

Forfatter:
Fie Sørensen
Tunie Larsen



BUDDHISME

Buddhisme

Begreber

Buddha

En titel
Den første oplyste kom til at hedde Buddha.
→ Siddharta Gautama opnåede Buddha status.

Bodhisattva

Oplyst der er blevet genfødt.

Energi

Alt er energi, og mængden af energi er konstant - ingen energi forsvinder.
Alt er energi → energi genfødes i en ny form.
→ Selvom en person dør, vil energien stadig være der, bare i en anden form.

Karma

Betyder "gerninger føder".
Alle gerninger føder en handling.
→ En handling kræver en modhandling.
Gode handlinger medfører godt og omvendt.
God karma sikrer en bedre genfødsel.
Dårlig karma risikerer en dårlig genfødsel
→ fx at blive genfødt som et dyr.
- Forudsætning for IKKE at blive genfødt er, når ens karma går i nul.
Karma former menneskelivet.

Samsara

Genfødslernes cyklus = Livshjulet
Samsara er stedet hvor genfødsel sker.
Man ønsker at komme ud af Livshjulet/Samsara, så man ikke bliver genfødt
→ for at opnå Nirvana.

- Karma og Samsara hænger sammen, fordi karma medfører genfødsel i Samsara

Nirvana

Mental tilstand/stadie.

Her er man, når man er død og ikke bliver genfødt igen.
→ Man er således frelst og ude af alle lidelser.
• Man bliver ét med helheden, kosmos og med den højere åndelige bevidsthed.
Det er umuligt at forstå, hvad nirvana er, fordi efter buddhisternes virkelighedsopfattelse lever almindelige mennesker i en illusion om at være begrænset af det fysiske, forgængelige legeme.
→ Denne erkendelse opnås gennem erfaring og ikke gennem tænkning eller tro.
Ved hjælp af genfødsler i Samsara kan man opnå højere og højere stadier, hvor man til sidst kan nå til erkendelsen/oplysningen.

Mara

Dæmonagtigt væsen, en personifikation af det onde, der med alle midler forsøger at hindre Buddha i at opnå den fuldkomne erkendelse

→ Han holder Samsara/Livshjulet

- Før man kan komme til nirvana møder man ham og han vil så spørge "Hva - det der tv der, - skal du ik ha det?" Og her skal man jo så være i stand til at modstå begæret, som er en af de tre rodårsager

Mantra

Brugen af hellige ord og sætninger

Mandalaer

Billedlig fremstilling af universet bygget op omkring en kosmisk Buddha.

Tulkuer, lamaer

Religionens hellige mænd. Åndelige leder som bliver genfødt til et nyt liv som børn.

Børnene bliver opdaget ved hjælp af spådomskunst (divination) og bliver så opdraget til rollen som ny leder (tulku/Lama)

Dalai Lama

Opfattes som en reinkarnation af bodhisattva 'Avalokitesvara'.

→ Af Mahayanaerne anses han som den mest populære hjælper for menneskene

De 3 rodårsager

Begær (Hanen)

Had (Slangen)

Uvidenhed (Grisen)

- Afbilledet i centrum af Samsara, hvor dyrene bider hinanden i halen
- *Uvidenhed* skaber et kunstigt *begær* om et eller andet (alting), og *hadet* kommer mod alt der står i vejen for begæret.

Buddhalegenden - Kort fortalt

Guderne beder Siddharta Gautama om at blive genfødt på jorden.

- Han bliver født som prins.
- Han bliver opfostret inde på slottet og møder ikke omverdenen.
- Guderne sender 4 syn til ham → gammel, syg, død mand og derefter en munk
→ Siddharta vælger at blive munk
→ Siddharta forlader slottet og faster i forsøget på at opnå oplysning.
→ Besvimer af udmattelse.
→ Han går herefter ud og tigger om mad nok → ikke for meget og ikke for lidt
→ Han mediterer i 6 år for at opnå oplysning.

Forfatter:

Fie Sørensen

Tunie Larsen

5. Skandhaer

1. **Legemlig form** → Det legemlige og sanselige
2. **Følelser** → Alle reaktioner eller følelser, der stammer fra sanseindtryk eller som skyldes indre årsager
3. **Forestillinger** → Tankemæssige forestillinger og fantasier
4. **Viljesyringer** → Handlinger
5. **Bevidsthed** - (Den vigtigste skandha) → Erkendelse.
→ Den samordner og kombinerer alle de andre funktioner

4 hellige sandheder om lidelsen

1. **Den hellige sandhed om lidelsen** - Tilværelsens fundament.
2. **Den hellige sandhed om oprindelsen** → Livstørsten og begæret
3. **Den hellige sandhed om ophør** → At komme ud over livstørst og begær
4. **Den hellige sandhed om vejen til lidelsens ophør** → Middelvejen

Den 8-ledede vej/Middelvej

1. **Den rette anskuelse** → Erkendelse af de 4 sandheder
2. **Den rette beslutning** → Beslutning om at slukke skandhaerne
3. **De rette ord** → Få kontrol med, hvad man siger, så begæret ikke er styrende
4. **Den rette handlemåde** → At handle efter de 4 ovenstående
5. **Den rette levemåde** → Hvor hele livet er underlagt bestræbelsen på at tøjle begæret
6. **Den rette stræben** → Viljen og bevidstheden (4.+5. Skandha) rettes mod karmaen, i et forsøg på at få den vendt til det bedste
7. **Den rette tanke** → Træden tilbage i sindet for at iagttage de tre laveste skandhaers begær efter verden
8. **Den rette selvforydelse** → består i en bevæge op gennem fire niveauer af trancer. Målet i den 4. trance er at kunne være tilstede i livets evige strøm, i dets sande væsen.

Man kan kun komme til den 8 ledede vej, hvis man har forstået/erkendt de 4 hellige sandheder om lidelsen.

I løbet af den 8 ledede vej, slukker man for skandhaerne og samler dem i bevidstheden, så er man ikke længere afhængig af modsatrettede bevidstheder/følelser.

Så bliver alle de andre skandhaer samlet i bevidstheden.

Den 8-ledede vej er stadiemæssigt opbygget, ikke kronologisk (Trappe/Op-Ned)

→ Man slukker for skandhaerne én efter en

12-leddede årsagskæde/Betinget samopståen

Den beskriver grunden til vores eksistens.

Den søger, at klarlægge hvorledes individuel lidelse opstår samt hvordan man får bragt den til ophør.

Hemmeligheden bag årsagskæden er karmaprocesen.

I karmaprocesen er hvert led et resultat af det foregående led og selv medvirkende til det næste led.

I den klassiske fremstilling af den gensidige afhængighed mellem årsag og virkning indgår der 12 led.

Leddene er konkrete årsager, der holder skabninger fast i karma og samsaras lænker.

- 1. UVIDENHED** → gør os blinde, så vi styres af vores begær og had. Derved skaber vi
- 2. KARMISKE DANNELSER** → i gennem vores handlinger, der giver os personlighed og
- 3. BEVIDSTHED** → der omhandler det 'at være til', og vi kan ikke eksistere uden at have en
- 4. SIND-KROP-KOMBINATION** → Denne "sind-til-krop-funktion" gør samspillet mellem krop og psyke mulig, men dette kan ikke gøres uden
- 5. DE SEKS SANSER** → der gør det muligt for os at tænke, se, smage, lugte, føle og høre verden omkring os. Dette skaber behovet for
- 6. KONTAKTEN** → med genstande og med andre mennesker og som en naturlig reaktion på dette opstår der
- 7. FØLELSER** → Behagelige følelser medfører
- 8. LIVSTØRSTEN** → som så igen medfører en
- 9. KLYNGEN SIG TIL** → ting, der vedholder livets bånd. Denne vedhængen fører til en ny
- 10. TILBLIVELSE** → (-proces) i enten den formløse verden, begærverdenen eller i formverdenen. Denne proces fører til
- 11. (GEN)FØDSEL** → og en sådan vil jo i sidste ende altid medføre
- 12. DØDEN** → der som det 12. led slutter kæden

Den 12-leddede årsagskæde er den yderste ring i Livshjulet.

For at bryde årsagskæden, og dermed et liv i lidelse samt fastholdelsen i samsara, må man først komme uvidenheden til livs.

Dette sker ved erkendelsen af de fire ædle sandheder, som også er det første trin på den otteleddede vej.

NB! *Det tager sig ud, som om det efterfølgende led opstår som en virkning af det foregående, en kæde af årsag-virkning. Dette er imidlertid ikke rigtigt. De 12 led opstår samtidig, og de betinger gensidigt hinanden, hvilket kan ses deraf, at man lige så godt kan læse årsagskæden bagfra.*

10 forskrifter

Første 5 gælder for alle mennesker, de 10 for alle munke.

Gælder det tibetanske munkeliv - kaldet Sangha.

- Ikke dræbe noget levende væsen.
- Ikke stjæle.
- Ikke hore
- Ikke lyve
- Ikke drikke euforiserende drikke eller tage stoffer.
- Kun spise på aftalte tider.
- Ingen underholdning.
- Ingen forfængelighed
- Ydmyghed.
- Ingen griskhed.

Theravada

- Theravada betyder den ældste lære.
- Mest udbredt i Sri Lanka og Burma
- Det er den der er mest kendt og udbredt i Vesten pga. kolonierne i 1500-tallet
- Munkene mener at det er den rene og uforfalskede lære.
- Den eneste tro inden for Buddhismen, som ikke har ændret sin retning gennem tiden.
- Det er den første retningslinje inde for Buddhismen, som de andre retninger udspringer ud fra.
- Det er den ældste og eneste overlevende af de gamle Hinayanaskoler. (Hinayana retningslinje).
- Denne gren inde for Buddhismen anses for at være en mellemting mellem psykologi og filosofi (Dette stammer fra en palæstinensisk-amerikansk litteraturforsker, som har analyserede Østens kulturer og religioner)
- I denne tro spiller kongefamilien i stor grad en central rolle.
- Det er den Sydlige del af Østen, hvor denne tro er mest udbredt.
- Det er hovedsagelig en munkeorden med den ophøjede arhat-munk som forbillede.
- Arhat munk:
De er dem som har opnået det højeste niveau en elev af Buddha kan nå. De kan ikke blive genfødt igen. Man er en Arhat munk fra man er blevet oplyst til man dør. De giver inspiration til efterfølgerne, og er de bedst kvalificeret til at hjælpe andre på vejen til Nirvana.

I Dag

- Er troen blandet med Hinduisme i Sri Lanka og Burma.
- 150 mio. følger denne trosretning i dag

Mahayana - "Det store fartøj"

- Den største retning
- Tilhører det centrale og østlige Asien
- Etableret i Nordvestindien i tidsrummet 100 f.v.t til 100 e.v.t
→ Har dog rødder meget længere tilbage i tiden
- Det opstod som følge af en bølge af nye udviklinger, som oversvømmede en række skoler inden for buddhismen
- Fik sit første billedsprog i Gandhara (nuværende Afghanistan)
- Her blev de første statuer af Gautama Buddha og andre buddhaer fremstillet
- De mener alle kan blive Buddhaer og dermed opnå nirvana eller blive en Bodhisattva og blive genfødt og hjælpe andre til at blive oplyst.
- Målet er at erkende alttings tomhed.
- Mahayana-tilhængerne giver de ortodokse skoler prædikatet *hinayana* 'det lille fartøj', dvs. vejen til frelse for de få.
→ Formålet med at opnå indsigt og erkendelse er i de ældre skoler at blive en *arhat*, en hellig, der stiler efter at indgå i nirvana, dvs. en person, der kun tænker på sin egen frelse.

Nagarjuna

- Filosof - 100-200 e.v.t
- I hans madhyamika (læren om middelvejen) ophæver han den fundamentale modsætning mellem samsara (genfødslernes verden) og nirvana (genfødslernes ophævelse)
- Han mener de to ting er identiske med hinanden, fordi de betinger hinanden
- Indsætter sunyata (det tomme), som det eneste med virkelig eksistens
→ Dette gør at buddhister ikke længere nødvendigvis undgår fænomenernes verden
- Opfattelsen af livet her og nu mildnes

Yogacara

- Meditationsskole
- Hævdede lignende argumenter (som Nagarjuna)
- Tildelte dog bevidstheden den eneste virkelige eksistens

Folkelig retning

- Bygger på frelserguden Amitabha Buddha
- Den brød med den klassiske karma-samsara-lære
- Amitabhas tidligere eksistens som bodhisattvaen Dharmakara havde så mange overskydende gode gerninger
→ Dette gør at alle mennesker ved at tro på Amitabha, bliver frelst til det vestlige paradis, Det Rene Land, hvorfra nirvana opnås

Hellige skrifter

- Sutraer (sanskrit for snor af regler)
→ Hver retning fremhæver sine sutraer
- Fællestræk er det vigtige begreb upaya (nyttigt middel)
- Mahayana-buddhismens vigtigste sutra er Lotus-sutraen

Vajrayana - (Diamantfartøjet)

- Vajrayana kaldes den Tibetanske Buddhisme.
- Den opstod pga et religiøst møde i det 7-århundrede i Tibet, mellem Buddhisme og den Tibetanske Bön-religion, med noget shamanistisk påvirkning.
- Her bliver den nye religion til en statsreligion i det 8. århundrede, de tibetanske munke får en del klostre og magt i landet (Tibet).
- Vajrayana er præget i sin lærer af madhyamika og af meditationspraksis
- **Mantra** - brugen af hellige ord og sætninger
- **Mandalaer** - Billedlig fremstilling af universet bygget op omkring en kosmisk Buddha. Brugen af Mantra og mandala
- **Tulkuer, lamaer** = religionens hellige mænd, åndelige leder som bliver genfødt til et nyt liv som børn. Børnene bliver opdaget ved hjælp af spådomskunst (divination) og bliver så opdraget til rollen som ny leder (tulku/Lamaer)
- **Dalai Lama** opfattes som en reinkarnation af bodhisattva *Avalokitesvara*
→ af Mahayanaerne anses han som den mest populære hjælper for menneskene
- Den Tibetanske buddhisme bliver i dag primært praktiseret i Tibet, Mongoliet og Bhutan og i nogle af nabo områderne af omkring 6 millioner følgere.

Model 1: De 7 dimensioner (Buddhisme)

	Navn for dimension	Forklaring	Eksempler	Buddhisme
1.	Den rituelle og praktiske dimension	Formelle og uformelle ritualer, skikke og vaner	Bøn, ofringer, Overgangsritualer	Meditation?
2.	Den oplevelsesmæssige og emotionelle dimension	Almindelige og ualmindelige religiøse oplevelser, psykologisk set	Mystik, ekstase, besættelser, ud af kroppen-oplevelser	Meditation?
3.	De mytiske og narrative dimension	Hele fortællesiden af religionen, myter, legender, religiøse beretninger osv.	Skabelsesmyter, legender, helgenbiografier	Buddhalegenden
4.	Den dogmatiske og filosofiske dimension	systematisering af religionens lære. Intellektuelt bearbejdet	Filosoffer og teologers kommentarer til de hellige skrifter og prædikener	Dalai Lama?
5.	Den etiske og juridiske dimension	Grundlæggende etiske regler. Retningslinjer for den enkeltes livsførelse og for samfundets indretning	De 10 bud Den gyldne regel Sharia	4 hellige sandheder 5 skandhaer 8-ledede vej 12-ledede årsagskæde De 10 forskrifter
6.	Den sociale og institutionelle dimension	Religionernes interne organisation og dens samspil med det omgivende samfund. Regler for autoritet/rangorden	Kirkens organisation Sangha - Den buddhistiske munkeorden	Munkeordener
7.	Den materielle dimension	Religionens udtryk i geografi, bygninger, genstande og kunst	Hellige steder; kirker, moskeer. Udsmykning, billeder, statuer	Templer Buddhastatuer?

Forfatter:
Fie Sørensen
Tunie Larsen



A soul can take one of two paths: the light path leads to auspicious rebirths until final liberation, the dark to poor rebirths and hell.

The outer ring illustrates the 12 factors that determine karma, including spiritual awareness (a blind man with a stick) and acts of volition (a potter molding pots)

The Inner Wheel depicts the six realms into which beings can be reborn - gods, demigods, humans, animals, ghosts, and demons.

At the axle the three evils, a snake (anger), a pig (ignorance), and a cockerel (desire), eternally chase each other's tails.

