

# Mudita

Muditā (Mitfreude, Anerkennung) ist ein zentraler Begriff der buddhistischen Geistesschulung und Ethik. Muditā ist Teil der Vier Unermesslichen (Appamaññā) – auch die „Vier Göttlichen Verweilungszustände“ (Brahmavihāra) genannt. Die Mitfreude ist im Wesentlichen darauf gerichtet, dass man sich selbst mit anderen Wesen für ihr erlangtes Wohlbefinden freut und ihnen wünscht, dieses Wohlbefinden nicht wieder zu verlieren.

Detaillierte Begriffserklärung: