dem anderen sich gleichsetzt, tötet nicht, noch lässt er töten.""**
(Su. 705)

Das Problem des Engagements

Ahimsā ist ein zentraler Begriff buddhistischen Lebens.
Er bedeutet *Nichtverletzen* bzw. *Gewaltlosigkeit*.

In einer Zeit, in welcher Gewaltherrscher fremde Länder überfallen, um an deren Rohstoffe heranzukommen, und in welcher daraufhin die Führer dritter Staaten sich im Recht und in der Pflicht wähnen, diese Überfälle mit Gewalt zu ahnden —, oder in einer Zeit, in welcher es aufgrund von Nationalkonflikten zu bürgerkriegsähnlichen Auseinandersetzungen kommt..., oder in einer Zeit, in welcher die Kriminalstatistik jedes Jahr einen Anstieg von Mord, Raub und Vergewaltigung beweist, d.h. in einer Zeit, in welcher wie selbstverständlich angenommen wird, dass Gewalt ein legitimes Mittel der Politik und der persönlichen Auseinandersetzung sei, bzw. dass Krieg und Gewalt durch weiteres Unrecht **wieder gut gemacht** werden können, scheint ein Beitrag über Gewaltlosigkeit müßig, unzeitgemäß und hoffnungslos veraltet. Und wenn man darüber hinaus die Tatsache in Erwägung zieht, dass Gewalt im Großen stets im alltäglichen Kleinen ihr ebenbürtiges Pendant findet, so sollte man es sich in der Tat überlegen, ob zu diesem Thema nicht einfach geschwiegen werden sollte.

Auf der anderen Seite aber ist der Buddhist als Anhänger einer ausgesprochen **ethischen** Religion geradezu verpflichtet, zur Gewalt Stellung zu nehmen und nicht zu schweigen!

Nun mag es zwar Buddhisten geben, die es mit guten Gründen ablehnen, sich politisch oder gesellschaftlich zu äußern, ja, die es erst recht ablehnen, sich politisch oder gesellschaftlich, wie auch immer, "einmischen", weil sie der Auffassung sind,

dass man, eben **weil** alles *dukkha*, leidvoll, sei, sowieso nichts an den Gegebenheiten ändern könne. Andere, die einem Engagement ebenfalls skeptisch gegenüberstehen, argumentieren mit dem *Kamma*, welches — ihrem Verständnis nach — als unumstößliches moralisches Weltgesetz jedes Engagement ad absurdum führe. Ich persönlich kann solchen Argumenten nicht folgen, denn es geht hier nicht darum, in irgendeines anderen Wesens *Kamma* "einzugreifen": Buddhistisches Engagement soll und muss vielmehr bewirken, dass das immanente Leiden der Wesen, wo immer möglich, gemildert, und nicht zusätzlich ständig durch das Nichtwissen bzw. die Ungüte anderer vergrößert wird. Hier tatenlos zu schweigen, verhindert *Mettā*, die liebevolle Güte, verhindert *Karunā*, das Mitleid und das Mitgefühl, verhindert *Muditā*, die Mitfreude, und verhindert schließlich auch *Upekkhā*, die wirkliche Gelassenheit, oder kurz. In einem solchen Falle zu schweigen hieße, die Entfaltung der *Brahmavihārā*, der *Vier Unermesslichkeiten*, zu verhindern oder zu erschweren.

Wo jedes Engagement beginnt

Es soll an dieser Stelle nicht über irgendwelche großen Gewalttätigkeiten der politischen und sozialen Gegenwart nachgedacht werden; d.h. diejenige Gewalt, die sich beispielsweise zu Beginn des Jahres 1991 im Golfkrieg, oder im Sommer 1991 im jugoslawischen Bürgerkrieg entlud, ist nicht das Thema dieses Essays, zumindest nicht auf den ersten Blick. Vielmehr soll hier über jene Gewalttätigkeit nachgedacht werden, der wir **in uns selbst** begegnen und in unserem Alltag.

An diesem Punkt, und nirgendwo anders, hat der praktizierende Buddhist anzusetzen, wenn er Gewalt kritisieren, und sich in irgendeiner Weise gegen sie engagieren will: Durch das Wissen um die eigene Gewalttätigkeit und durch den Versuch ihrer Beseitigung mittels Erkenntnis (Weisheit), Übung (Meditation) und Praxis kann auch der Buddhist etwas gegen die Große Gewalttätigkeit tun, Nachdem er nämlich begonnen hat, ernsthaft an sich selbst zu arbeiten, wird er durch Vorbild auf andere einwirken, ob er das plant, ob er das will oder nicht: Er wird als jemand betrachtet werden, der die *Ahimsā* zu leben versucht, d.h. als jemand, der versucht, die Gewalt in seinen Gedanken, in seinen Worten und in seinen Taten zu minimieren, und allmählich auszumerzen. Aber genau an diesem Punkt muss auch derjenige Buddhist ansetzen, der die Auseinandersetzung mit sozialen bzw. politischen Fragen und jedes politische bzw. soziale Engagement ablehnt, d.h. ein solcher muss sich und sein Nichthandeln selbst kritisch prüfen, um eine Antwort geben zu können auf die Frage, was er denn persönlich dafür tue, dass Gewalt in dieser Welt, in seiner Welt, wenn schon nicht verschwinde, so doch geringer werde. Hierauf lediglich zu antworten, dass in dieser Welt "sowieso alles nutz- und sinnlos" sei, hieße, die Welt, die ja so, wie sie uns gegenübertritt, **in uns selber** entsteht und vergeht, in ihrem Sosein als den Lebewesen völlig angemessen zu verstehen, was allerdings der Lehre des Erhabenen vollkommen widerspräche, welcher ja lehrt, dass die Welt eine leidvolle und eine zu überwindende sei!

Wenn wir als Buddhisten also etwas an der Gewalttätigkeit der Welt zu bemängeln oder zu kritisieren haben, so muss unsere Kritik an uns selbst ansetzen! Und wenn wir als Buddhisten zu der Gewalttätigkeit in der Welt tatenlos schweigen, so sollten wir zumindest nicht zu den Abgründen unseres eigenen Gemütes schweigen, die es doch zu erkennen, zu läutern und zu überwinden gilt!

Grundvoraussetzungen für Gewaltlosigkeit: Die *Sīlas*

Verbindliche Grundvoraussetzungen auf unserem Weg zur Gewaltlosigkeit sind für jeden Buddhisten die fünf *Sīlas*, die buddhistischen *Laien-Gebote*. Als der Welt Immanente Sittengesetze stammen sie nicht von irgendeinem Gott, sondern können als Bestandteil der Weltordnung durch uns selbst entdeckt bzw. durch die Lehrdarlegung des Buddha als richtig erkannt werden.

Der Buddha selbst fasst die *Sīlas* an vielen Stellen des Kanons zusammen, so z.B. in [Su. 394](#) ff, wo er den Laienanhänger *Dhammika* ermahnt,

das Töten von Lebewesen,
das Nehmen von Nichtgegebenem,
den unsauberen Wandel,
die falsche Rede und
den Genuss von berauschenden Mitteln zu meiden.

Im folgenden soll kurz dargelegt werden, dass und inwiefern die fünf *Sīlas* die Basis für ein gewaltfreieres Wirken darstellen.

Das erste *Sīla* lautet:

Kein Lebewesen soll absichtlich gequält, verletzt oder getötet werden.

Dieses erste *Sīla* ist also das **Grundgebot** der *Ahimsā*, der Gewaltlosigkeit, insbesondere, weil der Buddha als völlig Gewaltloser auch noch einen Schritt weiter geht, indem er fordert, dass man nicht nur selbst kein Lebewesen quälen, verletzen oder töten solle, sondern dass es dem Buddhisten zur Pflicht werden müsse, auch andere davon abzuhalten.

Diese Aufforderung zur **völligen und vorbildlichen** Gewaltlosigkeit impliziert zwei wesentliche Entschlüsse für den Alltag: Sie ist ein Plädoyer für den Pazifismus im edelsten Sinn dieses Begriffes, und somit zugleich eine Aufforderung zur vegetarischen Lebensweise.

Die *Ahimsā* fordert konsequenten Pazifismus. Unter Pazifismus ist hier *erstens* eine Lebenshaltung zu verstehen, die jede Form von Wehr- und Kriegsdienst verneint und ablehnt. *Zweitens* bedeutet Pazifismus, dass man den Frieden auch tatsächlich lebt: Zu einem pazifistischen Leben gehört nicht nur die verbale Äußerung des Wunsches nach Frieden, denn sich verbal zur Friedfertigkeit zu bekennen, ist keine große

Leistung. Leider waren und sind es nicht selten gerade diejenigen "Pazifisten", die im Alltag eben *nicht* pazifistisch leben, die durch ihre Haltung den Pazifismus in Misskredit gebracht oder gar ad absurdum geführt haben. Der Friede, die Friedfertigkeit in uns, muss sich sowohl **in der Rede ab auch in Taten und Gedanken** äußern. Das heißt nichts anderes, als dass der wirkliche Pazifist nicht nur Wehr- und Kriegsdienst verweigert, sondern auch öffentlich und privat, im Großen wie im Kleinen, friedvoll und gewaltlos zu leben versucht:

Wirklich friedfertig ist nur derjenige, der auch Gewalt, Unrecht, Druck und Hass in seiner persönlichen Umgebung ablehnt und zu vermeiden versucht, d.h. selbst keine Form von direkter oder noch so subtiler Gewalt anwendet und möglichst zu verhindern sucht, ob gegen seinen Lebenspartner gerichtet, gegen seine oder anderer Kinder, gegen seine Kollegen, gegen seine Nachbarn, gegen seinen Nächsten und gegen seinen Fernsten, ob Mensch oder Tier oder Natur. Hier sind ausdrücklich auch die Formen der Gewalt gegen altes und behindertes und entsprechend wehr- und hilfloses Leben einzuschließen, und auch die so genannte Sterbehilfe sollte niemals im Töten oder in der Beihilfe zum Freitod bestehen: Wer möchte schon darüber befinden, wann aus der Sicht der (uns ja immer verborgenen) karmischen wie erkenntnismäßigen Reife der beste Zeitpunkt für den Übergang eintritt?! Recht verstandene **Sterbehilfe** sollte in der den Sterbenden aufbauenden Sterbebegleitung bestehen, die ihm Zuversicht vermittelt durch das Fördern positiver Werte (Aussöhnung, Güte, Dankbarkeit, Verzeihen usw.), oder doch zumindest Furcht und Unruhe feinfühlig zu beheben versucht.

Wirklich friedfertig, wirklich gewaltlos ist jedoch nur derjenige, dessen Friedfertigkeit nicht beim Menschen aufhört, sondern auch alle anderen Lebewesen einbezieht, indem er u.a. keine Pelze trägt, stets darauf achtet, beim Spaziergang weder Käfer noch Schnecke noch Blume noch Halm wissentlich zu zertreten, oder auszureißen, und der das Zertreten, Ausreißen, Umbringen, auch nicht billigend in Kauf nimmt.

Aus der friedfertigen Schonung allen Lebens (oder, was dasselbe ist, aus einer Lebenseinstellung auf der Basis der *Ahimsā*) resultiert zwangsläufig auch das Bemühen um eine **vegetarische Lebensweise**. Ein "gewaltfreier" Mensch, der zulässt, dass um seinetwillen Tiere ein Leben lang in qualvoller Enge ohne Licht und ohne Zuneigung dahinsiechen müssen, um am Ende ihres kurzen elenden Lebens um dieses Menschen Ernährung willen oft genug auf grausamste Art getötet zu werden, ist meiner Meinung nach nicht gewaltfrei, noch lebt er auf der Basis der *Ahimsā*. Gewiss fehlt es ihm noch an der Rechten Anschauung, diesem ersten, ausschlaggebenden Glied des *Hohen Achtfachen Pfades*. Dass das Tier als Pelz- oder Fleischlieferant (!) nicht eigens für ihn, sondern "sowieso" gequält und getötet wurde, ist eine Auffassung, die den Zweck erfüllen soll, "sich den Appetit nicht verderben zu lassen." Gewiss: Letztlich ist das Steak auf dem Teller "nur tote Materie". Würde es jedoch von einem von uns geliebten Wesen stammen, sähen wir es anders. Das Morden und die Folter in Pelztierfarmen und Schlachthöfen wird so lange kein Ende nehmen, wie es Menschen geben wird, die Pelze tragen und Fleisch essen. **Darauf** kommt es an, und nicht nur darauf, ob ein bestimmtes Tier nachweislich für mich getötet wurde. Der wahre, konsequente Pazifist, schrickt vor dem Tragen von

Pelzen und dem Essen von Fleisch ebenso zurück, wie er sich scheuen würde, sich irgendein anderes **Hehlergut** anzueignen: Wer war der **ethisch** rechtmäßige "Eigentümer" jenes Lebewesens? Etwa der Züchter? Oder der Schlachter? Oder der Fleischer? Oder der am Ende der Kette stehende Konsument?!

Allerdings sollte sich auch der Vegetarier vor Selbstgerechtigkeit und Überheblichkeit hüten. Mag er auch in diesem Punkt bereits erfolgreich an sich gearbeitet haben, so kann doch der Nichtvegetarier andere ethische Aspekte des Pfades stärker entfaltet haben als er. – Der eine ist Vegetarier, der andere dafür z.B. freigebiger. Auch sollte der Vegetarier seine *Ahimsā* weiterhin hinterfragen: Ist seine Gewaltlosigkeit denn tatsächlich derart entwickelt, dass er auch in der Rede stets freundlich, in Taten gütig und in Gedanken friedfertig ist? Und ist er als Vegetarier (bzw. als noch Laktovegetarier) darauf bedacht, nur noch Milchprodukte aus Höfen zu konsumieren, die ihren Tieren das Leid der Masttierhaltung ersparen, selbst wenn er dafür einige Umwege zurücklegen und ein paar Mark mehr zahlen muss? Isst er nur noch Eier von Hühnern, die unter Freilandhaltung leben, auch wenn diese Eier teurer sind als jene aus der grausamen "Batterie-" bzw. Käfighaltung, deren Produkte es in jedem Supermarkt im Sonderangebot gibt?

Bemüht der Vegetarier sich denn tatsächlich darum, auch die Pflanzen nicht unnötig zu töten oder leiden zu lassen, und ist er bereit, das Leid von Pflanzen wirklich nur in dem Maße hinzunehmen, in welchem ihm keine andere Wahl bleibt, wenn er nicht gesundheitliche Schäden in Kauf nehmen will, doch niemals zum bloßen Vergnügen oder zur Verschönerung von Haus und Garten (Blumen pflücken, allzu früh wegwerfen, Äste unnötigerweise absägen, usw.)?! Von *Georg Grimm* stammen die folgenden Worte, die er als Regel für seinen Garten aufstellen ließ, und die auch wir jederzeit in unserem Umgang mit den Lebewesen beherzigen sollten:

"In diesem Garten gilt als oberstes Gesetz: Was lebt und atmet sollst du gütig schützen! Drum schon auch das Insekt und pflück die Blume nicht, die dich erfreut; auch deinem Heil wird's nützen!"

Zu einer pazifistischen, d.h. gewaltfreien Lebensweise gehört letztlich auch ein verantwortungsvoller Umgang mit pharmazeutischen und kosmetischen Produkten: Ist man auch wirklich bereit, ein kleines Kopfweg oder leichtere Magenschmerzen oder eine vorübergehende Kreislaufschwäche gelassen hinzunehmen, ohne sofort zur Pille zu greifen, und dadurch auf den Medikamentenkauf zu verzichten, welcher ja nur jene Industrie weiter unterstützt, die durch diesen Profit nur um so mehr ermutigt und befähigt wird, wieder und wieder neue Medikamente auf den Markt, und damit immer mehr Tieren grenzenloses Leiden zu bringen?!

Man sollte sich jedoch, wie gesagt, vor Überheblichkeit hüten. Selbst das edelste Vorhaben, der festeste Vorsatz, der beste Entschluss muss hart erarbeitet werden, um im **Rechten sich Entschließen** zum zweiten Glied des *Achtfachen Pfades* zu werden, ganz zu schweigen von der Fähigkeit, den Entschluss im **Rechten Handeln** (viertes Glied) in die Tat umzusetzen. Vor allem aber sollte man sich lieber mit dem Erreichten nicht zufrieden geben, als voreilig zu glauben, man sei bereits vollkommen gewaltfrei geworden...

Schließlich sollte man die eigenen, oft latent schlummernden, Gewaltpotentiale nie unterschätzen. Sie zu durchschauen und im Alltag zu erkennen, ist wichtig und bereits ein großes Stück getaner Arbeit; aber man sollte sich davor hüten, dieses Gewaltpotential, diese Aggressivität, einfach nur zu verdrängen: Es würde sich auf anderem Wege Bahn schaffen, und dann wahrscheinlich umso verheerender wirken. Vielmehr ist der Praktizierende angehalten, täglich ein wenig mehr **Rechte Erkenntnis** über sich selbst, oder besser. über seine charakterlichen Veranlagungen zu erlangen, um diese schließlich als das zu durchschauen, was sie sind: AB das Gewalttätige an ihm ist die Folge seines eigenen unheilsamen Denkens, d.h. er muss sich klar darüber werden, dass **er selbst** es ist, der diese Gewalt immer wieder neu in seinem Gemüt entstehen lässt und ihr Nahrung zuführt. Hierin liegt zugleich der Ansporn und die große Hoffnung. Denn so wie die Wesen **infolge ihres Nichtwissens** Gewalt in sich entstehen lassen, so sind sie auch in der Lage, mit Übung, rechter Erkenntnis und schließlich mit Weisheit, Gewalt in sich wieder zur Aufhebung zu bringen.

Nun wäre die *Buddha-Lehre* aber keine ausgesprochen *ethische* Religion, und sie wäre nicht aufgrund ihrer hohen ethischen Prinzipien berühmt und selbst von Nichtbuddhisten hoch geehrt, wenn sie sich allein auf das Nichttöten und Nichtverletzen beschränkte, auch wenn dieses, wie bereits erwähnt, das Hauptgebot der *Ahimsā*, der Gewaltlosigkeit, darstellt. Diese geht vielmehr weit über das Nichttöten und Nichtverletzen hinaus.

Das **zweite Sīla** lautet:

Man soll nicht nehmen, was einem nicht gegeben wurde.

Hierbei ist zu beachten, dass dieses Gebot weit mehr beinhaltet als nur ein Gebot des Nichtstehlens. Der Buddha lehrt vielmehr, dass uns wirklich **alles** tabu zu sein habe, was uns nicht ausdrücklich gegeben wurde. Dieses *Sīla* schließt somit nicht nur das aktive Stehlen und Rauben aus, sondern z.B. auch das Ergreifen von Vorteilen, sofern diese nicht ausdrücklich gewährt worden sind. Auch jemanden "übers Ohr zu hauen" oder "ein gutes Geschäft" zu machen, bei dem der andere übervorteilt wird, ist mit dem zweiten *Sīla* nicht vereinbar. Aber dieses *Sīla* muss noch weiter gefasst werden: Andere Lebewesen zu quälen oder zu töten, verstößt nicht nur gegen das erste *Sīla*, sondern auch gegen dieses zweite, weil man hierbei dem Anderen das einzige, teuerste Gut nimmt, raubt, das er besitzt, nämlich das Recht auf Wohlbefinden, auf Gesundheit und auf Leben.

Die Natur an den Rand der Zerstörung zu bringen, nur um eigener finanzieller, Genuss – oder Machtvorteile willen, ist ein weiterer gravierender Verstoß auch gegen dieses zweite *Sīla*, und intuitiv weiß man das auch, spricht doch selbst die oft allzu vieles eher entschuldigende deutsche Sprache hier von **Raubbau**.

Als drittes Beispiel für den großen Umfang des Gebotes des Nichtnehmens von Nichtgegebenem sei die **Verschwendung** von Energieressourcen genannt, mit der wir nicht nur hier und jetzt Leben und Lebensgrundlage zahlloser Lebewesen zerstören,

sondern zugleich die unserer Nachkommen, sowohl Menschen als auch Tiere und Pflanzen. Diese drei kurzen Beispiele mögen genügen, denn sie zeigen besonders klar, dass auch das Nichtnehmen von Nichtgegebenem ein Aspekt der Gewaltlosigkeit ist, ja, dass wirkliche *Ahimsā* ohne die Einhaltung dieses zweiten Gebotes nicht zu verwirklichen ist.

Letztlich gilt es auch zu berücksichtigen, dass das zweite *Sīla*, genau so wie alle übrigen, auch in Gedanken nicht zu übertreten ist, dass man andere nicht zu seiner Übertretung veranlassen darf, und dass es einen positiven Aspekt kennt: So wie der positive Aspekt des ersten Gebotes in der Schonung alles Lebendigen liegt, ist die *Freigebigkeit* der positive Aspekt des zweiten *Sīla*. Jedes der fünf Gebote impliziert also nicht nur das Unterlassen des Unheilsamen, sondern zugleich die tätige Verwirklichung des Heilsamen ...

Das **dritte *Sīla*** lautet:

Man soll keine unlautere Sexualität ausüben.

Dieses *Sīla* wurde bisweilen als Gebot absoluter Keuschheit verstanden. Tatsächlich gilt dies nur für buddhistische Mönche und Nonnen (die allerdings keine "ewige Profess", kein ewiges Gelübde, ablegen müssen, das sie auf Lebenszeit verpflichten würde!), nicht aber für den Laien: Der Buddha, der große Menschenkenner, war sich der enormen Schwierigkeiten bewusst, die ein solches Gebot implizieren würde. Der von ihm gelehrte Weg in **Stufen** wird auch hier der menschlichen Natur bzw. der Stärke seines dürstenden Willens einerseits, und den Möglichkeiten, ihn **allmählich** auszumerzen andererseits, gerecht. In seinem dritten *Sīla* legt der Buddha vielmehr seinen Laien nahe, die Sexualität nicht überzubewerten, bei der Wahl des Sexualpartners auch dessen geistige bzw. ethische Werte zu berücksichtigen, sich vom Ehebruch fernzuhalten, keinerlei Zwang, d.h. keine noch so subtile Form von Gewalt (Nötigung ...) auszuüben, auch nicht gegenüber Dritten (z.B. im Ehebruch), weder körperlich noch seelisch, kurz, auch auf dem Gebiet der Sexualität das Niveau eines lautereren, würdigen, gewaltfreien Menschseins einzuhalten. Mehr hat der Erhabene vom Laien nicht gefordert – aber auch nicht weniger.

Das **vierte *Sīla*** lautet:

Man soll keine falsche Rede führen.

Unter dieses *Sīla* fällt nicht nur das, was wir als *Lüge* kennen, sondern auch Verleumdung, falsches Zeugnis, Klatsch und Tratsch, heuchlerische Rede, sinnloses Geschwätz, unfreundliche, grobe oder gar gehässige Redeweisen, kurz, Falsche Rede ist Gewalttätigkeit in Worten.

Der positive Aspekt dieses Gebotes liegt im stetigen Einüben und Praktizieren von **wohlwollender, liebevoller, wahrhaftiger und sanfter** Rede, d.h. einer Redeweise, die, wie der Buddha es ausdrückt, "mit dem Ziel (der Lehre) verbunden" ist. Damit wird klar, dass *Rechte Rede* (drittes Glied des *Achtfachen Pfades*) Ausdruck von gelebter

Ahimsā ist: Wer recht redet, der lügt nicht und vermeidet sonst alle Qualen, die aus einer Lüge resultieren können. Vielmehr redet er der Wahrheit gemäß, und trägt so, statt irrezuführen, zur wirklichkeitsgemäßen Einsicht in die Dinge und Gegebenheiten bei. Wer recht redet, der verleumdet nicht, und vermeidet dadurch viel Leid beim Betroffenen und bei dessen Angehörigen und Freunden. Wer nicht klatscht noch tratscht, wer stets freundlich und gütig auch in der Rede ist, der vermeidet dadurch das Verletzen des Anderen durch "die Waffe der Zunge". Auf diese Weise ist oder wird der so Redende mit der Zeit mehr und mehr gewaltfrei, wie in allem übrigen, so auch in seiner Sprache; gewaltfrei nicht nur gegenüber den Anderen, sondern nicht zuletzt auch gegenüber sich selbst, ist doch jeder Nächstenquäler nach dem Buddha zugleich immer auch ein Selbstquäler (s. Karma-Gesetz ...).

Das **fünfte *Sīla*** schließlich lautet:

Man soll keine berauschenden Getränke oder Mittel zu sich nehmen.

Unter dieses Gebot fällt nicht nur der Alkohol, sondern gleichermaßen alle Rauschdrogen (es sei denn, sie sind ärztlich verordnet – etwa Narkosemittel usw. –): Jedes berauschende Mittel trübt das Bewusstsein und verhindert so das Einhalten der übrigen *Sīlas*. Als Beispiele hierfür sei auf die Vielzahl von Morden, Vergewaltigungen, Prügeleien, Unfällen und sonstigen Gewalttaten verwiesen, die unter Alkohol- und/oder Drogeneinfluss geschehen. Auf Dauer gesehen aber begünstigen solche Mittel nicht nur eine grundlegende Bereitschaft zu Gewalttätigkeit in Gedanken, Worten und Taten, sondern sie sind als eines der größten Hindernisse überhaupt auf dem religiösen Pfad zu betrachten, indem sie von vornherein jedes Bemühen um Klarsicht und Weisheit zunichte machen.

(YĀNA 1992, Zeitschrift für Frühbuddhismus, Heft 1)

(Teil II siehe unter: **Die vier Brahmaviharas**: Hilfsmittel auf dem Weg zur Gewaltlosigkeit.)