

Buddhismens historia

För 2500 år sedan fanns det en prins i norra Indien som hette **Siddharta Gautama**. När han var 29 år valde han att lämna sin fru, sitt barn och sitt sköna liv för att leva som tiggare resten av livet. Anledningen till att han valde att lämna sitt liv i lyx var för att han, efter att ha lämnat slottet tillsammans med en tjänare, upptäckt att världen utanför bestod av fattigdom, ålderdom, sjukdom och så vidare. Siddharta började då fundera på tillvarons meningslöshet.

Prinsen Siddharta blir nu tiggarmunken **Gautama**. Han rakar av sig håret, klär sig i tiggarkläder och träffar gurus (lärda män) för att lära sig om vägen till frälsning. Han börjar också plåga sin kropp med yoga och slutar äta för att nå befrielse från kretsloppet men allt som händer är att han blir svagare. Nu har han både provat på ett liv i lyx och ett liv som tiggare men inget av dessa två har fört honom närmare befrielsen. Han väljer nu **medelvägen**.

Medelvägen innebär att han börjar äta normalt samt leta efter en bra plats att meditera på. Han hittar ett stort fikonträd som han sätter sig under och vid 35 års ålder når han den ”*fullkomliga, fullständiga upplysningen*”. Han hade nu funnit sanningen om livet och vägen ut ur lidandet, alltså vägen ut ur det eviga kretsloppet av återfödelse. Denna natt blir han **Buddha**, *den upplyste/uppvaknade*.

Buddha ägnade resten av sitt liv åt att undervisa andra om sin lära och vandrade runt i norra Indien och predikade. Han instiftade en munkorden och en liknande organisation för nunnor.

Heliga texter

Efter Buddhas död samlades munkar för att skriva ner Buddhas lära och vad han hade sagt om hur munkar skulle leva. De viktigaste och äldsta skrifterna finns samlade i **Tripitaka** (*de tre korgarna*). Tripitaka består av treboksamlingar:

Sutta – läran, predikningar och legender om Buddhas liv.

Abhidhamma – texter om hur läran ska tolkas.

Vinaya – regler för munkarnas liv.

Heliga platser

Till platserna i norra Indien där Buddha föddes, nådde sin upplysning och dog vallfärdar många buddhister från hela världen.

Buddhistiska tempel kallas för **stupa** (betyder *hårtofs* på sanskrit). Alla tempel sägs innehålla en liten del aska från någon känd munk eller Buddha själv.

Buddhismens utbredning

De flesta av världens **knappt 500 miljoner** buddhister lever i östra Asien. Mindre grupper av buddhister finns i Amerika, Europa och Afrika.

Synen på Gud och människan

Buddha ansåg att det finns gudomliga väsen, men att dessa inte är tillräckligt mäktiga för att hjälpa människan, alltså är det ingen idé att be eller offra till dem.

För att människan ska slippa återfödelse och nå **nirvana** (evig frid) kan människan följa Buddhas väg, det spelar alltså ingen roll vilken kast du tillhör.

Människans liv och återfödelse bestäms av hennes **karma**. God karma ger ett lyckligt liv, ond karma kan få olyckliga följder.

Enligt buddhismen finns det ingen odödlig själ (hinduismens *atma*) som återföds i en ny kropp, det som återföds är summan av dina handlingar – alltså din karma.

Hur budskapet uppfylls

Buddha sammanfattade läran i fyra punkter – **de fyra ädla sanningarna**:

Sanningen om lidandet – människans liv är fyllt av lidande.

Sanningen om lidandets uppkomst – orsaken till människans lidande är hennes livstörst, alltså hennes begär.

Sanningen om befrielse från lidandet – lidandet kan upphöra genom att arbeta med att hejda sina begär.

Sanningen om den åttafaldiga vägen – vägen till befrielse och som leder till nirvana.

Den åttafaldiga vägen innehåller: rätt kunskap, rätt beslut, rätt tal, rätt handlande, rätt liv, rätt strävan, rätt tänkande, rätt meditation.

I sitt dagliga liv ska en buddhist följa Buddhas **fem moralregler**:

- ❖ Inte skada eller döda
- ❖ Inte stjäla
- ❖ Inte vara otrogen
- ❖ Inte ljuga
- ❖ Inte använda droger

Genom att leva efter Buddhas moralregler och den åttafaldiga vägen kan man nå nirvana, som också betyder *utslocknande*.

Riktningar

Theravada – sydbuddhism (ex: Thailand, Vietnam, Kambodja, Burma)

Kallas också för ”de äldstes lära”, och *hinayana*. Theravadabuddhister lever efter Tipitaka, en religiös skrift som nedtecknades strax före år 0. Theravadabuddhister anser att endast munkar och nunnor kan nå nirvana.

Mahayana – nordbuddhism (ex: Vietnam, Sri Lanka, USA)

Mahayana betyder ungefär ”stor farkost”. Mahayanabuddhister tror att *alla som vill* kan nå nirvana, och det betyder också att alla kan bli en buddha.

Högtider

Vardag: Det finns inga krav på att man ska hålla gudstjänster, det viktiga är att man lever gott. Många skänker mat, kläder, mediciner och annat till munkar och nunnor. Många har också en buddhastaty hemma som man tänder rökelse kring och mediterar.

Fest: Ceremonier finns vid t.ex. födelse, giftermål och begravning. Dessa ceremonier ser dock olika ut beroende på i vilket land man är då Buddha inte krävde speciella ceremonier.

Högtider: Firas till minne av Buddhas födelse, upplysning och död. I Sri Lanka exempelvis firas dessa tre samtidigt och kallas för wesak.

Vem är buddhist?

För att följa Buddha och bli munk eller nunna ska man uttala tre meningar, *de tre tillflykterna*, som kan liknas vid en trosbekännelse:

- ❖ Jag tar min tillflykt till *buddha*
- ❖ Jag tar min tillflykt till *dharma* (läran)
- ❖ Jag tar min tillflykt till *sangha* (munk- och nunneförsamlingen)

Nuförtiden kan en buddhist gå till klostret för att bekänna sin tro. Där knäböjer man framför en buddhastaty och en munk sjunger de tre tillflykterna som man sedan upprepar.

Man kan också uttala de tre tillflykterna själv och om man gör det på ett uppriktigt sätt är man buddhist. Man ska också göra sitt allra bästa när det gäller att följa moralreglerna och den åttafaldiga vägen.