

Å leve som buddhist-ukrainsk

Життя буддиста

Після народження дитини

Багато хто з батьків приносять своїх дітей до храму, щоб монахи їх благословили.

У ченців прийнято обв'язувати зап'ястя дитини священним шнурочком.

Подекуди прийнято голити дитині голову, коли їй виповнюється один місяць.

Їжа

Багато хто з буддистів — вегетаріанці.

Вони вважають, що це неправильно їсти інших живих істот.

Дехто відмовляється від м'яса чи риби на свята.

А дехто їсть м'ясо та рибу, але сам не вбиває живих істот.



Зображення: Eve Krasteva

Буддисти жертвують їжу ченцям, а також приносять її в храм і кладуть перед статуєю Будди.

Щоб отримати їжу, монахи зазвичай ходять біля поселень буддистів.

Монахи живуть на пожертвування.

Å leve som buddhist-ukrainsk

Молитва

Буддисти не поклоняються богу чи богам.

Поклоніння і жертвоприношення називаються Пуджою.

Пуджа - це спосіб виявити повагу до Будди та його вчення.

Пуджа проводиться як вдома, так і в храмі.

У багатьох буддистів вдома є невеликий вівтар із зображенням Будди або статуєю Будди.

Вода, пахощі, квіти, рис, фрукти тощо належать до складників, які кладуться перед статуєю Будди.



Зображення: Monthipa Silo Gauslaa

Поклони б'ються тричі:

1. перший уклін для Будди
2. другий уклін для Дхарми (вчення Будди)
3. третій – для Сангхи (чернецький орден)

Медитація

Буддійська медитація - це вправа на увагу та концентрацію.

Медитація – завдання ченців. Мета полягає в тому, щоб відмовитися від своїх бажань і досягти нірвани.

Буддисти медитують, щоб віднайти спокій і краще зосередитися на тому, що вони роблять.

Å leve som buddhist-ukrainsk



Зображення: Pixabay, Honey Kochphon Onshawee

Як правильно медитувати?

1. схрестити ноги
2. випростати спину
3. слідкувати за диханням шляхом глибоких вдихів та видихів
4. не відволікатися на власні думки або на те, що відбувається навколо.

Вервиця



Зображення: Pixabay, Alistair McLellan

Вервиця складається зі 108 маленьких намистин і використовується в тибетському і японському буддизмі.

При молінні використовують мантри та молитви зі священного писання.

Å leve som buddhist-ukrainsk

Мантра - це священне слово або фраза. Мантра використовується для того, щоб можна було легше зосередитися.

Одне з п'яти правил життя - не брехати!

Джерело:

Vi i verden 3, Børresen, Larsen og Nustad, 2007

<http://www.buddhistforbundet.no> (Sist opplastet 3. februar 2021)