

## 4 vznešené pravdy

Dharma je nauka, kterou Buddha vytvořil, ale je to také cesta. Druhý význam je v buddhismu důležitější. Nauka je pouze to, co každý jednotlivec musí po svém naplnit. Jádro nauky, jakýsi filozofický základ tvoří čtyři vznešené pravdy.

### 1. Utrpení (duhkha) jest

Zrození je utrpení, stárání je utrpení, nemoc je utrpení, smrt je utrpení, přítomnost nenáviděného je utrpení, odloučení od milovaného je utrpení, nezískání vytouženého je utrpení. Zákeřnější než tělesná bolest je utrpení z nespokojenosti a celoživotní problém z toho, že nemáme co chceme a máme to, co nechceme. Strach, duševní utrpení jsou přítomny i ve stavu radosti - plyne z toho, že víme, či alespoň tušíme, že tento stav radosti je pomíjivý. Máme strach z neúspěchu, ztráty postavení, hodnoty vlastní osoby, ztráty blízkých, majetku atd. Někde v hloubi srdce se snažíme přehlušit strach z naší omezenosti – ze smrti, z nesmyslnosti života.

Duhkha tedy označuje stav, kdy je člověk připoutaný, nejistý, nespokojený. Vše co existuje, je neustále proměnlivé, podléhá změně.

### 2. Příčinou utrpení je žádostivost

Život je tedy proměnlivý, charakterizuje ho duševní a tělesné utrpení. Jako diagnózu, příčinu nemoci stanovil Budha žádostivost. Utrpení je způsobeno z žízňě hledající uspokojení tam či onde. Jinak řečeno, je to žízeň po rozkoši, po bytí, po nebytí. Pokud je člověku odnímáno něco, na čem lpí, citově trpí.

Nauka sansáry říká, že lpění, závislost je příčinou neustálého znovuzrovnání, neustálého vznikání. Symbolem sansáry je zlý démon Mára, jenž drží v drápech kolo vznikání. Ve středu kola jsou tři kořeny zla - chtivost (kohout), nenávisť (had), zaslepenost (prase). Ti kdo se snaží nad nimi zvítězit, se rodí v jednom z nebeských úrovní jako bohové. Nejvyšším cílem však je z tohoto koloběhu uniknout, vysvobodit se - "vyvanout". Ti kdo mají špatnou karmu, se rodí v některém z úrovní podlidských jako démoni, zvířata, hladoví duchové nebo obyvatelé pekla. Karma se však vytváří pouze v lidském životě. Bohové, duchové, zvířata atd. karmu nevytvářejí, pouze prožívají důsledky karmy vytvořené v lidském stavu až do jejich vyčerpání a znovuzrovnání na jiné úrovni.

Život tedy nezačíná narozením ani početím, ale je neustálým koloběhem. Protože v buddhismu neexistuje nějaká konkrétní duše, konkrétní átman, pak to, co se znovuzrovná, je jakási karmicky ovlivněná soustava pěti jednotlivých, nemateriálních složek osobnosti, z nichž se člověk skládá. Kořenem všeho je tedy žádostivost - lpění na tom, či onom, lpění na životě, či lpění na cíli se již nenarodit. Jakékoliv lpění, jakákoliv žádostivost je tedy důvodem sansáry, neustálého koloběhu zrození do tohoto světa plného utrpení.

### 3. Odstranění žádostivosti vede k odstranění utrpení

Třetí vznešená pravda prostě konstatuje, že odstranění žádostivosti, odstranění chtění, toužení, vede k odstranění utrpení. Je logickým důsledkem - odstraníme - li původ, odstraníme i důsledky. (Kdo nic nechce, po ničem netouží, je svobodný a dá se říct, že má vlastně všechno).

Jestliže tedy člověk důsledně odstraní žádostivost - důsledně "vyhasne", dosáhne osvobození - dosáhne nirvány. Nirvána je dle buddhismu dokonalá blaženost - ne že by se zlo a neštěstí člověku vyhýbalo – "jest však pouze utrpení, ale není trpícího."

Člověk prostě vstoupí do takového stavu oproštění a svobody, že vůbec na ničem nelpí a nic ho už nemůže zranit. Dosáhne dokonalé vyrovnanosti a svobody.

### 4. K odstranění žádostivosti vede osmidílná stezka

Tato poslední vznešená pravda je vlastně praktickým návodem, jak nastíněného cíle dosáhnout pomocí tzv. osmidílné buddhovy stezky.