

# Förena buddhisterna (BRING BUDDHIST TOGETHER)

*Författad av Tien Lai, Phat Quang tempel i Göteborg.*

*Reviderad och sammanfattad av Marie Ericsson.*

I dagsläget finns en sorts buddhism, som utövas av etniska grupper, som praktiserar en asiatisk form av buddhism. Dessa etniska asiatiska buddhister utövar ofta sin religion genom ceremonier och ritualer, men inte så mycket genom meditation.

Den andra sortens buddhism utövas av konverterade europeiska buddhister, som ofta följer en viss karismatisk asiatisk mästare, som betraktar sig som representant för en tradition, som går tillbaka till Buddha. Mellan de två grupperna finns knappast någon kommunikation eller interaktion på grund av olika attityder. I syfte att bevara sitt religiösa och kulturella arv, betonar de konverterade buddhisterna meditation och tenderar att betrakta detta som den "ursprungliga" buddhismen.

Dessutom finns också en annan grupp som utövar mantrameditation.

Men oavsett vilken grupp buddhister vi tillhör, borde vi alltid vara medvetna om några gemensamma punkter:

En anda av fri utforskning är ett viktigt inslag i buddhismen. Buddha uppmuntrar människor att själva undersöka sanningen i Buddhas läror, innan man accepterar Buddhas idéer. Buddha förväntar sig aldrig att hans studenter accepterar läran genom "blind tro" och vidskepelse, utan istället uppmuntrar han frågor och kontemplation. Buddhister litar på att man kan acceptera och praktisera den undervisning och livsstil, som man finner välgörande av egen erfarenhet, för att må bra både fysiskt och mentalt.

## **Själv tillit**

Buddhismen betonar vikten av själv tillit och individuell praktik. Det finns två huvudsakliga sätt buddhisterna fokuserar på själv tilliten. För det första realiserar varje person ett sätt att hitta vad som är orsak till lidande och uppnår glädje. Och för det andra ger varje persons handlande i nutiden en resultat i framtiden. Var och en av oss ansvarar för våra egna handlingar. Dedikation, självdisciplin och visa beslut är nyckeln till att nå mål i livet.

## **Kärleksfull vänlighet och medkänsla**

Alla levande varelser är lika mycket värda. Kärleksfull vänlighet (en mild och varm inställning till livet) tillsammans med en medkännande attityd, är de huvudsakliga sätt som buddhister inte bara accepterar andra människor, utan också alla andra levande varelser. Alla varelser, människor och djur, är en del av världen, och vi lär oss av miljön och naturen. Om människor vill leva lyckligt lär buddhismen, att vi har inflytande på allas varelser välfärd som vi delar världen med.

## **Buddhism och vetenskap**

Det finns ingen konflikt mellan vetenskapliga upptäckter i den moderna tekniska världen och den forntida Buddhas lära. Buddhister hänger med, många saker Buddha undervisade för 2500 år sedan har faktiskt bevisats av vetenskapen idag! Till exempel betydelsen av sinnets förmågor, många saker som verkade vara en utmaning för vetenskapen, såsom atomens delbarhet, relativitet i materia och energi och universums struktur, förklarades av Buddha även före vetenskapen. En buddhist ignorerar inte det faktum att vetenskapen lär oss om mänskligheten och universum, men vet att modernt tänkande ofta har uråldriga rötter.