

Buddhismen 1



Buddhismen



**500 miljoner
anhängare**

Buddhismen

- **Förekommit en spådom:**
Han kunde antingen bli rik och ha materiell framgång, eller bli en vis man och fattig. Men om han skulle nå framgång i världen, måste han skyddas från grubblande och djupsinniga tankar.
- Han omgavs därför med lyx, och hade allt en människa kunde önska sig.



Buddhismen

- Han omgavs därför med lyx, och hade allt en människa kunde önska sig.
- En dag så lämnade han dock palatset och fick möta **fyra män.**

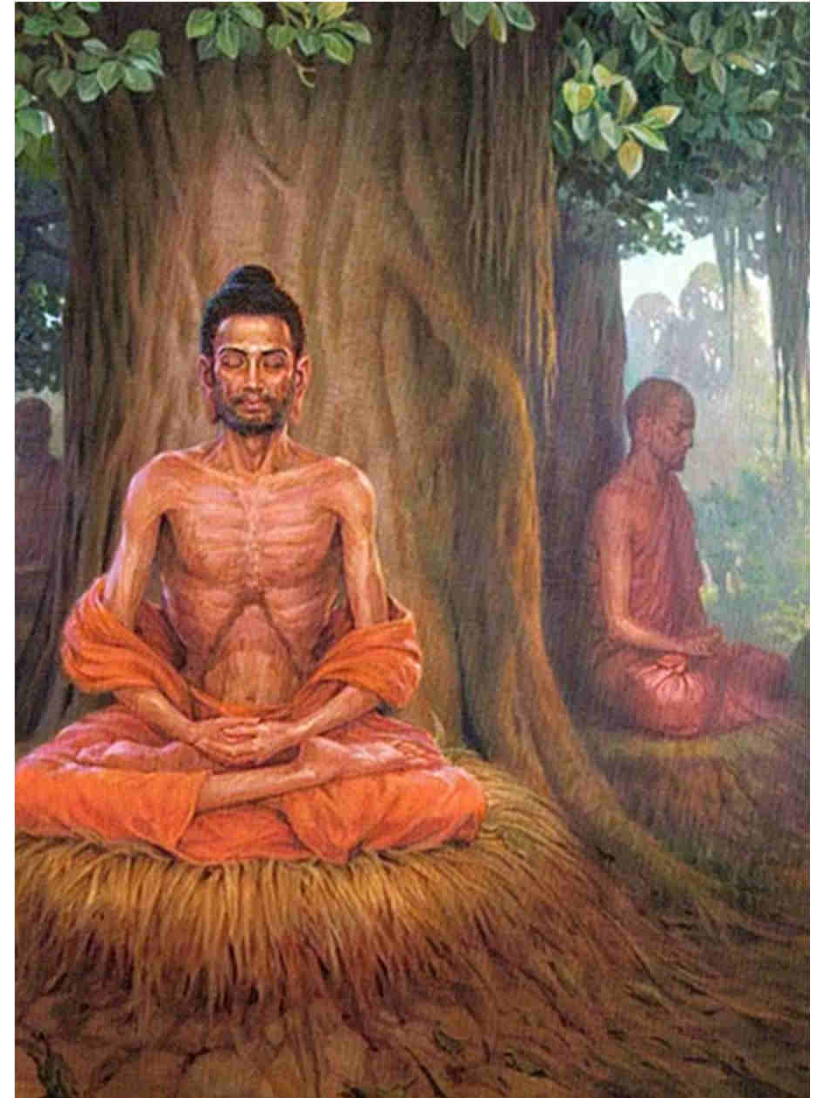
En gammal, en sjuk,
en död och en
lycklig asket.

**Starkt intryck på
honom.**



Buddhismen

- Han lämnade då allt han hade, och **levde i askes.**
Det betyder att han underkastade sig sträng fasta och uppådade alla sina krafter för att nå fram till det som kunde ge honom frid och frihet.
- Ändå nådde han inte fram.
Varken överflöd eller fattigdom och askes kunde ge honom det han strävade efter.



Buddhismen

- Han övergav också askesen. Plötsligt, när han satt under ett träd och mediterade kom han till insikt. Han blev en buddha – en upplyst.
- **Det är detta tänkande som ligger i centrum i buddhismens lära.**
Rikedom ger inte det vi egentligen vill ha, men att avstå från rikedom ger det inte heller.
Bådadera leder fel.



Buddhismen

- Siddharta Gautama, som kallas Buddha, talade istället om **medelvägen**. Men medelvägen är inte en kompromiss mellan askes och överflöd. Istället är det **en radikalt ny väg. FRIHETENS VÄG**.
- **Frihet handlar inte endast om detta livet.**
Frihet handlar också om att bli **fri från** kretsloppet, den eviga **återfödelsen - samsara**
Den som blir upplyst uppnår nirvana – ett tillstånd av frihet och frid.



Buddhismen

- Frihet handlar inte endast om detta livet. Frihet handlar också om att bli fri från kretsloppet, den eviga återfödelsen.

Den som blir upplyst uppnår nirvana – ett tillstånd av frihet och frid.

- När den ursprunglige Buddha kom till insikt, började han **predika för andra.**

Till skillnad från hinduismen är Buddhismen en tydligt

MISSIONERANDE

religion.

- Förklarade då om de **Fyra ädla sanningarna**



De fyra ädla sanningarna

1. Sanningen om lidandet - *Dukkha*

Allt är lidande eftersom allt är förgängligt.

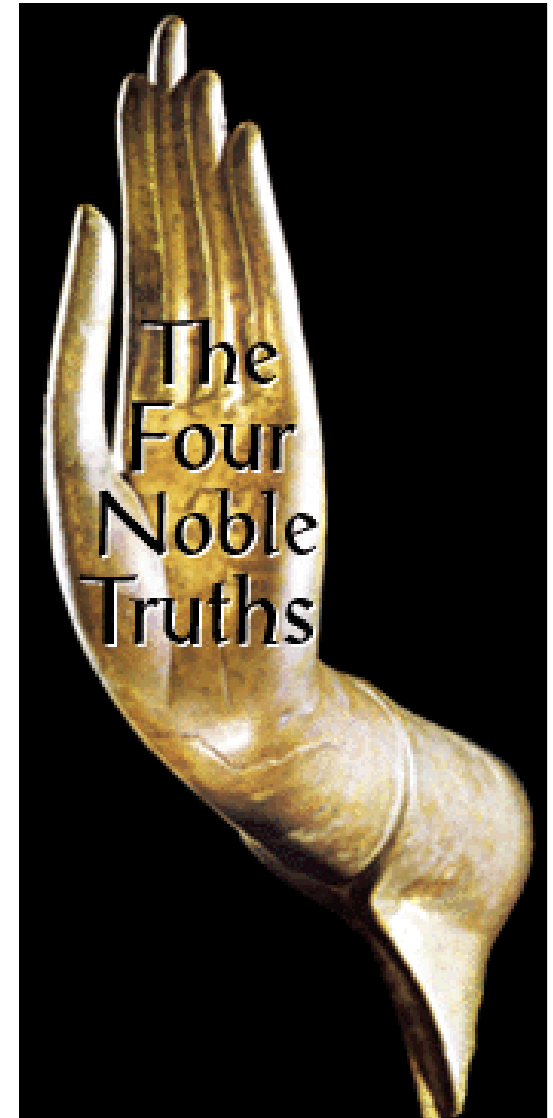
Livet är dukkha, det är obeständigt, osäkert och ger ingen varaktig ro.

För Buddha handlar det om att man genom att försöka hålla fast vid livet också **binder sig vid *samsara*, det eviga kretsloppet.**

2. Sanningen om livstörsten (eller begär)

Livstörsten är just vårt behov av att hålla fast vid saker och materiella ting och söka efter njutning.

Livstörsten/begäret ligger i alla människor.



De fyra ädla sanningarna

1. **Sanningen om lidandet – *Dukha***
2. **Sanningen om livstörsten (begär)**
3. **Sanningen om att släcka livstörsten**

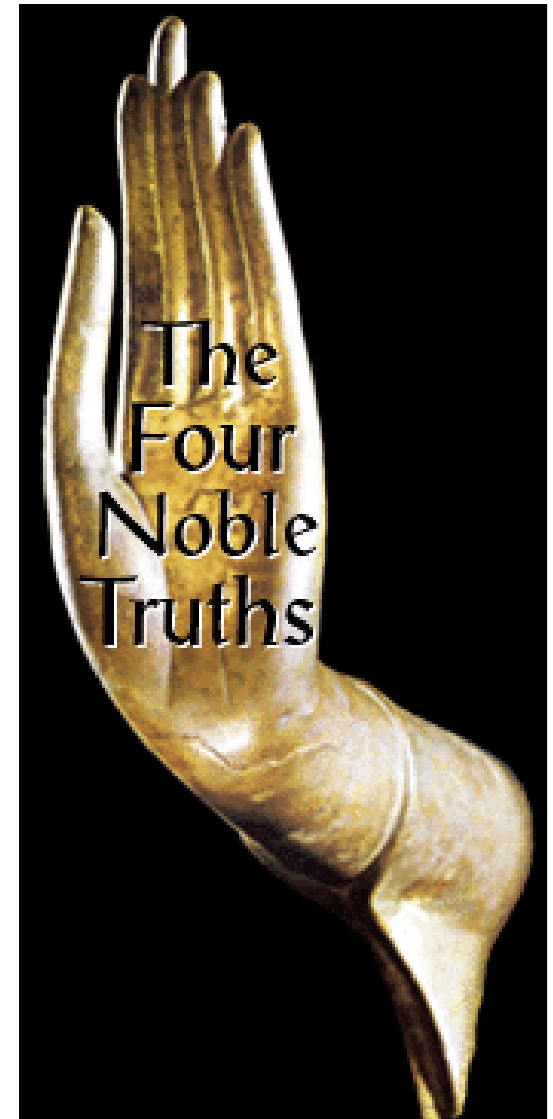
Det är själva livstörsten som är problemet.
Livstörsten måste släckas för att man ska bli fri.

4. **Sanningen om den åttafaldiga vägen**

Insikten eller upplysningen kan man inte bara fundera sig fram till.

Men det finns en väg som kan nå fram till upplysningen.

Genom att följa den åttafaldiga vägen kan man nå fram till frigörelse från samsara (återfödelse).



INSTUDERINGSFRÅGOR TILL BUDDHISMEN

1. Berätta kortfattat om de händelser du anser viktigast i Siddharta Gautamas liv, förklara hur du tänker.
2. Ange innebörden av dukkha och ge exempel på vad dukkha är.
3. Vilka är de fyra ädla sanningarna?
4. Hur ser du på tanken kring Buddhismens syn på "begäret"?

Utgå från lektionen och Digilär



Den åttafaldiga vägen

1. Rätt förståelse

Kunskap och förståelse för de fyra ädla sanningarna

2. Rätt tanke

Frihet från hat, begär och ondska

3. Rätt tal

Inte ljuga, förtala, svära, eller tanklöst pladder

4. Rätt handlande

Inte skada eller döda andra levande varelser (djur eller människor). Kallas för **Ahimsa**.

Inte heller stjäla eller missbruka sex.

5. Rätt yrke och livsföring

Inte arbeta eller befatta sig med sådant som skadar andra – såsom vapen, droger, kött eller bedrägeri.

Wisdom

1 & 2

Morality

3, 4 & 5

Concentration

Den åttafaldiga vägen

1. Rätt förståelse

2. Rätt tanke

3. Rätt tal

4. Rätt handlande

5. Rätt yrke och livsföring

6. Rätt strävan

Sträva efter att föra fram det goda och hindra att ondska uppstår. Få kontroll på tankar och känslor.

7. Rätt uppmärksamhet

När det kommer till kropp, sinne och känslor.

8. Rätt koncentration/meditation

Klar uppmärksamhet på sinnet

En metod för att uppnå detta är meditation.

Wisdom

1 & 2

Morality

3, 4 & 5

Concentration

6, 7 & 8

Sammanfattning av lektionen

<https://www.youtube.com/watch?v=eYKdEnEqfQQ>

