

7 Buddhalainen elämäntapa

Sivut 72–79



Johdattavat kysymykset

- Millainen on ihanteellinen maallikon elämäntapa?
- Mikä on luostareiden merkitys buddhalaisuudessa?
- Mitä meditaatiolla tavoitellaan?
- Millaisia rittejä buddhalaisuudessa on?

Maallikon elämäntapa



- taustalla kahdeksanosainen polku ja viisi hyvän elämän ihannetta
- mielentila olennainen
- ansioiden kerryttäminen
- pyyteettömyys tärkeää
- meditointi

Luostarit



- tärkeitä hengellisyyden keskuksia
- munkeilla ja nunnilla noviisiaika
- luostariajan pituuden voi itse päättää
- kurinalainen, säännelty elämä
- huvitukset kielletty
- erilaisia luostareita: opetukseen tai sosiaaliseen toimintaan keskittyviä, meditaatioluostareita, krematorioluostareita jne.

Meditaatio



- tavoitteena tajunnantila, jossa tajuaa todellisuuden perimmäisen luonteen
- kehon hallinta tärkeää
- meditaatiotekniikat:
 - samatha-meditaatio
 - vipassana-meditaatio

Buddhalaiset riitit



- vain vähän kaikille yhteisiä riittejä
- riittejä ei pidetä tärkeinä, koska niiden katsotaan sitovan ihmistä havaittavaan todellisuuteen
- uskontunnustuksen ”Kolme jalokiveä” lausuminen tärkeää
- kotialttarit
- temppeleissä uhrataan
- ei yhteisiä siirtymäriittejä
- kalendaaririitit liittyvät Buddhan elämänvaiheisiin
- munkit hoitavat esim. nimenannon ja hautajaiset
- pyhiinvaellukset

Keskeiset käsitteet

- sangha
- punya
- noviisi
- samatha-meditaatio
- vipassana-meditaatio
- kolme jalokiveä

