

Metta

Zitat

Metta ([pali mett?](#); [sanskrit maitr?](#) ‚Freundschaft‘; engl. *loving kindness*) ist eines der 40 vom historischen Buddha Siddharta Gautama gelehrteten Meditationsobjekte. Übersetzungen für [metta](#) sind: *Freundlichkeit, Güte, aktives Interesse an Anderen, Liebe, Freundschaft, Sympathie*. Metta wird häufig noch mit dem Terminus „[liebende Güte](#)“ oder „[Allgüte](#)“ übersetzt, da in den Augen mancher buddhistischer Autoren das Wort „Liebe“ zu stark mit Tendenzen des Habenwollens, also mit [egoistischen](#) Tendenzen behaftet ist.

[Metta – Wikipedia](#)

Metta-[Sutta](#) im Palikanon: [Anguttara Nikaya VIII.1-10](#)

[#Brahmavihara](#) [#Güte](#)