

## Kapitel 5: Das Kapitel über die Unwissenden [Bāla-Vagga]

Vers 68	Pali
Eine Handlung ist dann wohl getan, wenn sie keine Reue bereitet und ihre Auswirkungen deinen Geist mit Freude und Zufriedenheit erfüllen.	Tañca kammaṃ kataṃ sādhu, yaṃ katvā nānutappati; Yassa paṭīto sumano, vipākaṃ paṭisevati.

### Die Begriffe von Vers 68

**taṃ** = das; jenes

**ca** = und

**kammaṃ** = Handlung; Tat - vom Verb *tun; handeln; ausüben*

**kataṃ** = getan

**sādhu** = gut; wohl; ausgezeichnet; vortrefflich; tugendhaft; nutzbringend; auch: gründlich

**yaṃ** = das; welches; was

**katvā** = getan haben

**na** = nicht

**anutappati** = bereuen; Reue fühlen; schlechtes Gewissen haben; quälendes Bedauern

> **anu** = folgen; später

> **tap** = brennen; heiß sein

**yassa** = das; welches; was

**paṭīto** = erfreut; zufrieden; gefallen;

**sumano** = froh; glücklich; fröhlich

> **mano** = Geist

> **su** = gut; wohl etc.

**vipākaṃ** = karmisches Resultat / Wirkung  
karmische Konsequenz / Frucht

**paṭisevati** = verfolgen; folgen

*Welche Saat du auch säst, diese Frucht erntest du. Wer Gutes tut, erntet Gutes, wer Schlechtes tut, erntet Schlechtes. Du hast selbst deine Saat gesät, und erhältst nun die entsprechende Frucht.*  
**Samuddakasutta - SN 11.10**

### Bemerkungen zu Vers 68

Der Vers der Woche ist von seiner Bedeutung im Grunde ganz einfach das Gegenstück des Verses, den wir beim letzten Mal kennengelernt haben. Der vorherige Vers 67 lautete zur Erinnerung:

*Eine Handlung ist nicht wohl getan,  
wenn sie dir Reue bereitet und ihre  
dich verfolgenden Auswirkungen  
dir die Tränen ins Gesicht treiben.*

Die Lehrrede des Buddhas, die ich letzte Woche vorgestellt hatte, passt daher auch ebenso passend zu unserem heutigen Vers, der quasi das heilsame Gegenstück darstellt.

In der Lehrrede hatte der Buddha seinem Sohn Rāhula geraten, seine sprachlichen und körperlichen Handlungen regelmäßig dahingehend zu kontemplieren, ob sie unheilsam oder heilsam seien.

Unser heutiger Vers stellt den Fall dar, in dem man seine Handlungen auf ihre ethische und moralische Qualität hin kontempliert und erkennt: Meine Absichten und mein Handeln sind heilsam, sind von Nutzen für mich selbst und Andere und kreieren kein Leid. Und solche Momente, in denen man sich der eigenen heilsamen Handlungen bewusst wird, kann man diese natürlich bedenkenlos ausüben - und auch innerlich Freude und Zufriedenheit über diese heilsamen Qualitäten und Handlungen empfinden.

Da der Vers diese Woche nur das Gegenstück zum Vers der letzten Woche ist, gibt es diese Woche nichts, was ich noch hinzufügen würde. Daher gehen wir heute direkt über zur Hintergrundgeschichte des Verses. Denn auch wenn die beiden Verse im Grunde wie „Zwillingsverse“ aussehen, haben sie beide je ihre eigene Hintergrundgeschichte.

## Die Hintergrundgeschichte zu Vers 68

Diese Hintergrundgeschichte bezieht sich auf Worte des Buddhas, welche dieser während eines Aufenthaltes im Kloster Veļuvana in der Nähe der Stadt Rājagaha mit Bezug auf einen Gärtner namens Sumana geäußert hatte.

Es wird erzählt, dass der Gärtner Sumana jeden Tag, früh am Morgen, König Bimbisāra acht Maß Jasminblumen lieferte, für die er jeweils acht Geldstücke erhielt. Eines Tages nun, gerade als er mit den Blumen in die Stadt kam, betrat der Buddha, umgeben von einem mächtigen Gefolge von Mönchen, die Stadt, um Almosen zu erhalten.

Die uns überlieferten Schriften berichten, dass allein bereits die bloße Anwesenheit und der Anblick eines Buddhas, viele Menschen, Tiere und auch andere Lebewesen oft tief berührte und stark beeindruckte. Das war die Wirkung seiner zur Vollkommenheit gebrachten heilsamen Eigenschaften und natürlich auch ganz allgemein sein Wesen als Ganzes oder die Aura, welche ein vollkommen erleuchteter Buddha ausstrahlt.

In den Überlieferungen wird diese Aura mit unterschiedlichen Beschreibungen bezeichnet: Man liest von einer „Ausstrahlung von sechs prächtigen Farben“, die vom Körper des Buddhas ausgingen. Man liest von „der ganzen mächtigen Kraft eines Buddhas“, die von ihm ausging. Und man liest von „dem großen, vollkommenen Mitgefühl eines Buddhas“, welches man in seiner Anwesenheit spüren konnte.

Jede Person empfindet eine Begegnung mit dem Buddha natürlich immer etwas unterschiedlich - je nach dem eigenen Karma. Als der Gärtner den Buddha hier zum ersten Mal erblickte, kam ihm der Buddha vor wie eine prächtige Opfergabe aus funkelnden Edelsteinen und Gold. Allein diese erste kurze Begegnung mit dem Buddha ließ unmittelbar viele heilsame karmische Samen der Vergangenheit keimen, die im Bewusstsein des Gärtners bis dahin geschlummert hatten. Und dadurch kamen im Bewusstsein des Gärtners die folgenden Gedanken auf:

„Welchen guten, heilsamen Dienst kann ich hier und jetzt dem Buddha erweisen?“ Und da er in diesem Moment nichts Besseres zu tun wusste, dachte er: "Ich werde den Buddha mit diesen Blumen ehren.“ Doch dann dachte er weiter: „Eigentlich aber sind diese Blumen für den Verkauf an den König bestimmt.“

Doch aus einer heilsamen Absicht heraus und mit großem Vertrauen in die heilsamen karmischen Früchte, die aus dieser Blumenopfergabe an den Buddha hervorgehen würden dachte der Gärtner sich:

„Wenn der König verärgert ist, dass ich ihm heute keine Blumen bringen konnte, soll er mich ruhig ins Gefängnis werfen, verbannen oder gar töten - das bereitet mir keine Sorgen. Denn mit dem Geld, das ich üblicherweise vom König für meine Blumen erhalte, kann ich nur in diesem gegenwärtigen Leben für mein Wohlergehen sorgen. Doch eine Blumenopfergabe an jemanden wie den Buddha bewirkt mein Wohlsein und Wohlergehen in meinen Leben in unzähligen Äonen der Zukunft.“

Und direkt im Anschluss an diese Gedanken brachte er innerlich die Absicht und Aspiration auf: „Möge ich stets mit Hingabe und Vertrauen dem Buddha meine ehrenvolle Wertschätzung und meine Dienste zukommen lassen.“ Hoch erfreut, beschwingt und glücklich von diesen heilsamen Absichten und Gedanken, ging der Gärtner Sumana nun auf den Buddha zu und verneigte sich zunächst respektvoll vor ihm.

Dann nahm er zwei Handvoll Jasminblumen und warf sie mit einer eleganten Geste hoch hinauf in die Luft über dem Kopf des Buddha. In den Überlieferungen steht, dass diese geworfenen Jasminblumen nun wie eine Art Baldachin aus Blumen über dem Kopf des Buddhas hängen blieben. Darauf warf Sumana zwei weitere Handvoll Blumen, die auf der rechten Seite des Buddhas herabfielen und auch dort - wie ein Vorhang eines Pavillons - in der Luft hängen blieben. Die nächsten zwei Handvoll Blüten, die Sumana warf, fielen hinter dem Buddha herab und blieben dort ebenfalls in der Luft stehen. Und die letzten zwei Handvoll warf Sumana auf die linke Seite des Buddhas, wo sie in der Luft schwebten.

So umgaben nun die acht Handvoll Jasminblumen den Buddha rechts von ihm, links von ihm, hinter ihm und über seinem Haupt. Es sah nun aus, als gäbe es vor dem Buddha ein Tor aus Blumen, durch das er hindurch treten konnte. Die Stängel der Blumen waren nach innen und die Blütenblätter nach außen gerichtet.

Und als der Buddha einen ersten Schritt voran tat, brachen die Blumen nicht auseinander und fielen auch nicht herunter. Stattdessen schwebten die Blumen weiterhin und begleiteten den Buddha mit jedem Schritt - so die Beschreibungen der Überlieferungen. Ob dies eine Ausschmückung der Zusammensteller der Überlieferungen ist oder ob die Kraft von Sumanas aufrichtig heilsamer Absicht dieses kleine Blumenwunder bewirkte oder ob himmlische Lebewesen vor Ort waren und den Buddha auf diese Weise zusätzlich Ehre entgegen bringen wollten, bleibt offen.

Der Überlieferung nach bewirkte dieser prachtvolle Anblick in den gerade vor Ort anwesenden Personen ebenfalls große Hingabe. Viele verneigten sich ebenfalls respektvoll vor dem Buddha und / oder zeigten ihre Hingabe durch das traditionelle dreifache Umrunden des Buddhas im Uhrzeigersinn. Den Überlieferungen nach soll sogar das ganze Dorf / die ganze Stadt auf den Beinen gewesen sein und begleitete den Buddha auf dessen Almosengang - bunte Tücher schwenkend und Almosen / Opfergaben gebend.

Nachdem Sumana den Buddha ein Stück weit begleitet hatte, ging er noch einmal direkt auf diesen zu, um sich zu verabschieden. Er sprach einige lobpreisende Worte, verneigte sich abschließend noch einmal respektvoll und achtsam und ging dann mit seinem nun leeren Blumenkorb nach Hause.

Zuhause angelangt erkundigte sich seine Frau nach seinem morgendlichen Verkauf der Blumen. Sumana erzählte dann, dass er mit den Blumen dem Buddha eine Blumenopfergabe gemacht habe. Er erzählte auch von seinem innerlichen Vertrauen, aufgrund dessen er sich keine Sorge über eventuelle Strafen des Königs machte. Auch erzählte Sumana seiner Frau, wie die Blumen eine Art Rund-Um-Baldachin gebildet hatten und dass das ganze Dorf / die ganze Stadt durch diese prachtvolle und wundersame Blumenopfergabe dem Buddha einen Besuch abstattete und ihn auf seinem Almosengang begleitet hatte.

Sumanas Frau war dem Buddha aber noch nicht begegnet und konnte sich nicht erklären, wieso ihr Mann die kostbaren Jasminblumen diesem Bettelmönch zugeworfen hatte. Auch die Erzählungen über den wundersamen Blumenbaldachin konnte sie nicht glauben. Daher wies sie ihren Mann zurecht und sagte: "Könige sind hart und grausam und richten, wenn sie erst einmal provoziert werden, viel Schaden an, indem sie Hände und Füße abhacken oder andersartige Strafen verhängen. Durch das, was du heute getan hast - bzw. *nicht* getan hast, nämlich dem König zu dienen - könnte auch *mir* viel Unheil widerfahren."

Darauf nahm sie ihre Kinder mit sich, ging zum königlichen Palast, ließ König Bimbisāra rufen, und als er sie fragte, was los sei, sagte sie zu ihm: "Mein Mann hat dem Buddha mit den Blumen eine Opfergabe gemacht, die er eigentlich euch hätte verkaufen sollen und ist mit leeren Händen nach Hause zurückgekehrt." Die Frau des Gärtners Sumana erzählte dem König auch von den angeblich wundersamen Geschehnissen rund um die Blumenopfergabe und auch von den vielen Menschen, die durch diese Opfergabe große Hingabe und Vertrauen gegenüber dem Buddha empfunden hatten.

König Bimbisāra nun aber war ein wahrlich edler Schüler des Buddha. Schon beim ersten Anblick des Buddha hatte dieser die erste Erleuchtungsstufe realisiert. Dadurch waren Glaube, Vertrauen und Hingabe im Herzen von Bimbisāra felsenfest und sein Geist ruhte die meiste Zeit in einem bereits sehr stabilen Frieden. Der König dachte bei sich: "Oh, diese Frau ist eine Unwissende, die noch kein Verständnis und keine Einsicht in die Lehre des Buddhas besitzt. Natürlich kann sie kein Vertrauen in die wundersamen Geschehnisse und in die karmisch heilsame Kraft dieser Blumenopfergabe besitzen".

In der Überlieferung steht nun geschrieben, dass der König als nächstes so tat, als sei er tatsächlich über den Gärtner verärgert. Er sprach zu dessen Frau: "Was sagst du? Er hat den Buddha mit Blumen geehrt, die er *mir* hätte geben sollen? Du hast gut daran getan, ihn verlassen zu haben. Ich werde einen Weg finden, mit diesem Kerl umzugehen, weil er einen anderen mit Blumen geehrt hat, die eigentlich mir gehören sollten." Mit diesen Worten entließ er die Frau des Gärtners.

Der Grund für dieses verwunderliche Verhalten des Königs ist nicht genannt. Vielleicht meinte der König, im Verhalten oder in den Emotionen der Frau des Gärtners so viel Angst, Ärger und Überzeugung ihrer eigenen Meinung erkannt zu haben, dass er für sich in diesem Moment keine andere Option sah, als den Erwartungen der Frau zuzuspielen.

Jedenfalls war der König nicht verärgert auf den Gärtner, sondern hatte - durch seine eigenen Erfahrung mit dem Buddha und ein tieferes Verständnis dessen Lehre - Verständnis für die Hingabe des Gärtners. Der König war sogar erfreut über die großen und weitreichenden heilsamen Eindrücke, welche die Blumenopfergabe in den vielen Bewohner:innen der Stadt hinterlassen hatte.

Nachdem die Frau gegangen war, beschloss der König, sich ebenfalls zum Buddha zu begeben. Er begrüßte den Buddha respektvoll und schloss sich dem Buddha auf dessen weiterem Gang durch die Stadt an. Auch König Bimbisāra war von dem immer noch den Buddha umgebenden Blumen-Pavillon äußerst beeindruckt und sah in diesem den Ausdruck tiefen Vertrauens in die heilsamen Qualitäten und Lehren des Buddhas.

Der Buddha beschloss nun, gemeinsam mit König Bimbisāra und den vielen anwesenden Einwohner:innen der Stadt bis an das Tor des Königspalastes zu gehen. Der König nahm die Bettelschale des Buddhas und lud diesen ein, in den Palast des Königs einzutreten. Doch der Buddha gab zu verstehen, dass er lieber im öffentlichen Bereich vor dem Palast sitzen wolle. Der König akzeptierte diesen Wunsch und ließ schnell einen luftigen Pavillon errichtet, in dem der Buddha Platz nehmen konnte - umgeben von einer großen Gruppe von Mönchen, die ebenfalls mit auf dem Almosengang gewesen waren.

In den Überlieferungen steht geschrieben, warum der Buddha dieses mal nicht in den Palast des Königs gehen wollte. Der Buddha hatte nämlich gedacht: "Wenn ich hineingehe und mich dort hinsetze, werden die Einwohner:innen der Stadt mich nicht sehen und auch nicht an der prachtvollen Blumenopfergabe des Gärtners teilhaben können. Wenn ich aber im öffentlichen Bereich vor dem Palast sitze, kann jeder der Anwesenden gut sehen, die Blumenopfergabe bewundern und auch an den daraus hervorgehenden heilsamen Auswirkungen teilhaben können, die sich aus diesem Anblick entfalten mögen."

Die Jasminblumen umringten weiterhin auf prächtige Weise den Buddha, als dieser sich auf seinem Platz niederließ. Nachdem sich auch die Mönchsschüler des Buddhas gesetzt hatten, nahmen diese gemeinsam mit dem Buddha ihre Essensopfergaben zu sich, die sie auf diesem heute sehr besonderen Almosengang erhalten hatten. Einige Einwohner:innen der Stadt und auch der König persönlich standen dem Buddha und den Mönchen dienend zur Seite - das heißt sie brachten eventuell noch weitere Opfergaben oder Getränke sowie Schalen von Wasser zum Waschen der Hände etc.

Nach dem Essen bedankte sich der Buddha bei allen Beteiligten und hielt vielleicht noch eine kurze Dharma-Unterweisung für die Anwesenden. Anschließend begab er sich acht-samen Schrittes zurück zum Kloster Veļuvana - immer noch umringt von den wundersamen und wohlduftenden Jasminblumen, immer noch begleitet von einer großen Menschenmenge, aus der ab und an hingebungsvolle Ausrufe hervorgingen.

Der König begleitete den Buddha ein Stück weit, kehrte dann um und zurück im Palast ließ er nach dem Gärtner schicken. Als dieser sich ihm vorstellte, fragte der König: "Was hast du gesagt, als du dem Buddha diese Blumenopfergaben gemacht hast?" Da antwortete der Gärtner und erzählte dem König, welche innere Absicht er aufgebracht hatte, als er dem Buddha die Blumen übergeben hatte:

"Eure Majestät, während ich dem Buddha die Jasminblumen übergab, habe ich ihm gleichzeitig mit innerlicher Absicht mein Leben übergeben. Als ich ihm die Blumen übergab, hatte ich den innerlichen Gedanken: ‚Ich übergebe dem Buddha mit dieser Blumenopfergabe auch mein Leben. Und selbst wenn der König mich als Folge dieser Opfergabe aus seinem Reich verbannen oder gar töten wird - dennoch möchte ich mit großem Vertrauen und Hingabe diese Blumen dem Buddha als Opfergabe übergeben.‘ Dies waren meine Gedanken, während dieser Opfergabe."

**Zusatz-Information für ein besseres Verständnis:** Dass der Gärtner die innere Absicht hatte, dem Buddha „sein Leben zu übergeben“, hat nichts mit Menschenopfern, Selbstmord oder dergleichen zu tun. Die innere Absicht „sein Leben“ dem Buddha zu schenken, ist vielmehr so zu verstehen, dass hier eine Person sein gesamtes Leben und Wirken der *Lehre* des Buddhas und dem Weg der Befreiung widmen möchte - natürlich kann das auch beinhaltet, dem Buddha und den Mönchen und Nonnen in vielerlei Hinsicht behilflich zu sein usw. Aber vor allem ist hiermit meines Verständnisses nach ein unerschütterliches inneres Vertrauen in den Weg der Befreiung und in den Buddha gemeint, dass selbst im Angesicht von bedrohlichen äußeren Schwierigkeiten nicht ins Wanken gebracht werden kann. Selbst wenn also in unserer Geschichte der König dem Gärtner körperliches Leid oder gar den Tod androhen würde, würde Gärtner Sumana lieber diese Schmerzen oder Leiden in Kauf nehmen, als sein Vertrauen und Bemühen im Dharma aufzugeben.

Daraufhin sprach der König: „Gärtner Sumana, du bist ein großer Mann.“ Im Anschluss soll König Bimbisāra dem Gärtner große Geschenke gemacht haben - hier wird in den Überlieferungen von acht Elefanten, acht Pferden, acht männlichen und weiblichen Sklaven, acht prächtigen Juwelen, acht tausend Geldstücken, acht Frauen aus dem königlichen Harem, die mit allem Schmuck geschmückt waren, und acht erlesenen Dörfer gesprochen. Diese kostbaren, umfangreichen achtfachen Geschenke gab ihm der König.

Es kann gut sein, dass der König tatsächlich Sumana aus Großzügigkeit heraus einige Geschenke gemacht hat. Doch auch hier können wir heute nicht sagen, ob tatsächlich das starke heilsame Karma von Sumanas Opfergabe unmittelbar derartig weitreichende Wirkungen mit sich brachte oder ob die Zusammensteller der Überlieferungen die Geschenke des Königs um ausschmückende Standard-Phrasen erweitert haben.

Durch das epische Ausmaß der Geschenke König Bimbisāras an Gärtner Sumana mag man an den überlieferten Geschehnissen dieser Geschichte vielleicht zweifeln - das ist kein Problem. Man sollte deswegen aber nicht auch automatisch an der tatsächlich unvorstellbar großen karmischen Kraft zweifeln, die eine Opfergabe an einen Buddha mit sich bringt. In vielen Schriften wird beschrieben, dass selbst kleinste Almosen an einen Buddha zu unvorstellbar weitreichenden und umfangreichen wünschenswerten Resultaten führen können und die sich auf unzählige zukünftige Leben auswirken.

Der Mönch Ānanda dachte sich später: „Seit der Gärtner Sumana am Morgen diese prachtvolle Blumenopfergabe gemacht hat, waren den ganzen Tag über viele Menschen aus Hingabe und Vertrauen in den Buddha auf den Beinen. Viele von ihnen haben ihrerseits Opfergaben und Almosen übergeben. Viele von ihnen haben dem Buddha Respekt erwiesen, sich vor ihm verneigt und / oder ihn respektvoll dreifach umrundet. Viele von ihnen haben lobpreisende und wertschätzende Ausrufe dem Buddha entgegengebracht. All dies ging nur aus der einen Blumenopfergabe von Gärtner Sumana hervor. Was wird wohl der karmische Lohn dieses Gärtners sein?“

Ānanda stellte diese Frage dem Buddha. Und dieser antwortete: „Ānanda, denke nicht, dass es sich bei dieser Blumenopfergabe um eine ‚kleine Opfergabe‘ gehandelt hat, die dieser Gärtner getan hat. Denn Gärtner Sumana hat nicht nur durch Jasminblumen seine Ehre erwiesen - innerlich hatte er zusätzlich die Absicht: ‚Ich übergebe dem Buddha mit dieser Blumenopfergabe auch mein Leben‘. Mit dieser Hingabe übergab er die Blumen.“

Der Buddha fuhr fort: "Auf Grundlage dieses tiefen Vertrauens, mit dem er diese äußere und innerliche Opfergabe getan hat, wird Sumana für hunderttausend Äonen nicht mehr in den niederen Daseins-Bereichen wiedergeboren werden - sondern stattdessen immer wünschenswerte Früchte dieses Verdienstes in Wiedergeburten als Mensch oder himmlischen Lebewesen erfahren. Und als finales Resultat wird er letztendlich eines Tages ein „Pacceka-Buddha“ namens Sumana werden.“

---

**Zur Erinnerung: Pacceka-Buddhas** sind Person, die zwar vollkommene Buddhaschaft realisieren, aber aufgrund einiger speziellen karmischer Bedingungen ihre Einsichten und Erfahrungen bezüglich des Weges zur Befreiung von Leid *nicht* an andere Lebewesen weiter geben. Manche von ihnen lehren vielleicht einige grundlegende Aspekte im Bezug auf heilsame und unheilsame Absichten / Handlungen und deren Resultate. Doch der Weg zur vollkommenen Befreiung wird von ihnen nicht gelehrt.

Um sich besser ganz grob vereinfacht vorstellen zu können, dass so etwas möglich ist, können wir an dieser Stelle uns eine Person vorstellen, die zwar wirklich umfangreiches Erfahrungswissen besitzt - aber leider keine umfangreichen pädagogischen, didaktischen und rhetorischen Fähigkeiten besitzt, um diese Erfahrungswerte auch so mitzuteilen und zu lehren, dass andere Lebewesen auch damit etwas anfangen und das gelehrt auch selbst umsetzen / kultivieren können.

---

Als der Buddha zurück im Kloster Veļuvana angekommen war, begab er sich in die dort für ihn errichtete Hütte. Als er im Begriff war, die Kammer zu betreten, schwebten die Jasminblumen, die ihn bis hierhin begleitet hatten, empor und zierten fortan den First der Hütte.

Am Abend Tages, unterhielten sich einige Mönche im Kloster Veļuvana über die Geschehnisse des Tages. Sie sprachen: "Oh, wie wunderbar war die diese Opfergabe des Gärtners! Er übergab dem Buddha nicht nur die wohlduftenden Blumen, sondern in Form seiner inneren Absicht sogar sein eigenes Leben. Und im Anschluss an seine heilsamen Handlungen erhielt er noch am selben Tag die achtfache Gaben König Bimbisāras."

Der Buddha wurde sich über diese Unterhaltung der Mönche bewusst und erkannte, dass er diesen Mönchen zu den Geschehnissen des Tages eine Unterweisung zukommen lassen konnte. Er begab sich daher zu dieser Gruppe von Mönchen, setzte sich auf den für ihn vorbereiteten Sitzplatz und erkundigte sich zunächst höflich nach dem Inhalt der Unterhaltung der Mönche. Die Mönche erzählten dem Buddha, worüber sie gesprochen hatten. Da sprach der Buddha zu den Mönchen über das Thema heilsamer Handlungen.

Und am Ende seiner Unterweisung sprach der Buddha die Worte, welche uns heute als Vers 68 im Dharmapada überliefert worden sind:

*Eine Handlung ist dann wohl getan,  
wenn sie keine Reue bereitet und ihre  
Auswirkungen deinen Geist mit  
Freude und Zufriedenheit erfüllen.*