Osmerostruki plemeniti put

Novogradac, Ines

Undergraduate thesis / Završni rad

2012

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **Josip Juraj Strossmayer University of Osijek, Faculty of Humanities and Social Sciences / Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku, Filozofski fakultet**

Permanent link / Trajna poveznica: https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:142:867396

Rights / Prava: In copyright / Zaštićeno autorskim pravom.

Download date / Datum preuzimanja: **2024-03-28**

FILOZOFSKI FAKULTET
SVEUČILIŠTE JOSIPA JURJA STROSSMAYERA U OSIJEKU

Repository / Repozitorij:

FFOS-repository - Repository of the Faculty of Humanities and Social Sciences Osijek

zir.nsk.hr

SVEUČILIŠTE JOSIPA JURJA STROSSMAYERA U OSIJEKU

dabar
DIGITALNI AKADEMSKI ARHIVI I REPOZITORIJI

Sveučilište J.J. Strossmayera u Osijeku

Filozofski fakultet

Preddiplomski studij: Filozofija/pedagogija

Ines Novogradac

OSMEROSTRUKI PLEMENITI PUT

Završni rad

Mentor: doc.ds.sc. Marko Tokić

Sumentor: dr.sc. Ivan Stublić

Osijek, 2012.

SADRŽAJ:

1. SAŽETAK.....3

2. UVOD.....4

3. DHAMMA.....5

4. PLEMENITI OSMEROSTRUKI PUT.....6

4.1. ISPRAVNO GLEDIŠTE.....7

4.2. ISPRAVNA NAMJERA.....8

4.3. ISPRAVAN GOVOR.....9

4.3.1. SUZDRŽAVANJE OD LAŽNOG GOVORA.....9

4.3.2. SUZDRŽAVANJE OD KLEVETNIČKOG GOVORA.....9

4.3.3. SUZDRŽAVANJE OD GRUBOG GOVORA.....10

4.3.4. SUZDRŽAVANJE OD BRBLJANJA.....10

4.4. ISPRAVNO DJELOVANJE.....11

4.4.1. SUZDRŽAVANJE OD ODUZIMANJA ŽIVOTA.....11

4.4.2. SUZDRŽAVANJE OD OTIMANJA ONOGA ŠTO NIJE DANO/KRAĐE.....11

4.4.3. SUZDRŽAVANJE OD SEKSUALNIH PRIJESTUPA.....11

4.5. ISPRAVAN NAČIN ŽIVLJENJA.....12

4.6. ISPRAVAN NAPOR.....13

4.7. ISPRAVNA SVJESNOST.....14

4.8. ISPRAVNA KONCENTRACIJA.....16

5. ZAKLJUČAK.....17

6. LITERATURA.....19

1. **SAŽETAK**

Ovaj se rad na samom početku usmjerava na neka ključna obilježja buddhizma. Razmatra se što znači da je, buddhistički gledano, najvažnije od svega prosvjetljenje. Na tom se tragu, neizostavno ukratko objašnjavaju i ključni elementi buddhizma; „četiri plemenite istine“ te „osmerostruki plemeniti put“. Shvaćanje „osmerostrukog plemenitog puta“ upravo je osnovna tema ovog rada. Buddha je naučavao taj put kao put oslobođenja od patnje. Kroz cijeli se rad pokušava dosegnuti značenje „osmerostrukog puta“ te se pokušavaju pronaći odgovori na uvodno postavljena pitanja poput toga što je osmerostruki put, te što on u sebi podrazumijeva i hoćemo li, ako slijedimo osmerostruki put, uistinu izbjeći vječnu. Do odgovora na ta pitanja nastoji se doći analizirajući i propitujući svaki od osam dijelova osmerostrukog puta.

KLJUČNE RIJEČI*: buddhizam, Četiri plemenite istine, Osmerostruki plemeniti put*

1. UVOD

Buddha, osobnog imena Siddhatha Gotama, suočen s realnošću života i patnjama kroz koje prolazi čovjek odlučio je pronaći izlaz iz te patnje. Ono što je učinio trebalo mu je pomoći da pronađe pravi put do oslobođenja od patnje. Njegovo putovanje prije prosvjetljenja bilo je ispunjeno velikim trpljenjem i askezom, pa mu se tijelo gotovo svelo na kostur. Nakon toga je uvidio da je njegovo trpljenje i odricanje bila krajnost baš kao i velika privrženost osjetilnim ugodama, kojih se odrekao. Dakle, asketski način života kojim je živio, trebao je iznaći tražene odgovore na problem patnje. No, odgovor je ležao u nekom drugom putu, putu kojeg je on nazvao srednjim putem. Za budizam je važno da čovjek do prosvjetljenja dođe vlastitim silama i snagama, kao što je to i sam Buddha dosegao. Ono što predstavlja prekretnicu i bitnu značajku Buddhina učenja jest njegovo otkriće „Četiri plemenite istine" te „Osmerostrukog plemenitog puta". Prva se plemenita istina, (Pāli: *dukkha*), odnosi na spoznaju patnje; Druga plemenita istina, odnosi se na nastanak patnje, a patnja i sve postojanje ima izvor u želji i neznanju, što uzrokuje ponovno rađanje. Treća se plemenita istina odnosi na okončavanje patnje, odnosno, odnosi se na gašenje želje, svake žudnje i strast, što nas onda spašava od patnje i ponovnog rođenja. Četvrta plemenita istina predstavlja put do oslobođenja od patnje[1]. To je ustvari srednji put, osmerostruki put, koji predstavlja vječno oslobođenje od patnje. Cijelo učenje budizma, vezuje se upravo uz četiri plemenite istine te uz osmerostruki put. Na samrti je rekao slijedeće riječi: *„Što god je rođeno, nosi u sebi sjeme smrti. Dođi do svog spasenja ozbiljnim zalaganjem"* No, što ustvari znači dosegnuti taj put, kako da dođemo do njega, kako da ostvarimo dobar život vrijedan življenja? Od kojih je sve dijelova sastavljen osmerostruki put? Znači li to, da kada dosegnemo četvrtu plemenitu istinu i spoznamo osmerostruku stazu, da ćemo uistinu izbjeći vječnu patnju? Pokušat ćemo odgovoriti na ova pitanja baveći se posebno svakim od osam dijelova osmerostrukog puta.

[1] Rahula, W., *What the Buddha Taught*, Bangkok, 1995., str. 16

3. DHAMMA

Buddha je svoja postignuća pripisivao samo i isključivo ljudskom trudu i inteligenciji. U središtu učenja se nalazi pročišćenje uma koje oslobađa od patnji. Buddha je za vrijeme života poučavao ljude i ohrabrivao ih da pokušaju vježbu koja vodi do oslobođenja, jer se jedino čovjek možeo osloboditi od vezanosti ovoga svijeta[2]. Buddha za sebe kaže da je on bio samo i isključivo čovjek, samo „budniji" od ostalih. Prvi među jednakima. Uspoređuje sebe sa lopočem, jer, iako je izrastao u vodi, izdiže se iznad površine vode netaknut njome. Isto tako je i Buddha rođen na ovome svijetu kojeg je nadvladao. Buddhino se učenje smatra miroljubivim, vankastinskim i vansektaškim. Ono je konstantno u borbi protiv okrutnosti, fanatizma i praznovjerja primitivnih politeističkih religija toga vremena. Tri su vrste znanja dhamme: znanje dobiveno učenjem, znanje dobiveno rasuđivanjem te znanje dobivenom kontemplacijom. Treća vrsta znanja uvid je u pravu prirodu stvari. Kontemplacija se mora uzdići na najviši stupanj kako bismo došli do spoznaje da se nalazimo na pravom putu do oslobođenja. [3]Buddhino učenje je sastavljeno iz dva aspekta. To su Četiri plemenite istine i Osmerostruki put oslobođenja koji je dio Četiri plemenite istine. Istine predstavljaju teoretsku osnovu učenja dok je Osmerostruki put praktični dio budizma. Buddha prioritet daje vježbi.

[2] Walpola Sri Rahula, What the Buddha Taught, Kurusapha press., Thailand, 1995. (str. 1)

[3] Čedomil Veljačić, *Budizam*, KTRZ OPUS, Beograd, 1990. (str. 11)

4. PLEMENITI OSMEROSTRUKI PUT

Plemeniti osmerostruki put ustvari jest Četvrta plemenita istina. Ona označava put do uništenja patnje i do oslobođenja čovjeka. Spas čovjek postiže osmerostrukim putem kojim u životu mora ići. Buda je naučavao taj put kao 'plemenitu stazu od osam dijelova' koja vodi do ukidanja neznanja i tame, zamućenosti uma do izbavljenja, apsolutne istine *Nibbane*. Ovaj je put oslobođen od dviju krajnosti, i time je srednji. Pa tako u jednoj krajnosti imamo potragu za srećom kroz zadovoljstvo koje nam dolazi putem osjetila, ta je potraga neprimjerena, beskorisna te karakteristična za obične ljude. S druge pak strane, nalazi se put koji podrazumijeva samoponiženje, odnosno različite oblike odricanja što rezultira bolom. S onu stranu tih krajnosti rađa se osmerostruki put, kao sredina, kao plemenitost i vrlina koju treba slijediti[4].

Osmerostruki plemeniti put sastoji se od:

1. Ispravno gledište
2. Ispravna namjera
3. Ispravan govor
4. Ispravno djelovanje
5. Ispravan način življenja
6. Ispravan napor
7. Ispravna svjesnost
8. Ispravna koncentracija

Prvi njegov korak je Ispravno gledište, što podrazumijeva jasno shvaćanje i prihvaćanje četiriju plemenitih istina. Ne može se kretati putem oslobođenja, ako se ne shvati dobro Buddhin nauk. Potrebno je shvatiti pravu narav postojanja tj. razumijeti da je patnja vezana uz gledište o postojanju trajnog i nezavisnog jastva. Drugi dio je Ispravna namjera, koji označava stav dobre volje, izbjegavanje putenih želja, mržnje i zlobe. Treći dio je Ispravan govor, tj. onaj koji je mudar, istinit i usmjeren prema pomirenju. Četvrti dio je Ispravno djelovanje i obuhvaća svekoliko etičko ponašanje. Peti je dio ispravno zanimanje, odnosno način življenje, pod čime se misli da način zarađivanja za život ne smije biti štetan za druge. Šesti je dio ispravan napor, tj.

[4] Walpola Sri Rahula, *What the buddha taught,Bangkok, 1995., str. 45.*

ustrajno njegovanje dobrih poriva. Sedmi je dio ispravna pažnja tj. svjesnost, što znači pažljivo promatranje, bez popuštanja željama. Osmi je dio, ispravna koncentracija, i postiže se intenzivnom koncentracijom koja oslobađa čovjeka od svega sto ga sputava u njegovom traganju. Življenje na način osmerostrukog puta pruža metodu koja uvodi čovjeka u život dobrih djela i daje mu unutrašnji mir. Nije nužno da se ovi dijelovi puta slijede točno ovim navedenim redom, ali oni su međusobno povezani i pomažu jedni drugima u ostvarivanju te služe za ostvarenje tri elementa oslobođenja od patnja:

Etike – Ispravan govor, Ispravno djelovanje, Ispravan način življenja

Mentalna disciplina – Ispravan napor, Ispravna svjesnost, Ispravna koncentracija

Mudrost – Ispravno gledište, Ispravna namjera.[5]

4.1. Ispravno gledište

Ispravno gledište (naziva se još i ispravno razumijevanje) pruža perspektivu za etičko djelovanje. Ono je preteča cijele staze, tj. puta, vodič za sve ostale čimbenike. To nam omogućuje da razumijemo našu polaznu točku i odredište. Ispravno gledište strukturira naše percepcije, posebno naše vrijednosti kroz koje sami sebe tumačimo kao značajna bića u svijetu. Naše vrijednosti stoje u temelju naših opredjeljenja i ciljeva, i naših nastojanja da te ciljeve pretvorimo u stvarnost. Postoje dvije vrste spoznaje: površinska spoznaja te dubinska spoznaja. Površinska spoznaja bila bi ono što općenito nazivamo znanjem, shvaćanje informacija, podatka i podražaja koje zaprimamo iz vanjskog svijeta. Dok se dubinska spoznaja odnosi na neposredni uvid, odnosno na promatranje stvari u njihovoj istinskoj prirodi te ona vodi do oslobođenja od *samsare* (kruga preporađanja ispunjenog patnjom). Uvid je moguć samo kada je um slobodan od svih utjecaja i kada je razvijen putem meditacije. Ispravno gledište bavi se zakonima koji uređuju duhovni napredak i načelima koja dovode do viših i nižih stanja postojanja, te se odnosi na sreću i patnju. Druga se spoznaja bavi načelima bitnima za oslobođenje. Razvijanjem prave spoznaje koristimo našu inteligenciju, kontempliramo, razvijamo naše sposobnosti mišljenja, ali sve u vidu mudrosti, ne puke pohlepe, mržnje i sličnih sklonosti. Važan pojam koji se veže uz pravu spoznaju jest *kamma*. Riječ *kamma* znači djelovanje, ali i bitno moment volje. U buddhizmu je vrlo važna voljna radnja, jer je to volja koja djelovanju daje etičko značenje. Inače *kamma* se može manifestirati kroz tijelo, govor, ili um. Volja izražena kroz tijelo je tjelesno djelovanje; volja izražena kroz govor je verbalno djelovanje, a volja izražena planovima, idejama, namjerama je mentalno djelovanje. Razlikujemo pozitivno i negativno djelovanje koje donosi

[5] Ven. Ajahn Sumeho, *The Four Noble Truths*, Amaravati publications, Hertfordshire; [s.a.] 49 str.

kamma. Negativna *kamma* je djelovanje utemeljeno na neznanju, prijanjanju i odbojnosti, štetna je za duhovni razvoj i doprinosi razvoju patnje za nas same i za druge. Pozitivna je *kamma* utemeljena na slobodi od neznanja, prianjanja i odbojnosti te je korisna za duhovni rast i razvoj te donosi sreću za nas i druga osjetilna bića. Ispravno shvaćanje (gledište) *kamme* i njenih plodova objašnjava prednost dobrog djelovanja i postizanje ugodnih stanja *samsare*, ali sama po sebi ne dovodi do oslobođenja od patnje tj. egzistencijalnog nezadovoljstva. Moguće je da netko prihvati zakon *kamme* samo s ciljem da ostvari samsarička postignućima: ugodna samsarička postojanja ili uživanje nebeskog blaženstva u nebeskim svjetovima. Ispravo je gledište: *"[...] razumijevanje patnje (*dukkha*), razumijevanje podrijetla patnje, razumijevanje puta koji vodi do prestanka patnje."*[6]

4.2. Ispravna namjera

Drugi dio puta odnosi se na posebno svrsishodne mentalne aktivnosti i kognitivna stanja uma.[7] Iz buddhističke perspektive, svrsishodna strana uma i kognitivna stanja nalaze se u zasebnim odjeljenjima, ali se međusobno isprepliću i utječi jedna na drugu. Govoreći o Ispravnoj namjeri, možemo spomenuti i težnju, ali ovdje se težnja spominje više kao nešto pozitivno i navodi se samo kako bismo težnju mogli odvojiti od strasti i strastvenih poriva. Emocije uvelike utječu na stavove i poglede te razne sklonosti. Um onda teži tome da ih dosegne. Primjena uma koja je potrebna za dostizanje plemenitih ciljeva je ono što se podrazumijeva pod ispravnom namjerom. U principu, prava namjera znači stav dobre volje, izbjegavanje putenih želja, mržnje i zlobe. Naime, naše su težnje uvijek beskonačne, koliko god materijalnih stvari i dobara da posjedujemo mi se uvijek pitamo zašto nemamo nešto više i uvijek smo iznova nesretni. Cilj prave namjere je upravo u tome da shvatimo da nas uvjetovane stvari ne mogu usrećiti i da im ne trebamo uporno težiti.[8] «*Ipak, shvaćamo da pod našim nogama postoji nešto više od samog tla; postoji nešto iznad nas što ne možemo razumijeti… Ako želiš znati značenje vlastitog života ne možeš biti sretan i zadovoljan materijalnim stvarima i dobrima..»*[9] Buddha objašnjava ispravnu namjeru kao trostruku: namjera odricanja, namjera dobre volje, a namjera nepovrjeđivanja. Svaka vrsta ispravne namjere suprotstavlja se vrsti pogrešne namjere. Namjera odricanja namjeri želje, namjera dobre volje namjeri zlonamjernosti.[10] Namjera je preteča djelovanja, usmjeravanje tijela i govora, miješajući ih u aktivnosti, koristeći ih kao svoje instrumente za izražavanje svojih

[6], Boddhi Bhikkhu, *The Noble Eightfold Path: The way to the End of Suffering*, Kandy, 1984., str. 22.
[7] Boddhi Bhikkhu, *The Noble Eightfold Path: The way to the End of Suffering*, Kandy, 1984., str.23.
[8] Ven Ajahn Sumedho, *The Four Noble Truths*, Amaravati publications, Hertforshire, [s.a.] str. 55.
[9] Ven Ajahn Sumedho, *The Four Noble Truths*, Amaravati publications, Hertfordshire, [s.a.] str 56..
[10] Boddhi Bhikkhu, *The Noble Eightfold Path: The way to the End of Suffering*, Kandy, 1984., str 25.

ciljeva. Pogrešna nakana uzrokuje i kriva djelovanja. Tako onaj koji niječe moralno djelovanje može do određenih ciljeva doći na nemoralan i pogrešan način i time pokrenuti patnju, patnju sebe kao pojedinca, patnju društvenih skupina, i naroda, a sve to samo da bi dosegnuli moć, bogatstvo, položaj. Kontemplacija je on što nas izdiže i udaljava od onog puko reaktivnog.

4.3. Ispravan govor

Buda dijeli ispravan govor u četiri komponente: suzdržavanje od lažnog govora, suzdržavanje od klevetničkog govora, suzdržavanje od grubog govora, i suzdržavanje od brbljanja. Budući da učinci govora nisu odmah vidljivi, značenje i djelovanje govora moramo predvidjeti unaprijed. Pokazat će se da govor i pisana riječ, mogu imati ogromne posljedice kako dobre, tako i loše. Govor može slomiti život, stvoriti neprijatelje, i početi ratove, ili može dati mudrost i stvoriti mir. Riječ, posebno danas ima veliku moć i utjecaj, upravo zbog velike rasprostranjenosti komunikacija među ljudima. Na početku su navedene četiri komponente govora, a svaku od njih karakteriziraju određene značajke.

4.3.1. Suzdržavanje od lažnog govora

Ovdje netko izbjegava lažan govor i govori istinu, posvećen je istini onda je pouzdan, vrijedan povjerenja. Ako netko govori nešto neistinito vjerujući da je to istina, onda to nije lažan govor. Laži se mogu pojaviti u različitim oblicima, ovisno o motivima koji nas vode, radi li se o pohlepi, mržnji ili nečemu drugome. Pohlepa kao glavni motiv rezultira u lažima usmjerenim na stjecanje nekih osobnih prednosti za nas same ili one u našoj blizini; odnosno, stjecanje materijalnih bogatstava ili društvenog položaja. S mržnjom kao motiv, lažni govor poprima oblik zlonamjernih laži, laži s kojima želimo povrijediti i naštetiti drugima. Buddha se protivi laganju iz nekoliko razloga: laganje narušava društvo, društvenu koheziju, ljudi mogu živjeti zajedno samo ako među njima vlada povjerenje i to je on zbog čega se Buddha zalaže za govorenje istine. U dubljem smislu, jer ga to izbavljuje iz patnje.

4.3.2. Suzdržavanje od klevetničkog govora

„*Ono što je netko čuo ovdje neka ne ponavlja tamo, tako da uzrokuje razdor tamo, i ono što je čuo tamo neka ne ponavlja ovdje, tako da uzrokuje razdor ovdje.*“[11] Klevetnički govor je govor koji u svojoj srži ima jednu nakanu, a to je stvoriti neprijateljstvo i podjelu, otuđiti jednu osobu ili grupu od drugoga. Motiv takvog govora ponekad je zloban užitak u patnjama prijatelja i ljudi oko nas. Suprotno od klevete, kako Buddha ukazuje, je govor koji promiče prijateljstvo i sklad.

[11] Boddhi Bhikkhu, *The Noble Eightfold Path: The way to the End of Suffering*, Kandy, 1984, str 28.

Takav govor potječe iz uma suosjećanja. Tada nastaje povjerenje i naklonost drugih, koji osjećaju da mogu pouzdati u nas, bez straha da ćemo nešto učiniti protiv njih. Osim očitih prednosti koje donosi takav govor u sadašnjem životu, Buda kaže da je prijateljski govor ustvari pravi put da steknemo prijatelje i povjerenje.

4.3.3. Suzdržavanje od grubog govora

Grub govor je govor izrečen u ljutnji, te za nakanu ima izazvati bol kod onoga tko sluša taj govor. Takav govor može poprimiti različite oblike, od kojih izdvajamo tri. Jedan je uvredljiv govor: prigovaranje, uvredu, ili prijekoran. Drugi je uvreda: ranjavanje drugog pripisujući mu neku uvredljivu osobinu koja umanjuje njegovo dostojanstvo. Treći je sarkazam: govoreći da je netko na način koji navodno hvali ga, ali s takvim tonom da ironija namjera postaje jasna i uzrokuje bol.[12]

4.3.4. Suzdržavanje od brbljanja

Suzdržavanje od brbljanja ustvari se odnosi na govor u pravo vrijeme, govorenje u skladu s činjenicama, korisan govor, izgovoren u pravom trenutku, umjeren i smislen. Nasuprot pozitivnom i dobrom govorenju, nalazimo, besmislene govore, govor koji nema svrhu ili dubinu, brbljanje. Takav govor ne predstavlja ništa vrijedno, ali može utjecati na nas i na druge. Buddha savjetuje da razgovor treba zauzdati i ograničiti govor koliko god je to moguće. Dakle, valjalo bi izbjegavati sve ono što nas obasipa nevažnim i suvišnim govorima, jer nas to čini robovima samsare.

4.4. Ispravno djelovanje

Ispravno djelovanje znači ustvari izbjegavanje loših djela tijelom. Buda spominje tri komponente ispravnog djelovanja:

1.) Suzdržavaju od oduzimanja života/ubojstva
2.) Suzdržavanje od otimanja onoga što nam nije dano/ krađe
3.) Suzdržavanje od seksualnih prijestupa

4.4.1. Suzdržavanje od oduzimanja života

Suzdržavanje od oduzimanja života odnosi se, kako se vidi u samom nazivu, nasuzdržavanje od ubojstva i narušavanja tuđih života, jer sva su bića jednaka i jednako žele živjeti. "Suzdržavaju

[12] Boddhi Bhikkhu, *The Noble Eightfold Path: The way to the End of Suffering*, Kandy, 1984., str 29.

od oduzimanja života" ima širu primjenu nego jednostavno suzdržavanje od ubijanja drugih ljudskih bića. Propis nalaže suzdržavanje od ubijanja bilo kojeg živog bića, čovjeka, životinje i ostalih osjetilnih bića. Biljke se ne smatra osjetilna bića, iako oni pokazuju neki stupanj osjetljivosti, nedostaje im svijest. Princip se temelji na tome da sva bića vole život i osjećaju strah od smrti, da svi traže sreću i izbjegavaju bol. Samoubojstvo se općenito smatra povredom, ako nije slučajno nego je s namjerom da se uništi život. Tri glavna varijable uređuju moralnu težinu ubojstva, a to su: objekt, motiv i trud. S obzirom na objekt postoji razlika u težini između ubijanja čovjeka i ubijanja životinja, smatra se da je ubojstvo čovjeka ipak veći prijestup, posebno ako je čovjek bio izrazito duhovna osoba, učitelj ili roditelj tada je ubojstvo uistinu težak čin. Motiv za ubojstvo također utječe na moralnu težinu . Djelo ubojstva može biti potaknut pohlepom, mržnjom, ili zabludom. Od ova tri motiva, kad djelujemo iz mržnje, tada je naš zločin najozbiljniji. Suzdržavaju od oduzimanja života, je razvoj ljubaznosti i suosjećanja za druge bića te težnja tome da svakome biću želimo samo ono najbolje i dobro.

4.4.2. Suzdržavanje od otimanja onoga što nam nije dano/krađe

Postoji nekoliko kategorija krađe, odnosno otimanja onoga što nam ne pripada

(1) Krađa: uzimanje stvari od drugih, kao provala, đeparenje.

(1) Pljačka: uzimanje na silu ili prijetnjama onoga što pripada drugima.

(2) Otimanje: iznenadno uzimanje stvari, bez prethodnog upozorenja i mogućnosti osobe da se obrani.

(3) Varljivost: dobivanje stvari i posjeda govoreći laži.

(4) Obmanjivanje: dolazak do imovine pomoću varki i laži[13]

Stupanj moralne težine koji je povezan s djelovanjem određuju tri faktora: vrijednost objekta uzet, osobine žrtva krađe, i subjektivno stanje lopova.

4.4.3. Suzdržavanje od seksualnih prijestupa

S etičkog stajališta, suzdržavanje od seksualnih želja i prijestupa ustvari služi dobrobiti bračnih odnosa, te za održavanje bračne zajednice. To se ujedno odnosi i na celibate koji su karakteristični za svećenike, redovnike i redovnice. No, za laika propis nalaže suzdržavanje od seksualnih odnosa s partnerom. Buddha razrađuje tri slučaja u kojima se smatra da muškarac i žena ne bi trebali stupiti u odnose:

[13] Boddhi Bhikkhu, *The Noble Eightfold Path: The way to the End of Suffering*, Kandy, 1984, str 52.

1.) Žena koja je u braku s drugim muškarcem, odnosno muškarac koji je u braku s drugom ženom. Znači, dopušten je odnos samo između supružnika koji žive zajedno.
2.) Žena je još uvijek pod zaštitom. To je djevojka ili žena koja je pod zaštitom njezine majke, otca, rodbine.
3.) Žena zabranjena konvencijom i zakonima. To uključuje blisku rodbinu, zabrane utemeljene na socijalnim tradicijama, redovnice ili drugi oblici celibata.[14]

Ključna odredba seksualne apstinencije je upravo održavanje sretne bračne zajednice. Muž i žena trebaju biti vjerni jedno drugome, a ne bi trebali riskirati uzrokovanje patnje partneru tražeći partnere izvan njihove zajednice.

4.5. Ispravan način življenja

Put Ispravnog života se odnosi na to da osoba zarađuje za svoje življenje živeći na pravedan način. Buddha uči svoje učenike da bogatstvo treba steći u skladu s određenim standardima. Treba ga steći pravnim sredstvima, a ne ilegalno; treba ga steći mirno, bez prisile ili nasilja; treba ga steći iskreno, ne trikovima ili prijevarom; i treba ga steći na načine koji ne podrazumijevaju štetu i patnju za druge. Buddha spominje pet vrsta sredstava za život koje donose štetu drugima i stoga ih treba izbjegavati:

1.) trgovanje oružjem
2.) iskorištavanje živih bića (uključujući i uzgoj životinja za klanje, kao i trgovina robljem i prostituciju)
3.) proizvodnju mesa, mesnica
4.) proizvodnju otrova
5.) Prodaju opojnih sredstava

Buddha imenuje još nekoliko nepoštenih sredstava za ostvarivanje bogatstva: prakticiranje prijevare, izdaja, vračanjem, trikovima i lihvarenjem. Očito bilo koje zanimanje koje zahtijeva povredu "pravednog govora i pravednog djelovanja" je krivi oblik života, ali i drugi poslovi, kao što su prodaja oružja ili opojnih sredstava, ne smiju kršiti te čimbenike, jer su njihove posljedice kobne za druge.

4.6. Ispravan napor

Ispravan napor dio je osmerostrukog puta koji predstavlja fazu prakse koja se proteže od moralnih suzdržavanja do mentalne vježbe. Ime ove staze je određeno po cilju kojemu teži: moći

[14] Boddhi Bhikkhu, *The Noble Eightfold Path: The way to the End of Suffering*, Kandy, 1984, str. 54.

koncentracije potrebne za podršku vlastite mudrosti. Mudrost je primarni alat oslobođenja. Ispravna koncentracija donosi mirnoću uma na pogodan objekt. Da bi se to postiglo, faktor koncentracije zahtjeva pomoć ispravnog napora koji donosi energiju potrebnu za izvođenje zadatka. Energija je mentalni faktor ispravnog nastojanja. Može se pojaviti u punoj ili nepotpunoj formi. Isti taj faktor pokreće želje, agresiju, nasilje i ambiciju, ali i darežljivost, samodisciplinu, dobrotu, koncentraciju i razumijevanje drugih. Razlog zbog kojega Buddha ističe nastojanje leži u tome što svaka osoba mora raditi da bi postigla vlastito oslobođenje. Buddha je napravio što je mogao kada je uspostavio put oslobođenja, ali osoba ga mora sama proći.[15] Pročišćavanje ponašanja utemeljena na prethodna tri faktora (Ispravan govor, Ispravno djelovanje i Ispravan način života) služi kao osnova za sljedeću podjelu puta, podjelu koncentracije (samadhikkhandha). Ova je faza prisutna u praksi, sastoji se od tri faktora: Ispravnog nastojanja, Ispravne usredotočenosti i Ispravne svjesnosti. Buddha naglašava Ispravno djelovanje, marljivost, napor, i neumornu upornost. Razlog zašto je toliko truda potrebno leži u tome da svaka osoba mora raditi za svoje vlastito oslobođenje. Buddha čini ono što on može ističući Put do oslobođenja, ostatak uključuje stavljajući put u praksi, zadatak koji zahtijeva energiju. Ta energija se može primijeniti na kultiviranje uma, koja tvori fokus cijelog puta. Polazna točka je u okaljanom umu, potlačenom i zavedenom, cilj je oslobođen um, pročišćen i osvijetljen u mudrosti. Ono što dolazi između je ustrajan napor kako bi se transformirao okaljan um u oslobođen um. Rad samokultivacije nije lak - ne postoji nitko tko može to učiniti za nas, osim nas samih - ali to nije nemoguće. Buddha osobno i njegovi učenici pružaju živi dokaz da zadatak nije izvan našeg dosega. Oni nas uvjeravaju, također, da svatko tko slijedi put može ostvariti isti cilj. No, ono što je potrebno je trud, rad u praksi pojačan sa odlučnošću: "Neću odustati od mojih napora dok nisam postigao sve što je dostižno ljudskom upornošću, energijom i nastojanjem.

Priroda mentalnih procesa učinaka dijeli Ispravno nastojanje u četiri "velika napora":

1. kako bi se spriječilo proizlaženje iz nezdravog stanja;

2. napustiti nezdrava stanja koja su se već pojavila;

3. pobuditi zdrave stanja koje se još nisu pojavila;

4. održavati i usavršavati zdrava stanja koja su se već pojavila.

[15] Boddhi Bhikkhu, *The Noble Eightfold Path: The way to the End of Suffering*, Kandy, 1984, .str. 58.

Nezdrava stanja (akusala Dhamma) su jadi, misli, emocije i namjere izvedene iz njih, bez obzira jesu li u akciji ili se zadržavaju u osobi neaktivni. Zdrava stanja (kusala Dhamma) su stanja uma neokaljanog od jada, posebno onih potrebnih za izbavljenje. Svaka od dviju vrsta mentalnih stanja nameće dvostruki zadatak. Nezdrava strana zahtijeva da se jadi zadrže uspavanima i budu spriječene erupcije i da se aktivni jadi protjeraju. Zdrava strana zahtijeva da nerazvijeni čimbenici oslobođenja prvo dovedu u stvarnost, a onda uporno razvijaju do točke pune zrelosti. Sada ćemo ispitati svaku od tih če tiri podjela Ispravnog nastojanja, dajući posebnu pozornost na njihovu najplodnijem području primjene, kultiviranja uma kroz meditaciju.[16]

4.7. Ispravna svjesnost

Buddha kaže da je *Dhamma*, konačna istina stvari, neposredno vidljiva, bezvremenska i poziva nas da joj pristupimo i vidimo je. Nadalje, kaže da je ona uvijek dostupna i da je ostvariva samo u nama samima. *Dhamma* nije nešto misteriozno već, jednostavno, istina našeg iskustva. Ta istina postaje Istina oslobođenja. Nije dovoljno samo prihvatiti sudbinu, vjerovati knjigama ili učiteljima. *Dhamma* mora biti prepoznata iz unutrašnjosti čovjeka, prihvaćena i absorbirana. Svjesnost je prisustvo uma i pažnje. Pažnja u svjesnosti je različita od pažnje koju koristimo u uobičajenim radnjama svijesti. Svjesnost uključuje pažnju u smislu poznavanja i ispitivanja objekta. Funkcija svjesnosti nije ništa drugo do primjećivanje i promatranje događaja koji se javlja u našem iskustvu, i prati ga dok traje i nestaje. Važnost ovog elementa Puta jest u tome što svjesnost vezuje um za sadašnjost, ne dopušta mu lutati u prošlost ili budućnost. Ispravna usredotočenost se uzgaja kroz praksu pod nazivom «četiri temelja pažnje», a riječ je o kontemplaciji četiri objekta: tijelo, osjećaji, stanja uma i objekti uma.

Što donosi polje iskustva u fokus i to čini dostupno uvidu je mentalna sposobnost koja se zove Pali Sati, obično prevesti kao "mindfulness" ili „svjesnost. Svjesnost je prisutnost uma ili svijest. Ipak vrste svjesnosti uključene u svjesnost razlikuju se duboko od vrste svijesti naoubičajene u našem uobičajenom načinu svijesti. Svijest se prepoznaje u smislu prepoznavanja ili doživljavanja objekta. No, praksa svjesnosti primjenjuje se na posebnom terenu. Um je namjerno zadržan na razini gole pozornosti, promatra ono što se događa u nama i oko nas u ovom trenutku. U praksi ispravne svjesnosti um se trenira ostati prisutan, otvoren, miran i oprezan, promišljajući o prisutnom događaju. Sve presude i tumačenja moraju biti suspendirane, ili ako se dogode, samo registrirane i odbačene. Zadatak je jednostavno imati na umu ono što dolazi, baš kao što se događa, obuzdavajući promjene događaja u stilu surfera koji jaše valove na moru. Cijeli proces

[16] Boddhi Bhikkhu, *The Noble Eightfold Path: The way to the End of Suffering*, Kandy, 1984, .str. 59.

je način vraćanja u sadašnjost,stajanja u trenutku koji je ovdje i sada, ne izmiče, ne odvajajući plime i oseke od uznemirujućih misli. To bi dalo naslutiti da smo uvijek svjesni sadašnjosti, ali to je samo zabluda. Samo rijetko ćemo postati svjesni sadašnjosti na precizan način što zahtijeva praksu svjesnosti . U redovnim okolnostima um počinje kognitivne procese o nekom događaju koji se događa u sadašnjosti, ali ne ostaje pri njima. Umjesto toga, koristi neposredne dojmove kao odskočnu dasku za izgradnju blokova mentalnih konstrukcija izgradnju bloka koji ga ukloniti iz čiste stvarnosti vremena. Spoznajni proces je općenito interpretativan. Um percipira svoj objekt kao slobodan od konceptualizacija samo nakratko. Zatim, odmah nakon shvaćanja početnog dojma, lansira se na tijek ideacije koja nastoji protumačiti objekt za sebe, da bi ga procesuirao u smislu svojih kategorija i pretpostavki. Da bi um mogao pozicionirati i koncepticirati koncepte, pridružuje koncepte konstrukciji - dodaje zajedničke koncepte – zatim isprepliće konstrukcije zajedno u kompleksnu interpretativnu shemu. Na kraju, originalni smjer iskustva je prekoračen ideacijom i predstavljen objekt se pojavljuje samo nejasno kroz guste slojeve ideja i stavova, poput Mjeseca kroz sloj oblaka. Buddha zove taj proces mentalne konstrukcije papañca, "Razrada", "uljepšavanje", ili "konceptualno širenje." Elaboracija blokira prezentacijsku neposrednost fenomena, oni nas obaviještavaju o objektu samo "na daljinu", a ne kao nešto što je stvarno. No elaboracija ne prikazuje samo spoznaje, ona također služi kao osnova za projekcije. Pomućen um, zaogrnut u neznanju, projicira svoje unutarnje konstrukcije izvana, pripisujući ih objektu kao da stvarno pripadaju njemu. Rezultat toga, ono što znamo je konačni objekt spoznaje, ono što mi koristimo kao osnova za naše vrijednosti, planove i akcije, je šarenilo proizvoda, a ne originalni članak. Da bismo bili sigurni, proizvod nije potpunosti iluzija, a ni obična fantazija. Uzima ono što je potrebno za iskustvo da postane temelj i sirovina, ali zajedno s tim uključuje nešto drugo: umno izrađenim ukrasima.

4.8. Ispravna koncentracija

Osmi faktor puta je ispravna koncentracija. Koncentracija predstavlja intenziviranje mentalnog faktora prisutnog u svakom stanju svijesti. Ovaj faktor, jednousmjerenost uma, ima funkciju ujedinjenja drugih psihičkih čimbenika u cilju spoznaje. To je faktor koji je odgovoran osiguravanje da svaki čin uma ostaje usredotočen na svoj cilj. U bilo kojem trenutku um mora biti svjestan nečega – vid, zvuk, miris, okus, dodir, ili mentalni objekt. Čimbenik u jednoj točki ujedinjuje um i njegove druge pojave koje imaju zadatak spoznaje objekta, dok istodobno obnaša funkciju centriranja svih sastojaka kognitivnog čina na objekt. Koncentracija se može razvijati kroz bilo koji od dva načina - ili kao cilj sustava prakse usmjerene izričito prema postizanju duboke koncentracije na razini apsorpcije ili kao usputnu pratnju puta namijenjenog za stvaranje

uvida. Prva metoda se zove Razvoj mira (*samatha-bhavana*), druga Razvoj uvida (*vipassana-bhavana*). Obje staze dijele određene preliminarne zahtjeve. Za oboje, moralna disciplina mora biti pročišćena, razne prepreke moraju biti uklonjene, meditant mora tražiti prikladnu pouku (po mogućnosti od osobnog učitelja), i mora potražiti mjesto koje će pridonijeti praksi. Nakon što su ove kvalifikacijske odrađene, meditant na putu mira mora pribaviti objekt meditacije, nešto će se koristiti kao žarište za razvoj koncentracije. Ako meditant ima kvalificiranog učitelja, on će mu vjerojatno dodijeliti objekt oslanjajući se na temperament učenika. Ako meditant nema učitelja, morat će sam odabrati objekt sebe, možda nakon nekog eksperimentiranja.

5. ZAKLJUČAK

Osmerostrukim plemenitim putem Buddha poučava svoje učenike na koji način mogu doći do oslobođenja od patnje. Taj put ne predstavlja osnove religijski shvaćene etike. Nije riječ o zapovijedima, već o pravilima kojih bi se svatko tko želi oslobođenje od patnje trebao pridržavati. Nije dakle riječ o nuždi ili o prisili, Buddha nudi savjete. Budući da je on prvi, putem osmerostrukog plemenitog puta i četiri plemenite istine postigao oslobođenje, u mogućnosti je savjetovati druge. Buddha taj put vidi kao put sredine, suprotstavljajući se apsolutnoj askezi, koja ga je gotovo dovela do smrti, ali i prepuštanju ugodama. Prvi dio puta je ispravno gledište ili razumijevanje. Ne može se krenuti na put oslobođenja ako se nije dobro shvatilo osnovna počela patnje i prirodu pojava. Potrebno je shvatiti pravu narav jastva, naime, da ne postoji trajno i nezavisno postojeće jastvo. Drugi dio puta je ispravna namjera ili nakana. Ukoliko je namjera djelovanja dobra, poput dobronamjernosti, dobre volje, ljubavi i suosjećanja ona vodi oslobođenju. Ova su dva dijela puta vezana uz mudrost kao jedan o aspekata puta. Treći je dio puta ispravan govor. Svako laganje, brbljanje, ogovaranje i grub govor jesu neispravni jer vode u patnju. Govor mora biti mudar, istinit i pomirljiv. Četvrti dio puta jest ispravno djelovanje. On obuhvaća područje moralnog djelovanja tijelom. Neispravno djelovanje tijelom je ubojstvo, krađo, spolna razuzdanost i konzumiranje opojnih sredstava. Peti je dio puta ispravan način života. Sredstva koja osiguravaju životnu egzistenciju moraju biti osigurana na pošten način. Prethodna tri dijela puta etičke su naravi. Slijedi šesti dio puta, a to je ispravan trud. Riječ je o ustrajnosti u sprječavanju loših žudnji riječi i djela i njegovanju dobrih. Sedmi je dio puta je ispravna svjesnost, pomnost ili pažnja. Riječ je o stanju svijesti i budnosti pri kojem se u svakom trenutku mogu prepoznati vlastite nakane i stanja svijesti. Posljednji dio puta je ispravna koncentracija i služi kao potpora za ostvarenje uvida u prirodu pojava i sebstva. Posljednja tri dijela puta potpadaju pod aspekt mentalne discipline. Onaj koji putuje osmerostrukim plemenitim putem, nadilazi postupno i lošu i dobru karmu, tj. samsaričko postojanje, i postiže nirvanu – oslobođenje.

6. LITERATURA:

Popis izvornika:

*1. Dhammacakkappavattana Sutta: Pokretanje kotača dharme (*SN 56.11), preveo Thanissaro Bhikkhu. *Access to Insight,* 12. Veljače 2012 http://www.accesstoinsight.org/tipitaka/sn/sn56/sn56.011.than.html. Preuzeto 26.9.2012.

2. Izvatci iz Samyutta-Nikaye; Nošenje s nejastvom (SN 5.10), preveo Nyanatiloka Mahathera. *Access to Insight,* 12. Veljače 2012 http://www.accesstoinsight.org/lib/authors/various/wheel202.html#extracts Preuzeto 26.9.2012.

Ostala literatura:

3. Boddhi Bhikkhu, *The Noble Eightfold Path: The way to the End of Suffering*, Kandy, 1984.

4. Narada Mahathera, *Buddhism in a Nutshell*, Kandy, 1995.

5. Rahula, W., *What the Buddha Taught*, Bangkok, 1995.

6. Veljačić, Č., *Budizam*, KTRZ OPUS, Beograd, 1990.