

**1. Rechter Glaube**

Die vier edlen Wahrheiten anerkennen: Das Wissen von der Entstehung des Leidens, das Wissen von der Aufhebung des Leidens, das Wissen von dem zur Aufhebung führenden Pfad.

**2. Rechte Gedanken**

Man begehrt nicht, was ein anderer im Besitz und Eigentum hat.

Man ist frei von Übelwollen, sinnt im Herzen nichts Böses, sondern denkt: „Mögen sich diese Wesen **freihalten** von Hass und Übelwollen; mögen sie **leidlos** und glücklich leben!“

Man hat **rechte** Anschauung, indem man einsieht, dass **Spenden**, Opfern, Darreichen von Wert ist, dass es eine **Frucht** und Vergeltung der guten und schlechten Taten gibt, **dass** es **diese** und eine andere Welt **gibt**, dass **Mutter** und Vater und rein geistige Wesen keine **leeren Begriffe** sind, dass es in der Welt vollkommen lebende **Brahmanen** gibt, die diese und die andere Welt aufgrund eigenen Wissens erklären können.

**3. Rechte Worte**

Man meidet die Lüge. Vor Gericht oder in einer Gesellschaft oder unter Verwandten oder in einer Versammlung oder als Zeuge vor Behörden antwortet man auf Fragen, wenn man nichts weiß, „Ich weiß nichts“ oder, wenn man es weiß, „Ich weiß es“ oder, wenn man es nicht gesehen hat, „Ich **habe** nicht gesehen“ oder, wenn man es gesehen hat, „Ich **habe es** gesehen“. So spricht man **bewusst** keine Lüge, sei es **um** eines anderen willen, sei es **um** irgendeines Vorteils willen. Man meidet die üble Nachrede. Was man hier gehört hat, erzählt man dort nicht weiter, um diese zu entzweien; was man dort gehört hat, erzählt man hier nicht weiter, um jene zu entzweien. So einigt man die Entzweiten, festigt die Verbundenen, erfreut sich an Eintracht, spricht Eintracht fördernde Worte.

Man meidet rohe Rede. Man spricht nur untadelhafte Worte, die dem Ohre wohlton, liebenswürdige, zu Herzen gehende, gesittete, jedermann erfreuende.

Man meidet unnützes Plappern. Man spricht zur rechten Zeit, den Tatsachen gemäß, dem Zweck entsprechend, spricht über die Lehre und über die Satzung. Die Worte, die man spricht, sind wert, behalten zu werden, sie sind, wo es darauf ankommt, bilderreich, fein unterscheidend, sinngemäß.

**4. Rechte Werke**

Man zerstört kein Leben, man hat Stock und Schwert beiseite gelegt und lebt zartfühlend, erbarungsvoll, freundlich und gütig gegenüber allen lebenden Wesen. Man nimmt nicht, was einem nicht gegeben ward. Was einem andern in Dorf und Wald gehört, danach trachtet man nicht in diebischer **Absicht** und nimmt es nicht **ungegeben**. Man meidet **schlechten Wandel** in sinnlichen Lüsten. Mit Mädchen, die unter dem Schutze ihrer Eltern, ihrer Geschwister oder anderer Verwandter stehen, mit verheirateten Frauen, mit Dienerinnen und auch mit geschmückten Dirnen pflegt man keinen Geschlechtsverkehr.

**5. Rechtes Leben**

Das Aufgeben des falschen Lebenswandels. Die Berufe Metzger, Schlachter, Fischer, Jäger und Henker sind verboten.

**6. Rechtes Streben**

Durch Meditation wird die vollkommene innere Ruhe erstrebt, also keine Leidenschaft und keine Empfindung. Alle Bewusstseinsvorgänge (Gefühle, Vorstellungen, Begehren) sollen beherrscht werden.

**7. Rechte Aufmerksamkeit**

Nachdem man sich von Gier und Unmut befreit hat, müssen die Körperfunktionen unter Kontrolle gebracht werden, um sich von ihnen zu befreien. Ziel ist es, den Körper zum Schweigen zu bringen und eine dauerhafte innere Ruhe zu erreichen.

**8. Rechtes Versenken**

Das Verharren fern von Begierden, fern von unheilvollen Gedanken zur Erreichung der vier Schauungen. Die Grenze zum Nirwana wird erreicht. Der Buddhist ist erleuchtet und erlöst.