

BUDDHALAISUUS EL

Buddhalaisuus on itämainen elämänfilosofia. Se on yhdistelmä hengellisiä ja filosofisia käsityksiä. Buddhalaisuuden perusajatuksia ovat yksinkertaisia ja käytännönläheisiä, jossa kaikki on muutosta ja epävarmuutta, ja täydellinen onnellisuus on mahdollista löytää pääsemällä irti ahdistuksesta ja luopumalla kaikesta turhasta.

Teksti ja grafiikka **Harri**

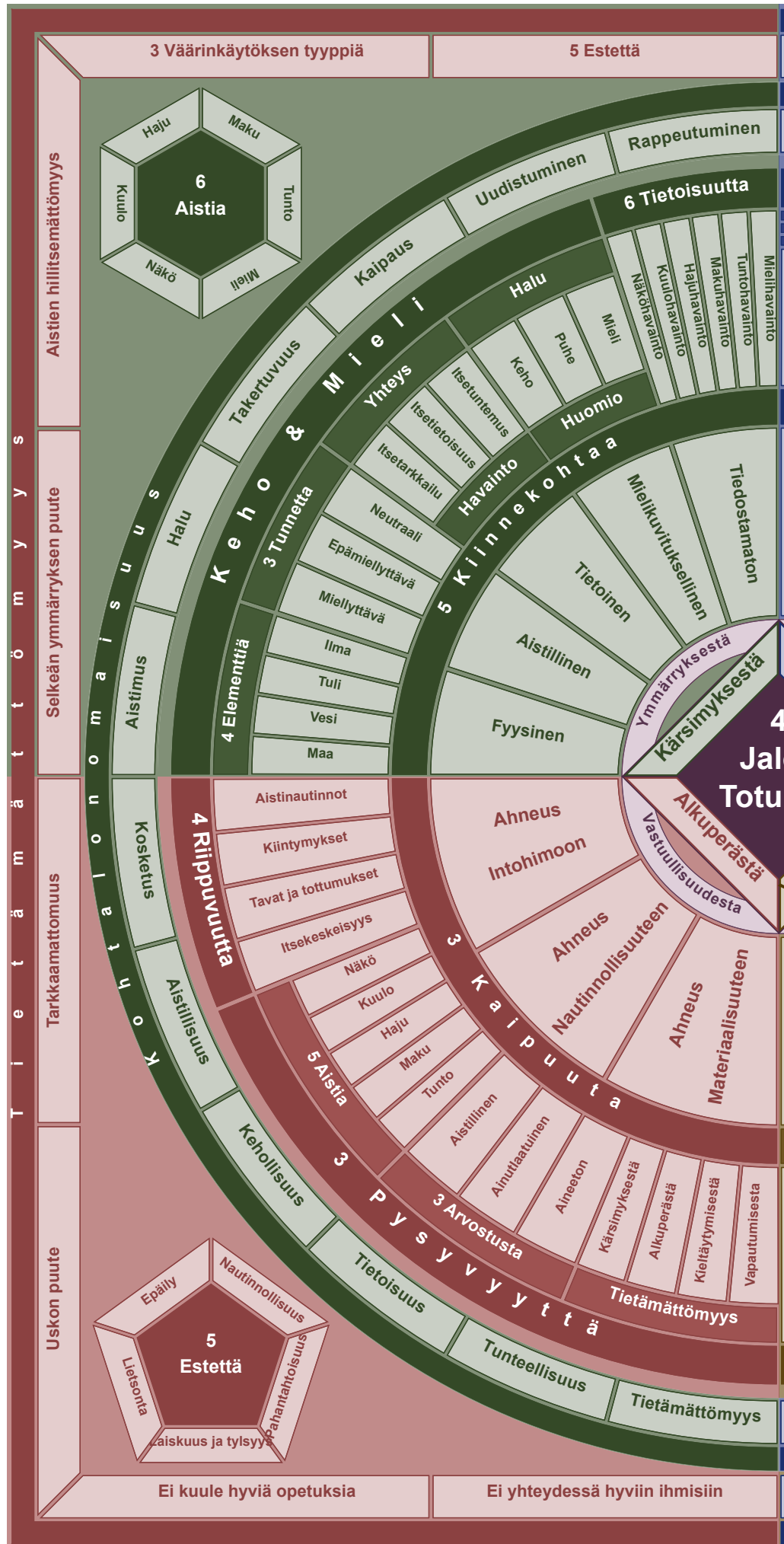
Buddhalaisuuden tavoitteena on täydellisen vapautumisen saavuttaminen, joka toteutuu kolmen askeleen kautta: oppimisesta, harjoittamisesta ja vapaaehtoisesta luopumisesta.

Buddhalaisen elämänfilosofiassa on neljä totuutta, jossa 1) kärsimys elämässä johtuu 2) halusta ja ahneudesta (alkuperä), mutta päättyy 3) niistä kieltäytymiseen. Luopuminen kaikesta turhasta 4) vapauttaa (oikea polku) lopulta kärsimyksestä.

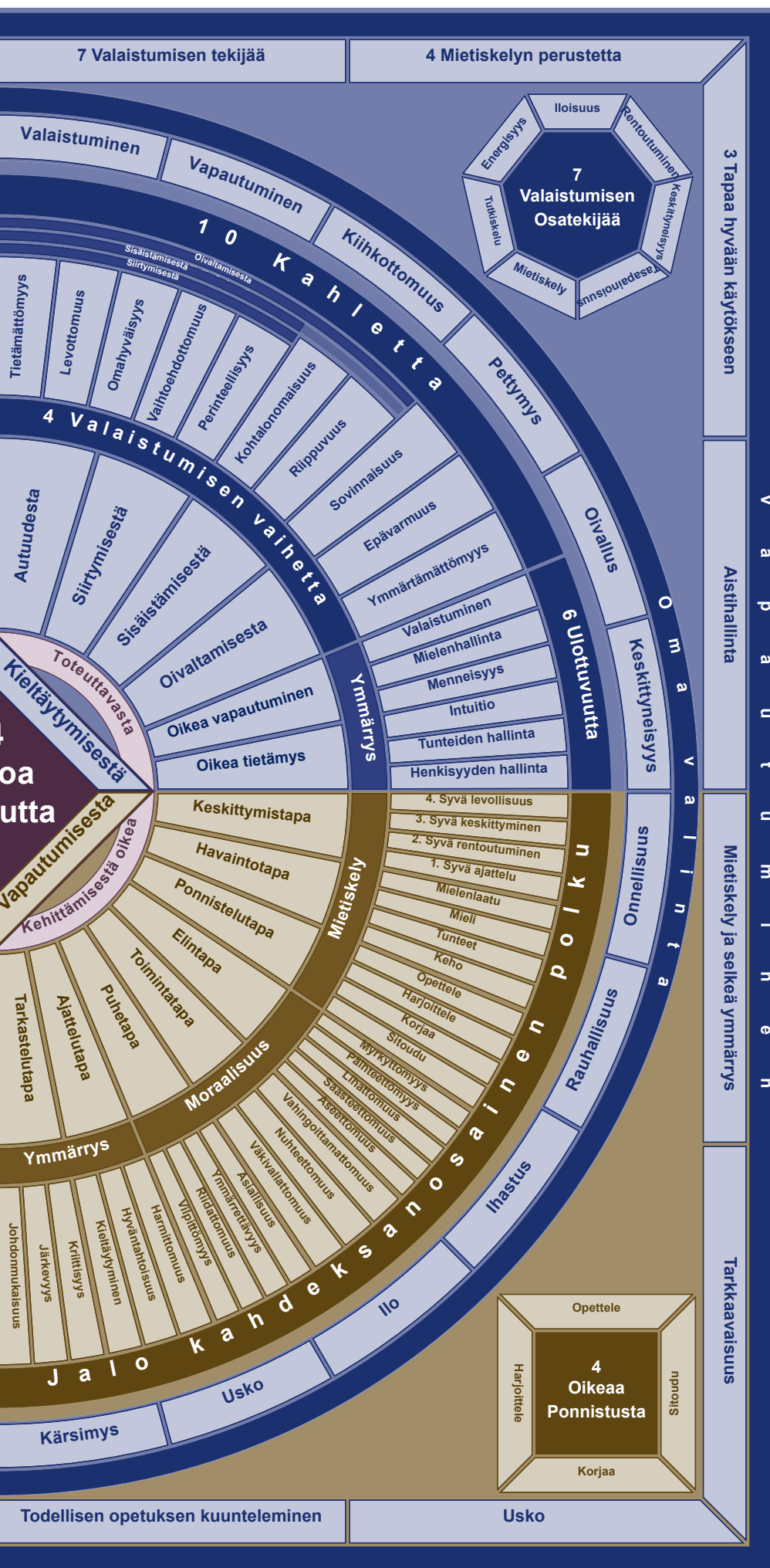
Buddhan opetuksia neljästä jalosta totuudesta voi verrata myös lääkäriin, joka diagnosoi sairauden ja määrää hoidon. Ensimmäinen totuus kertoo meille, mikä sairaus on, ja toinen totuus kertoo, mikä sairauden aiheuttaa. Kolmas totuus antaa toivoa parantumisesta. Neljännessä totuudessa Buddha lääkärinä määrää sairautemme hoidon: kahdeksanosaisen polun.

Painotus henkisessä kasvussa

Kiintymys haluamaamme johtaa meidät usein vaikeuksiin. Buddhalaisuus painottaa henkistä kasvua. Buddhalaisuus tarjoaa myös moraalisia ohjeita ja filosofisia käsityksiä, jotka ohjaavat elämää ja auttavat löytämään tasapainon ja onnellisuuden. Elämme läpi elämän takertumalla yhteen asiaan toisensa jälkeen, säilyttääksemme turvallisuuden tunteen



LÄMÄNFILOSOFIANA



itsestämme. Kiinnityimme paitsi fyysisiin asioihin myös ideoihin niistä sekä mielipiteisiin itsestämme ja ympäröivästä maailmasta. Turhaudumme kun maailma ei toimikaan niin kuin ajattelimme, eikä elämä vastaa siihen kohdistettuja odotuksia. Valaistuminen buddhalaisuudessa on olemassa olevan tila, jossa ihminen saavuttaa täydellisen ymmärryksen elämästä ja itsestään.

Länsimaisen kulutuskulttuurin vastapaino

Länsimaisista varhaisista filosofisista koulukunnista skeptisismi ja stoalaisuus lie-
nevät lähimpänä buddhalaisuuden oppeja. Väittelyjä niiden itsensä vuoksi pidetään
hedelmättömänä ja haitallisina itse totuu-
den etsimisessä. Varhainen buddhalaisuus
kiisti moninaisten kilpailevien koulukuntien
näkemykset, kun se samaan aikaan kehittyi
uudenlaiseksi filosofis-uskonnolliseksi suun-
taukseksi. Joidenkin tutkijoiden mukaan se
oli lähtökohtaisesti negatiivinen oppi, joka
keskittyi ennen muuta siihen mitä tuli hylätä,
sen sijaan että tarjoaisi uusia oppeja hyväk-
syttäväksi. Vain sellainen tieto, joka edesaut-
toi tiellä kohti valaistumista oli säilyttämisen
arvoista.

Nykyinen länsimainen elämäntyyli on läh-
tökohtaisesti suoritus- ja tavoitekeskeistä.
Buddhalainen filosofia hylkää tämän ajatte-
lumallin ja tarjoaa päinvastaisen lähestymis-
tavan. Sen mukaan kaikki ihmisen asetta-
mat maalliset tavoitteet ovat pohjimmiltaan
illuusiota. Buddhalainen filosofia haluaa toi-
mia harjoitteena elämälle ilman merkityk-
sellisyyttä ja hyväksyä tämä tosiasia. Lopul-
lisena päämääränä on valaistuminen eli tila,
jossa illusoriisten tavoitteiden saavuttaminen
on loppunut.

Lähteet: org.wikipedia.fi, YouChat,
Frank Martela, filosofi ja tutkija