

(BUDDHIST PRINCIPLES FOR HUMEN DIGNITY)

MISINGI YA UBUDHA KWA HESHIMA YA BINADAMU

UBORA WA MAISHA YA BINADAMU

Wajibu wa dini yoyote ni kuwaongoza binadamu kudumisha maadili fulani mema ili iwezekane kuishi maisha ya amani na kudumisha hadhi ya binadamu. Ama sivyo itakuwa haiwezekani sisi kama binadamu kudai kuwa ni bora kuliko viumbe wengine, ambao lengo lao la kuishi ni kupata tu chakula, makazi na ngono, Kama binadamu pia wanatumia maisha yao kuzikidhi tu hizi haja za msingi, tutakuwa hatuna kitu chochote cha zaidi cha kututofautisha kama wanadamu. Binadamu wamevuka maisha ya kujitahidi kudumu tu na wanao uwezo wa kuchukua hatima ya maisha yao mikononi mwao.

Katika Ubudha tunaita hii Dharma. Viumbe wengine wanaoishi hawawezi kuifikia hii Dharma kwa sababu akili ya binadamu ni ya juu zaidi kuliko viumbe wote wengine wanaoishi katika mbingu, Ni akili ya binadamu tu ndio inaweza kuielewa Dharma... Inafaa kukumbuka kwamba binadamu ndio pekee katika viumbe wote wanaoishi katika mbingu ambao wanaoweza kubuni mfumo mgumu wa dini. Hata Devas na Brahma hawana dini yoyote maalum.

Ingawa tunawaabubu deva(watu wanaokufa baada ya kuishi maisha ya thawabu duniani) na brahmas(wakazi wa brahma loka,yaani ulimwengu wanakoishi watu wote waliokufa duniani) na kutoa sadaka kwa majina yao, ni lazima tukumbuke kwamba akili yetu ya kibinadamu ni ya juu kuliko yao. Ndiyo maana deva na brahmas hawawezi kuwa Budha. Ni binadamu tu ndiye anayeweza kuufikia ufahamu wa juu kabisa kwa sababu ni ye ye pekee ndiye anayeweza kuiendeleza akili yake kufikia kiwango cha juu kabisa.

Baada ya kupewa hii akili binadamu anajitahidi kuelewa hali halisi ya kuishi kwake na kuunda kanuni zinazofaa za tabia ambazo zitamfanya atukuke na astahili heshima, Watu wafikiriaji , wa kale na wa sasa , wametafakari kwa kina sana kuhusu maswali matatu ya maisha “ Mimi ni nani ?” “ Nafanya nini hapa ?” “ Nahitajika ? “Majibu ya maswali haya yanaweza kutupa msingi wa kuishi maisha yenye maana.. Tunaiita hii ndiyo misingi ya maisha.

Misingi ya kuwa binadamu ni ipi ? Kulijibu hili swali kwanza inabidi tujiulize neno ‘ binadamu ‘ mana yake nini, Lugh za Pali na Sanskrit.zinatumia neno ‘ manussa ‘ au ‘ manusya ‘ kumaanisha binadamu, Ni neno lenye maana sana, Pia neno la kuingereza ‘ man ‘ linatokana na neno la kisanskrit ‘ manu ‘ linalomaanisha ‘ kufikiri ‘ .

Binadamu ndio viumbe pekee wanaoweza kuipalilia na kuiendeleza akili kufikia kikomo chake cha mwisho kabisa. Kiumbe kama huyo anaitwa manussa (binadamu). Neno ‘man’ pia linatokana na neno ‘mana’ linalomaanisha ‘akili’. kwa hiyo yule mwenye akili ya kufikiri anaitwa mtu. Na akili yake ya juu mtu anaweza kuziongoza na kuzielekeza hamu zake na anaweza kuyatengeneza maisha yake anavyochagua.

Wachina wanamwita binadamu ‘yule ambaye ana moyo amba o uko tayari kutenda wema.’ Katika moyo wa binadamu lazima kuwepo huruma na kweli .. Kama mambo haya mawili hayapo basi mtu hawezi kufikirika kwamba ni mtu kweli, Wanafalsafa wa magharibi wanamwita mtu yule tu ambaye anafikiri kwa kutumia mantiki.. Binadamu ndio viumbe pekee wenyе mantiki katika vitendo vyao. Viumbe wengine wanategemea hisia tu kuhakikisha uwezo wao wa kumudu maisha, kustarehe na kujilinda. Akili ikipaliliwa kwa kuacha mawazo maovu na kuendeleza thawabu nzuri mtu anaweza kuifikia hii shwari ambayo inaleta kutakasika kwa akili.

HALI YA AKILI YA BINADAMU

Akili ya binadamu inaweza kupenyeza na kuchambua elements au miundo ya dunia katika mbingu yote. Akili inaundwa na mawazo yasiyodumu ambayo yanaibuka na kufifia upesi kama umeme. Kuna nishati nyingi sana katika akili. Hakuna nishati ambayo inaweza kulingana na akili ya binadamu, Akili ndio mtangulizi wa kila kitu, akili ndio inayoongoza na vitu vyote vinavyo chanzo chake katika akili.. Budha amesema , ‘Siifahamu nishati nyingine kubwa kuliko akili ya binadamu ambayo inaweza kukimbia mbio sana,. Kwa mfano wale ambao wamesoma sayansi wanaweza kuelewa mara moja umbile la atom. Atom inabadilika mara milioni chache katika muda wa nukta moja.

Katika saikolojia ya kibudha, tunaambiwa kwamba kila mara akili inapobadilika mara 17 , mwili unabdalika mara moja tu. Atom na element pia zinafanya kazi kwa msingi huo huo. Wale ambao wamesoma baolojia wanaweza kuelewa kwamba chembe chembe za uhai (cells) na kila kitu katika mwili wetu kinabadilika baada ya muda. Nguvu yetu ya akili inaibuka na kutoweka upesi mara elfu moja zaidi kuliko umeme. Hivyo ndivyo ilivyo akili.

Zaidi ya hayo .akili ndio inayosababisha kila kitu kinachotokea duniani .Budha anasema ‘ ‘Akili ndio imesababisha kila kitu , kizuri au kibaya kilichopo katika mbingu yote’. Hivi tulivyo ni matokeo ya yale tuliyofikiri.

Ni kwa ajili ya taaswira zetu zilizopotoka ndio tunamlamu mungu, majini na mashetani kwa matatizo yetu. Watu wengine wanaamini kwamba mateso yetu ya leo yamesababishwa na dhambi ya asili iliyotendwa na babu yetu wa kwanza maelfu ya miaka iliyopita. Kama ni hivyo, mateso ya wanyama yanababishwa na nini ? Wao pia wanateseka kutokana na ugonjwa, kuzeeka, na kifo. Nao pia wanateseka kwa ajili ya dhambi ya asili ? Mimea pia inateseka kutokana na

kuugua, kuzeeka na kufa. Nayo pia inapata matatizo haya kwa ajili ya dhambi yao ya asili ?

Hakuna mtu anayeweweza kuimiliki akili ya mwingine, lakini kama mtu akiendeleza akili yake mwenyewe, basi anaweza kuwa na taathira kubwa sana, kwa wema na hata pia kwa ubaya, kwa akili ya mwingine. Maendeleo ya elimu ya sayansi yanaweza kutumika vizuri au vibaya na watu kwa sababu zao za ubinafsi. Kwa upande mwingine, akili inaweza kumilikiwa na kutumika kuitathmini na kuilewa Dharma na jinsi mbingu inavyofanya kazi.

Kwa kuiendeleza akili watu, kwa mfano, wamegundua nguvu iliyopo ndani ya atom na wameitumia elimu hii kufanya kazi nyingi zenyenye manufaa. Kinyume chake, katika huu utafiti wa atom pia wamevumbua silaha za nyuklia ambazo zinaweza kuiangamiza dunia yote. Kama akili isipomilikiwa na kuzoezwa kwa usahihi, hatari zinazoweza kufuatia zitakuwa hazitaswiriki, Mfano mmoja unaokuja akilini haraka ni jinsi Hitler alivyotumia akili zake nyingi kwa nia za uovu.

Karibu aina zote nyingine za viumbe zinatoweka polepole kutokana na hamu za kibinafsi za binadamu kunakosababishwa na akili ambazo hazijazoezwa kwa usahihi. Wanachafua maji na hewa na kuharibu mazingara huku wakidai wanayaendeleza, kumbe ukweli ni kwamba wanalenga kuleta uharibifu tu. Lazima tukubali kwamba viumbe wengine hawaharibu kitu chochote katika mazingara kwa kiwango kile kile ambacho binadamu wanafanya.

HALI TATU ZA MAISHA YA BINADAMU

Kama binadamu tunazo hali tatu. au tabia tatu ,yaani hali ya unyama ,hali ya binadamu na hali ya utakatifu ..Syo lazima tusubiri kuzaliwa mbinguni au motoni ili kuishi mojawapo ya hali hizi .Wanyama wanao uwezo mdogo wa kufikiri lakini kwa kutumia akili yetu ,binadamu tunaweza kuzithibiti au kuzimiliki tabia zetu za kinyama na kwa kufanya hivyo tunaiendeleza tabia yetu ya kibinadamu na tunaweza pia kugundua tabia ya kiroho ndani mwetu

Wanyama hawana njia za kuzimiliki tabia zao za kinyama kwa sababu wanatawaliwa zaidi na hisia tu .Lakini tukiwa kama binadamu ,kwa kutumia akili zetu kuchambua na kufikiri ,tumeelewa mambo mengine ni sawa na mambo mengine siyo sawa ,kwamba mambo mengine ni ya kidhalimu na ni ya hatari ,na kwamba mambo mengine ni mazuri na yenye faida si kwetu sisi tu, bali hata kwa wengine pia . Hii ndiyo maana binadamu wamewekwa kwenye ngazi ya juu zaidi kuliko viumbe wengine .

Kwa kuithibiti tabia yetu ya kinyama ,kwa kuacha unyang'anyi au uporaji,na kwa kuendeleza urafiki na huruma ,tunaendeleza subira ,uvumilivu ,maelewano, umoja na ushirikiano na nia njema .Hizi ni tabia za kiutu .

Lengo la msingi la dini ni kuzihimiza na kuzikuza hizi tabia .Lakini , lazima tuelewe kwamba baadhi ya hizi tabia zimo ndani mwetu .Tulikuwa tumeziendelea baadhi ya hizi tabia njema hata kabla ya dini kutokea . .Akili ya binadamu imeendelea sana kiasi kwamba inaweza kwa urahisi kuzoezwa ili kufurahia starehe za mbinguni .Viumbe wengine hawawezi kufanya hivi ? . Akili ya binadamu imetengenezwa kwa ustadi sana . Inaweza kuunda maisha mabaya ya motoni. Tofauti na viumbe wengine ambao wanaua kwa kujikinga au kwa kupata chakula, akili inaweza kumfanya mtu ue kwa tamaa, kwa husuda au hata kwa kujifurahisha tu. Na bado hatosheki mara tu anapotimiza haja moja, hapo hapo anakuwa na uchu wa kupata kitu kingine , matokeo yake anakuwa kila wakati hana furaha.

Mahatma Gandhi amesema, ‘ Dunia inatosha kwa mahitaji ya kila mtu, lakini haitoshi kwa tamaa ya mtu mmoja tu.’ Binadamu wanapigana wenyewe kwa ajili ya ule uchu wa ajabu wa kutaka kuwa na cheo zaidi, mamlaka zaidi , pamoja na anasa zaidi.

AINA NNE ZA DINI

Zipo aina nne za dini katika dunia hii, nazo ni dini ya asili, ya oganaizesheni, ya ufunuo, na dini iliyowekwa katika mfumo wa maisha.

1. DINI YA ASILI

Katika siku za zamani, zama za zama, binadamu aliishi kwa woga kwa sababu alikuwa amezungukwa na mambo ambayo alishindwa kuyaelewa. Kwa hiyo akawa anayaogopa yale mambo ambayo alishindwa kuyaelewa. Woga unawafika wale ambao wanashindwa kuzielewa sheria za maumbile. Vitu vinavyotisha ni hali tu za akili; yule mtu wa kale aliposhindwa kuyaelewa maumbile na ukweli kuhusu matukio katika mazingara yake, akaanza kuamini kwamba kuna nguvu ya uchawi inayosabisha haya mambo aliyokuwa anashindwa kuyaelewa , kama vile mabadiliko ya hali ya hewa, kupatwa kwa sua, radi, ngurumo, mvua, upinde wa mvua, volcano, mafuriko, ukame na mambo mengine mengi. Alifikiri kwamba yanababishwa kichawi na nguvu fulani, na kwamba alikuwa anahitajika kutoa sadaka kuondoa hasira zao ili aweze kuishi kwa amani. Kwa hiyo akaanza kuiabudu na kuomba msaada wao ili aweze kuyamudu maisha na kupata nguvu dhidi ya wengine. Baada ya muda vitendo na imani hizi vikawa mwanzo wa tambiko na sala, ndio ikanza tunaichota dini ya asili.

2. DINI ILIYOUNDWA KWA OGANAIZESHENI

Kabla dini hazijaanza, watu walikuwa nayo mawazo ya kibinadamu, lakini ‘dini ‘ hasa hazikuwepo. Kwa kuziendelea tabia zilizokuwepo katika nafsi zao za ubinadamu na thawabu, wakaanza oganaizesheni ya matendo fulani na kufuatana na jinsi walivyofikiria wakaunda kanuni za tabia kuiongoza jamii walivokuwa wanaishi. Nguvu ya aibu na woga (hiri na ottappa) ndio mambo yaliyowaongoza

na kuamua tabia yao kuhusu wenyewe pamoja na wengine na imani zikaendelezwa na hatimaye zikawa dini.

3 DINI YA UFUNUO

Inatokana na mafundisho yanayoletwa na mungu mkuu kupitia mesenja au nabii katika mfumo wa amri au kanuni za dini. Wafuasi wanaamini kwa dhati kwamba mafundisho wanayoyapata ndio msingi wa tabia yao ya kiroho na katika jamii.

4 DINI ILIYOINGIZWA KATIKA MFUMO WA MAISHA

Katika jamii nyingine, binadamu wanaishi maisha ya kidini kwa kuipenyeza dini katika saikolojia, falsafa, katika vyama vya siasa, katika shule, na katika maadili yao kwa utaratibu mzuri. Ili kudumisha amani na tabia njema wametunga kanuni kuzikuza tabia za kiutu, na kuishi kwa amani na kuyatanzua matatizo yao mengi, na ili waweze kuziondoa balaa na vurugu zinazotokea katika maisha. Hizi kanuni zikihalishwa na kupewa msingi wa kiroho, ndio inasemekana kwamba dini imeingia katika mfuma wa maisha.

Mtaalamu maarufu wa kibuddha. Bhikkhu Budhadasa anazipanga dini kwa njia ifuatayo.

- Dini ya nguvu za muijiza na uchawi ambayo msingi ni woga wa wafuasi wake.
- Dini ya Imani – ambayo tu msingi ni imani na sala .
- Dini ya Karma - msingi ni mtu kujisaidia , kujitegemea
- Dini ya Hekima -msingi wake ni kufikiri kwa uhuru .
- * Dini ya Amani - Msingi wake ni kutojidhuru mwenyewe au wengine
- Dini ya upendo _ msingi wake ni kutoa vyote au kila kitu kwa wengine

MAANA YA UBUDHA NA DHARMA

Ubudha lakini haupo katika makundi hayo manne. Kwa sababu ingawa tunalitumia neno ‘dini’ kuuuita Ubudha tunaona vigumu kuuuita Ubudha ‘dini’ kufuatana na maana ya hilo neno kama inavyotolewa katika kamusi. Kwa mfano, kamusi ya oxford inaelezea dini kama “ muundo wa imani na kuabudu, pamoja na binadamu kutambua kwamba ipo nguvu kubwa kuliko binadamu inayoongoza, na hasa mungu ambaye anapaswa kutiwa.” Neno zuri kupita yote ambalo tunawenza kulitumia kuyaita kwa usahihi mafundisho ya Budha ni ‘Dharma’ Kwa ajili neno ‘dini’ ndilo limezoleka, kwa hiyo kwa urahisi tunalitumia hilo neno, lakini ‘Dharma’ ndio hasa neno linalofaa zaidi kwa vile lina maana pana zaidi kuliko neno ‘dini’.

Enyi bhikkhu (watawa), Dharma pamoja na kanuni zinazofundishwa na Budha zinatoa mwangaza mkubwa sana. Hizi kanuni hazifuatwi kisirisiri. Hizi kaninu ni dhahiri kabisa kama jua au mwezi. Zaidi ya haya , kuhusu Dharma inayofundishwa na Budha hakuna ‘mkono uliokunjwa wa mwalimu’. Hii ina maana kwamba Budha

kama mwalimu hakuweka siri katika mafundisho yake. Na kwa ajili hiyo hakuna siri au mafumbo katika Ubudha ambazo zinatakiwa kukubalika tu bila swali lolote na mfuasi, kwa imani tu kama kipofu.

Budha alikuwa akisema mara kwa mara kwamba yeye hana siri katika kufundisha kwake. Anafundisha mambo yote anayoyafahamu. Ile tabia ya mwalimu kufahamu jambo, lakini bado halifundishi, anawaachia walimu wengine. Yaani,tabia ambayo mwalimu hafundishi kila kitu anachokifahamu,kwa sababu yoyote ile, lakini siyo kwa vile mwalimu hafahamu analotakiwa kufundisha, hii haikuwa tabia ya Budha.

Dharma ndio ukweli wa juu kabisa ambao umefundishwa na Budha. Ni njia tukufu ya maisha ambayo wakati wote inatusaidia na kutudumisha juu na haituruhusu tushuke katika hali nyingine za mateso kama vile motoni, au maisha ya kinyama au maisha ya ahera, kama mashetani au kama viumbe wengine ambao hawajabahatika. Kwa hiyo kama tukiifuata Dharma, Dharma itatuhifadhi na kutusaidia kikamilifu, haitaruhusu tuteseke katika hali zozote za mikosi.

Hii ndio maana ya neno Dharma katika ubudha. kwa vile ubudha siyo dini ya ufunuo, Budha hakupata habari zozote kutoka mbinguni kwa sababu hakuwa na mwalimu yoyote wa kumfundisha kuufikia mwangaza, Alichofanya ni kutumia juhudi yake yote, kuyaondoa kabisa mawazo maovu, maneno maovu na matendo maovu, na kwa kupalilia tabia zote njema, kwa kuitakasaa akili yake, hatimaye alifikia utakaso na umakini wa akili kiasi kwamba alielewa kikamilifu jinsi kila sehemu ya mbingu inavyofanyo kazi. Hii ndio tunaita kuufikia mwangaza.

Ubudha ni matokeo ya juhudi za mtu mkubwa aliyejitolea maisha yake na muda wake kutafuta ukweli wa juu. Lazima tueleze tuna maana gani tunaposema ukweli wa juu . Kwa sababu watu wengi wanadai kwamba wanaufahamu ukweli.,lakini hakuna mapatano kati yao kuhusu huo ukweli. Wabudha wanamaanisha mini wanapolitumia neno hili? Tunajua kwamba zipo kweli za aina nyingi. Lakini siyo zote zinaweza kuitwa ukweli wa juu. Kweli fulani zinaweza kuwa sahihi kwa kipindi fulani,lakini baadaye, kwa ajili ya mabadiliko katika hali halisi, hazibakii kuwa kweli. Ukweli ambao umefahamika na kuhubiriwa na Budha ni ukweli wa juu, kwa sababu hakuna mtu yoyote anayeweza kuupinga usahihi wa neno hata moja alilozungumza, hata akitumia uchambuzi wa kisayansi. Ni ukweli wa juu kwa sababu unadumu milele na hauwezi kubadilika kufuatana na muda au hali yoyote. Imani nyingine nyingi zilizonekana kwamba ni kweli hapo mwanzo imebidi zirekebishwe kufuatia maendeleo katika ugunduzi wa sayansi Mafundisho ya Budha pekee ndio hayajapingwa, na pia yanathibitishwa na ugunduzi mpya wa sayansi. Maadili aliyoafundisha Budha kwa msingi wa ukweli wa juu. pia ni halali ingawa yametokea maendeleo makubwa. katika ustaarabu (civilization). Wabudha hawana sababu ya kujieleza upya kuhusu mada kama vile

- ⌚ Euthanasia - kumuua mtu anayeishi kwa kutumia mashine
- ⌚ Mercy killing - kuua kwa huruma
- ⌚ Birth control - uzazi wa majira
- ⌚ Pre-marital sex – kujamiihana kabla ya ndoa

- Animal rights – haki za wanyama
- Environment nk mazingara

KWA NINI DINI INAHITAJIKA

Tukizumgumza kwa ujumla ni lazima tukubali kwamba dini. zote zimeleta faida fulani, ingawa wasomi wengine kama Bertand Russell wanasema dini imewaletea binadamu madhara zaidi ya wema. Kuhusu fitina, chuki na ubaguzi kama zinavyoolezwa na wana dini tofauti anasema ‘ Wale wasiokuwa na dini wanaishi kwa amani bila kupigana na kubishana. Wale ambao wana dini mara nyingi wanapigana kwa sababu ya imani zao tofauti za dini ‘ Lakini sio wote watakubaliana na yeye.

Kila dini kubwa , kama ni Ukristu, Ubudha, Uislamu au Uhindu imewasaidia sana binadamu. Kama binadamu wameweza kutenda maovu ingawa kuna dini., je ingekuwa ni maovu gani ambayo yangeweza kutokea kama wangkuwa hawana dini ya kuiamini. Kama kwa mfano serikali za dunia zikitangaza kwamba sheria hazitashinikizwa kwa muda wa saa 24, muda huo unaweza kutosha kulianganiza kabisa taifa. Na kama dini isipokuwepo kuwathibiti binadamu tatizo hilo litakuwa kubwa zaidi. Kwa hiyo hatuwezi kuilaumu dini kwa tabia ya binadamu.

Lazima tuongeze hapa kwamba wapo watu wastaarabu ambao ni wema katika asili yao na hawahitaji uthibiti unaoletwa na watu wa dini. Budha alisema kwamba mafundisho ya dini yanapaswa kuonekana kama raft ya kumsaidia mtu kufika ng'ambo ya pili. Mtu akifikia kiwango cha juu cha maendeleo ya kiroho, hahitaji mwongozo tena, anaishi maisha ya kufuata maadili . Wengi wetu tunaihitaji rafti, misingi ya kidini kutusaidia kuishi kwa maadili na kukamilika kiroho.

MISINGI YA KIDINI NI MUHIMU

Kama binadamu tunao wajibu wa kudumisha misingi fulani mizuri kwa faida yetu na wengine, Hii inaleta maana nzuri, kwa sababu tunapofuata kanuni, pia tunawalinda wengine. Kama sisi hatujakamilika, ikiwa tunataka kuishi vyema na jirani , lazima tuhakikishe kuwa tuna uzio , ama sivyo kutatokea ubishi, vurugu na kutolewana. Ttukijenga uzio au ukuta, sio tu tunailinda nyumba yetu na familia yetu, lakini pia tunazilinda nyumba za jirani zetu. Kwa hiyo kufuata kanuni ni sawa na hivi. Tunapoamua hatutaua au kuwadhuru wengine, basi tunawaruhusu wengine kuishi kwa amani bila woga. Huu ni wema mkubwa sana tunaowafanyia wengine. Tunapaswa kuacha kuwatapeli na kuwadhulumu wengine ili waweze kuishi kwa amani bila kutuogopa au kutushuku. Kama tunafahamu jinsi ya kutimiza wajibu wetu, tunadumisha hadhi yetu ya kibinadamu pamoja na akili yetu, kwa kufanya hivyo tunadumisha amani, muafaka na shwari katika maisha yetu.

Lakini kama Robert Frost anavyosema katika shain lake zuri ‘ Kutengeneza Ukuta’ kama sisi ni wema kwa asili, na jirani zetu ni wema kwa asili, basi uzio hazitahitajika. Jamii zingine za kale ambazo zinaitwa hazijaendelea zilikuwa zikiishi namna hiyo. Lakini sisi, hasa tunapoishi mijini, tunahitaji uzio za dini kujilinda wenyewe pamoja na kuwalinda wengine.

Ili kufanya hivi tunapaswa kuzifuatwa kanuni za dini (sila) sila ina maana nidhamu ya kuizoeza akili. Tunajizoeza kwa kuifuata misingi fulani ya dini kwa kuona hatani iliyopo katika kuipuuzia. Kuna tofauti katika kanuni za kibudha na amri au sheria za kidini za imani nyingine. Watu wengi

wanayatii majukumu yao ya kidini kwa kuogopa kuadhibiwa. Inawezekana kabisa bila kutishiwa kwenda motoni , watu wengi wangezipuuzia sheria zao za kidini.

Ipo njia yenyehembe mbili ya kufuata wakati wa kuzitii sila au kanuni. Tunapoacha kuua kwa kuelewa kwamba tutawafanya ukatili na mateso viumbe wengine, hiyo inaitwa Varitta Sila. Kuacha kufanya uovu (kuepuka, kujizuia). Wakati huo huo tukikuza wema, huruma, maelewano, hiyo inaitwa Caritta Sila. Kutenda wema (matendo ya wema). Hivi vipengele viwili vya thawabu viendelezwe, vya kujizuia kufanya uovu na kutenda matendo mema.

Isipokuwepo adhabu, watu wataichukua fursa hiyo kutenda matendo maovu bila kuonyesha huruma yoyote. Katika Ubudha kuzingatia sila au kanuni kuna maana; ‘Naizoeza akili yangu iache kufanya mambo fulani yenyehembe madhara, siyo kwa ajili ya mungu au kuogopa adhabu yake, isipokuwa kwa kuelewa kwamba hayo ni makosa. Siogopi adhabu au kutegemea zawadi, lakini nafanya hivyo kwa vile ndivyo ninavyotakiwa kufanya, kwa sababu inaleta faida kwa wengine na kwangu.’

Budha amesema; ‘ Nawashauri kutokana na uzoefu wangu. Siyo habari ambazo nimeshushiwa kutoka juu. Nimefanya matendo mabaya nilipozaliwa karne zilizopita na nakumbuka jinsi ilivyobidi niteseke kwa ajili ya makosa hayo. Ndio maana nawaambia ni bora muache kutenda matendo mabaya ili muepushe mateso. Pia nimefanya matendo mema mengi nilipozaliwa karne zilizopita, na naweza kuelewa maisha mazuri, ya amani na fanaka niliyoishi kwa ajili ya hayo matendo mazuri. Kwa hiyo nawashauri ninyi pia mtende matendo mazuri ili mpate matokeo hayo hayo mazuri. Kama unataka kufahamu zaidi kuhusu hili somo, soma hadithi za Jataka ambazo zinalezea kuhusu Budha katika maisha yaliyopita.

Katika Ubudha hatuwezi kukuta amri, dogma, sheria za dini au vitisho vya adhabu ya kidini. Dini kazi yake siyo kawaadhibu watu ila kuwashauri watu la kufanya na lile ambalo siyo la kufanya. Ukipanya tendo lolote la kiovu, utakumbana na matokeo yake. Siyo Budha au dini itakayokuadhibu. Kitendo chako mwenyewe ndicho kinachokutengenezea mbingu yako au moto. Mwingine hawezi kufanya hivyo.

Kama nilivyosema mwanzo hata watu wa kale walikuwa na maadili katika nafsi zao na walikuwa wanaweza kutofautisha kati ya sahihi na siyo sahihi. Lakini jamii zilivyoendelea hizi hisia za asili ziliendelezwa na kutengenezwa kuwa kanuni za tabia kudumisha sheria na usalama. Kuhakikisha kwamba hizi zitafuatwa viongozi wakasema kwamba zimethibitishwa na mungu pamoja na zawadi au adhabu za milele. Kwa njia hii, tunaweza kusema kwamba dini zimewasaidia binadamu.

FAIDA YA KUTOSHEKA

Siku moja mfalme fulani alimwenda Budha na kumuuliza swali. ‘ Ninapowatazama wafuasi wako naona shwari, uchangamfu na ngozi inayong’ara. Pia nimesikia kwamba wanakula mlo mmoja tu kwa siku, lakini kwa kweli nashindwa kuelewa wanaweza vipi kuudumisha mwenendo huu wa maisha.’ Budha akampa jibu zuri” “ Wafuasi wangu hawayajutii matendo waliyoyafanya zamani isipokuwa wanajitahidi

zaidi na zaidi kutenda matendo mema. Siyo kwa kujuta, kusali na kuabudu isipokuwa kwa kuwasaidia wengine ndio watu wanaweza kufanya toba kwa makosa waliyoyafanya zamani. Wafuasi wangu hawana wasiwasi kuhusu mambo yatakayowafika baadaye. Wanatosheka na chochote wanachopata na kwa hiyo wanadumu katika hali ya kutosheka. Hawawezi kamwe kusema hiki au kile hakiwatoshi. Huo ndio mtindo wa maisha yao kwa hiyo wanaweza kuidumisha shwari, uchangamfu na kung'ara ngozi kwa ajili ya huko kutosheka.”

Mtu yoyote anaweza kuudumisha huu uchangamfu kwa kutosheka. Kama mtu akiuliza kwa nini hatuna furaha katika maisha yetu ingawa vitu tulivyo navyo ni zaidi ya mahitaji yetu, ni njia gani sahihi ya kumjibu? Jibu sahihi ni, kwa sababu hatutosheki, Kama tungetosheka, tusingesema kwamba hiki au kile ni pungufu. Hatuwezi kutosheka kwa ajili kuna upinzani kati ya hamu zetu za kibinagsi ambazo hazina kikomo na sheria ya kutodumu kwa vitu (anicca)

Moja kati ya ushauri mzuri uliotolewea na Budha kwetu sisi ili tuuzingatie kama msingi ni “Kutosheka ndio utajiri mkubwa kuliko yote,’ Mtu tajiri haina maana kwamba anacho kila kitu, mtu tajiri kila wakati anahofia kuhusu uhai wake. Kila wakati yupo katika hali ya woga na wasiwasi, akifikiria kwamba watu wanasububiri kumdhuru au kumdhulumu. Tajiri hawezi kutoka nje bila mlinzi, na ingawa anayo milango mingi ya chuma na kufuli katika nyumba yake, hawezi kulala bila woga na mashaka.

Kwa kulinganisha naye, mtu aliyetosheka ni mtu mwenye bahati sana kwa sababu akili yake imleepushwa na usumbufu wowote wa aina hiyo. Yeye ndiye tajiri kweli. Kwa hiyo kutosheka ni nini? Wakati mtu anapofikiria ‘Kiasi hiki kinatosha kwangu mimi na familia yangu, na sihitaji zaidi ya hivi ‘ huko ndiko kutosheka. Kama kila mtu akifikiria namna hii, basi hayawezi kuwepo matatizo yoyote. Tukidumisha kutosheka kwa namna hii, husuda haiwezi kuivuruga akili yetu na kwa hiyo tutawaruhusu watu wengine wastarehe katika maisha yao. Kama hakuna husuda, hasira pia haiwezi kutokea, kutakuwa hakuna dhuluma na umwagaji damu na kila mtu kwa hiyo ataishi kwa amani.

Maisha ya kutosheka daima yanampa mtu matumaini na imani Hii siyo ndoto ya mchana. Kwa karne 25 watawa wa kibudha wameishi maisha haya ya amani katika maskani zao. Na walei wengi wa Kibudha pia wameishi maisha ya kutosheka bila kuruhusu tamaa za kuvuka mahitaji yao ya msingi. Ni ajabu sana jinsi ambavyo tunahitaji vitu kidogo sana kutosheka. Fikiria kuhusu jambo hili.

JIFUNZE KUKABILIANA NA MATATIZO YA MAISHA

Kwa sababu ya tamaa za kibinafsi, tunataka tuishi maisha ambayo daima hayabadiliki, ya amani na fanaka bila kujali kwamba vitu vilivyopo mbele yetu havidumu. Kwa hiyo tamaa zetu za kibinafsi haziwewi kutoshelezwa kwa sababu kila kitu hakidumu. Mabadiliko ndio kawaida ya mbingu yote. Hakuna kitu kinabakia vilevile, na tunahukumiwa kuwania vitu ambavyo daima viro nje ya ulingo wetu – kwa sababu sisi na hivyo vitu vinabadilika mara tu vinapoguswa.

Lakini bila kujali mabadiliko hayo, tunasukumwa na kuhadaika, na tamaa za ubinafsi, bado tunawania maisha ambayo hayabadiliki

Siku moja Budha alimshauri Ananda; kama mtu yoyote akiuliza swali kwa nini kifo kinatokea, itabidi uwaambie kinatokea kwa sababu watu wanazaliwa, kama hakuna anayezaliwa kutakuwa hakuna kifo. Kama ukitaka kukizua kifo kwa nguvu, basi huyajui maumbile Na ukifanya hivyo utakuwa unaenda kinyume na sheria za maumbile.

Watu kwa ujumla wanapenda uzazi lakini wanaogopa sana kuoza na kufa. Machweo ya jua katika nchi moja ni mawio ya jua katika nchi nyingine, kwa jInsi hiyo hiyo, kifo siyo mwisho wa maisha, kwa vile kifo ni mwanzo wa maisha mengine. Kuzaliwa kiumbe ndio mwanzo wa kifo. Kifo ndio mwanzo wa maisha Kuzaliwa kunaleta cheti cha kifo kwa hiyo tukitaka kuepusha kifo, inabidi tuepushe watu kuzaliwa.

Kwa hiyo tunapaswa kuwa na hekima na kuacha kurudia makosa yetu na tujitaya rishe kwa maisha ambayo yatakuwa hayana mateso.

Tukichunguza kwa makini tunaweza kuelewa kwa nini dunia imejaa dhuluma na uonevu. Tunaanza kuona kwamba hiyo siyo kazi ya muumbaji kigeugeu bali inatokana na matendo yetu mema au mabaya ya zamani. (karma) tunaweza kuona taathira ya matendo yetu mema au mabaya hata katika maisha haya, ukitenda mema yanakufika mema, ukitenda mabaya yanakufika mabaya.

Hakuna mtu yeote kati ya wale wanaoishi kwa thawabu haiamini sheria hii ya karma,kama yeche ni Mbudha au hata kama hana dini. Na wote,isipokuwa wachache tu ,kati ya wale wanaoishi kiovu,hawaamini katika karma.Kwa sababu mambo yao kila wakati ni ya kufuru.,kwa vile wanasema,"Tule na tunywe kwa sababu kesho tutakufa"Kuongea namna hii ni ishara ya kuendekeza starehe kupita kiasi.Hizi falsafa za kula na kunywa kumbe ndiyo chanzo cha misemo ya kuipinga Dharma

UBUDHA KWA WALEI

Maisha ya kidunia yana matatizo sana. Kwa hiyo siyo rahisi kwa walei kuishi maisha ya dini. Wakijaribu kuishi maisha ya dini kwa kubadilisha tabia zao hii inaweza kuleta usumbufu kwa watu ambao wanaishi miongoni mwao. Watu wa familia yao au rafiki watashindwa kuyaelewa haya maisha yao mapya;. Lakini wakiyabadilisha maisha yao polepole wengine wanaweza kujirekebisha na kwenda nao sambamba.

Kwa upande mwingine, mtu anaweza kuishi maisha ya dini bila kuwasumbua wengine kwa kuwa na upole, uaminifu, subira, uvumilivu, umoja, maelewano na ufahamu. _Lakini hata hapo pia, hizi tabia nzuri zinaweza kuleta matatizo iwapo wengine watataka kukudhuru kwa ajili ya upole wako Siyo lazima uwe na thawabu kupita kiasi. ili uishi maishi ya dini kwa walei. Jaribu tu kuishi maisha ya kawaida.

Budha alianzisha hii njia ya kuishi inayofaa kwa walei kwa ajili ya matatizo waliyo nayo, Walei hawatakiwi kuwaiga watawa. Na watawa hawatakiwi kuwaiga walei. Leo hii, utaona watawa wengine wanaishi kama walei, na walei wengine wanaishi kama watawa.

Kwa kutambua ugumu unaowafika katika kutimiza majukumu yao ambayo inabidi wayatimize ili wazitunze familia zao, watu inawabidi wafanye mambo fulani. Budha alisema wanaweza kupata furaha ya aina nne;- kwa kuchuma hela na kuziwekeza(investing), kwa kustarehe kiasi katika anasa za dunia kwa kutumia fedha ambazo wamezipata kihalali, kwa kuepusha madeni kwa kuhakikisha kwamba hela zao wanazitumia vizuri, na kwa kuishi maisha ya thawabu ,watu wakielewa kwamba hawajamfanya ubaya mtu yoyote ,wanakuwa hawana sababu ya kujisikia vibaya. Hisia hii ya raha ndio furaha kubwa kuliko zote anazoweza kuhisi mtu . Furaha zote nyingine zisizokuwa na maana zitatoweka akilini mbele ya furaha hii .

Hii hali ya furaha ambayo wanaidumisha na kuibakiza katika akili ,itabaki nao mpaka siku ya kufa na itawasaidia kupata maisha mazuri watakapozaliwa tena . Kwa sababu wataondoka duniani na akili ambayo hajichanganyikiwa . Hivi ndivyo watu wanavyotakiwa kurekebisha maisha yao ikiwa wanataka kuishi maisha ya kidunia kwa faida. Tofauti na walei ,wapo watu wachache ambao kwa hiari yao wanaamua kuyaacha kabisa maisha ya kidunia na kuwa watawa . Watu hawa wanakuwa na amani ya aina tofauti kabisa .

KUWA NA AKLI YA WAZI KATIKA UBUDHA

Upali ,mfuasi tajiri sana wa dini nyingine , wakati fulani alikuja kumuona Budha na kumwambia kwamba alitaka kuwa mfuasi wake. Budha alimuuliza, “ Kwa nini unataka kuwa mfuasi wangu? ” Upali akajibu , “Watu wanasema kwamba mafundisho yako ni mazuri’ Budha halafu akauliza, “Umeshayasikia mafundisho yangu yoyote ?” Upali aliposema bado ,swali la Budha lililofuata lilikuwa “ ,Sasa unajuaje kama utaweza kuyafuata mafundisho yangu au la; Hiyo siyo njia ya mtu kubadili dini yake ,Mtu ni lazima ajifunze na ajaribu kuyaelewa mafundisho kabla hajaamini .”

Hapo Upali akawa na dhamira zaidi ya kumfuata Budha na akasema “Muadhama, nadhani huu ushauri wako unatosha kabisa kwa mimi kuelewa mafundisho yako yalivyo. Ingekuwa nimemfuata kiongozi wa dini nyingine , angenipokea na angetangaza kwamba mtu fulani pia amekuwa mfuasi wa dini yake. Lakini badala yake muhashamu, wewe unanishauri kuisoma na kuamua kama nataka kuyafuata haya mafundisho.”

Budha alipotaka kuhubiri , hakuhubiri kama vile anataka kutoa hotuba hadharani.Alichunguza akili na uwezo wa kufahamu wa wasikilizaji wake. Na aliwashauri kufuatana na uwezo wa akili yao kushika mambo ili waweze kuyaelewa mafundisho yake kwa urahisi.

JINSI YA KUMUONA BUDHA .

Mmoja wa wafuasi wa Budha aliyejkuwa akiitwa Vakkali alikuwa na tabia ya kumtazama Budha kila siku, kuutazama mwili wake. Budha alipogundua hili akamwuliza, “ Unafanya nini hapa? Jibu lake Vakkali lilikuwa “ Muadhama , ninapovitazama viungo vyako vilivyo shwari , na ngozi yako inayong’ara najisikia vizuri sana.” Baada ya hapo Budha akamwuliza, “Unategemea kupata faida gani kwa kupendezewa na mwili amba ni mchafu , unanuka ,wenye sura mbaya, na usiodumu? Mtu anayeiona Dharma, anamuona Budha. Hii inakusaidia kumuelewa Budha wa kweli. Kama unachotaka ni kumuona Budha wa kweli., basi unapaswa kumuunda Budha huyo katika akili yako kwa kupitia mafundisho yake.,

Tunayatazama maisha yetu visivyo, Tunaiona miili yetu kama ndio maisha yenye. Hatulitazami hili swala kwa usahihi. Nguvu za akili na maisha yetu vyote vinafanya kazi pamoja. Mwili ni nyumba tu ya roho zetu. Tunayatumia maisha yetu yote kuutunza, kuulisha, kuuosha, kuupendezesha mwili wetu, kwa kutumia hela nyingi, bila kuelewa kwamba miili yetu inaleta matatizo mengi na mateso.

MISINGI MITATU MUHIMU KATIKA UBUDHA

Nidhamu [sila], kuiendeleza akili [samadhi], na kupata hekima, ndio misingi mitatu ya maisha ya binadamu. Binadamu tu ndio wanaweza kuziendeleza hizi tabia nzuri. Lengo kubwa katika hii misingi mitatu ya Ubudha ni kuzifuata kanuni [sila].

SILA.

Mtu ni kiumbe ambaye anaishi katika jamii na anaendeleza tabia yake kwa kuhusiana na jamii anayoishi, kwa hiyo kila analolifanya linaleta taathira sio tu kwake lakini pia katika jamii yake. Kuzingatia maadili pia kutaleta taathira. Maadili yanajumuisha thawabu zote za watu wa heshima. Inalinganishwa na thawabu kwa ujumla, na mambo mengi yanayostahili sifa yametafsiriwa kuhusiana na malengo ya kujitakasa na kujizuia, katika matendo, maneno na mawazo ya mtu. Kwa kawaida sila inaeleweka kumaanisha kanuni tano za maadili ambazo ndizo sheria za mlei. Wanatakiwa kuanza safari yao ya kiroho kwa kuzifuata hizi kanuni tano, na kila mlei anategemewa kuzifuata hizi kanuni za msingi.

Na pia kufuatana na mwenendo wa Ubuddha hizi lazima zifuatwe kwa kuzingatia uzoefu na mantiki. Lengo la mwisho la Ubuddha linavuka dhana hii, lakini wakati wote mtu lazima aishi kwa uhusiano na mambo ya dunia hii, na kwa kuzifuata kanuni hizi tano, Wabudha wanaishi kwa kuzingatia hali halisi ya dunia hii. Binadamu amegundua kwa kutumia utashi wake pamoja na manitiki kwamba akiifuata njia fulani, anaweza kufaidika ye ye pamoja na dunia nzima. Kwa hiyo anatumia utashi wake kuifuata hiyo njia. Huku ndiko kuutambua ubinadamu wa mtu kutambua uwezo wake na wajibu.

Sila au maadili maana yake ni kwamba lazima tujifunze kuishi kama watu ambao hawaleti madhara, watu wapole. Tunatakiwa kuishi bila kuivuruga amani na furaha ya wengine. Tukiweza kufanya hivi itakuwa mafanikio makubwa sana. Nidhamu, tabia njema, kanuni na maadili yanalingana na hili neno ‘Sila,’ huu ndio msingi wa kuanza maisha ambayo ni ya kidini.

Kama nyumba ikijengwa bila kuweka msingi mzuri, haitakuwa imara. Mtu wa kisasa amegundua baada ya kutaabika sana jinsi ambavyo ni muhimu sana kuishi maisha ya ‘Sila’ Ina maana kuheshimu haki ya watu wengine kuishi. Kama tukiamini kwamba dunia ilitengenezwa kwa ajili yetu peke yetu, basi tutachukua kila kitu kilichopo bilka kujali; Hatutajali litakalowafika viumbe wengine, hatutajali mazingira kama vile mimea, mito, anga, na kadhalika. Mwisho wake kwa sababu ya dosari za ekolojia zilizosababishwa na maisha yetu ya kisasa tutajiangamiza wenyewe. Mbudha mzuri anaheshimu na anajali wanavyoishi viumbe wengine,

Budha, kwa upeo wake mkubwa alifahamu kwamba hatuwezi kukamilika mara moja. Kwa hiyo anaanza kwa kuituhimiza tuache kutenda matendo yenyeye madhara. Tukipata maendeleo katika kuweka msingi mzuri wa maadili, tunaweza kuanza kuitakasa akili. Ubudha unamruhusu mtu kuijendeleza kufuatana na kiwango chake cha ufahamu na haimwekei mtu kanuni ngumu za kufuata bila kujali uwezo wake au mtazamo wake wa maisha.

Kanuni zina faida kwa kukuza tabia za kiutu na thawabu.Hizi ni tabia ambazo ni muhimu sana kudumisha amani na furaha. Hizi kanuni zinatakiwa kufuatwa sio kwa kuogopa adhabu lakini kwa ajili ya hekima na huruma. Budha alipotushauri, “Tusifanye uovu,” ilikuwa ni kwa faida ya watu wengine.

Kama binadamu, ni wajibu kuwasaidia wengine kwa kutenda ukarimu,kwa wema,na kuwapa msaada wengine wanaohitaji msaada wetu kuondoa mambo yanayowasibu,mashaka na matatizo mengine.Kwa kutoa msaada kwa wengine bila ubinafsi, sio tu tunawassaidia wengine,bali pia tunaupunguza ubinafsi wetu. Tusifanye tendo jema huku tukiwa na hila moyoni,kwa sababu tendo letu zuri litaharibiwa na ubinafsi na hizo dhamira mbaya.

Kwa hiyo maana halisi ya dhana ya Kibudha ya ‘kuacha kutenda uovu’ na ‘kutenda mema’haitegemei adhabu au zawadi,isipokuwa lengo lake ni kuzipunguza tabia zetu za ubinafsi ili tuongeze usafi wa mawazo.Hatutumii vitisho kuwafanya watu wazingatie kanuni.Kutumia vitisho badala ya kuwaelewesha watu hakutawafanya watu wawe na hisia ya huruma, na badala yake unawezakuwafanya watu wawe washirikina au wawe watu wanaotii kauli bila kuuliza maswali.

Kuepuka uovu na kutenda mema,ni mambo mazuri sana,lakini hayatoshi.Kutokana na uzoefu tunafahamu kwamba ikiwa bado uchu,hasira na kuduwaan kumejichimbia sana ndani ya akili, bado tutakuwa tunaweza kutenda matendo mabaya kwa hiyo ipo haja kwetu sisi kuitakasa akili. Kufanya hivi itabidi tuilinde akili yetu na tuyaoondoe mawazo yoyote yale ambayo ni machafu. Iwapo mawazo na dhamira chafu zitazimwa,akili daima itakuwa safi na yenye wema, na tutakuwa tumelifikia lengo letu la mwisho.

Lakini kama binadamu,tunafahamu kwamba maisha yetu tunayoishi siyo ya kwanza na ya mwisho. Faida ya kuwa binadamu ni kwamba tunalifahamu hili na tunaweza kujitayarisha kwa maisha ya baada ya kifo. Watu wengi wanatumaini kwenda mbinguni baada ya kifo lakini tunavyoona jinsi dini zingine wanavyoielezea tunalazimika kufikia uamuzi kwamba hawajui ni kitu gani au iko wapi au ufanye nini ili uzipate starehe za mbinguni? Hata unavyoishi hapa duniani unaweza kuzipata starehe za mbinguni. Wakati tajiri fulani alipouliza ushauri wa Budha jinsi ya kwenda mbinguni baada ya kifo,Budha alimjibu, “Wewe ni tajiri. na bado unauliza ufanye nini ili uzipate starehe za mbinguni? Kwa nini unataka usubiri mpaka utakapokufa ndipo uzipate starehe za mbinguni?Hata unapoishi hapa duniani unaweza kuzipata starehe za mbinguni kama utayatumia maisha haya vizuri..”

Budha alikuwa mwalimu mzuri wa dini ambaye hakutaka kuingiza ushirikina ,vishawishi au woga katika maisha ya watu.Watu lazima wajifunze jinsi ya kuyatumia haya maisha vizuri,wajue jinsi ya kuepuka matatizo,vurugu,migogoro,mashaka na karaha,ili wapate elimu zaidi na hekima.Baada ya kuiendeleza hekima,wataweza kuyarekebisha maisha yao.

FURAHA YA MWILI NA YA AKILI

Ingawa vurugu nyingine haziwezi kuwa dhahiri kwetu, mawazo fulani ya kiovu yaliyojichimbia sana katika akili yanaweza kuwepo.Wakati fulani tunaweza kuwa kimya,na kuwa na sura ambayo haijakunjamana kwa vile hakipo kitu chochote kinachotsumbu; lakini kama vurugu fulani ikitokea,hali yetu inabadilika tunakuwa na ghadhabu na sura yetu inakunjamana. Ile furaha ya mwili ambayo kwa muda inatokea katika akili tunaidhania kwa makosa kuwa ndio furaha ya kweli.Lakini sio hasa furaha ya kweli. Furaha ya mwili ni kutosheka tu kwa hisia. Tabia ya furaha ya mwili ni kwamba inatoweka baada ya muda kidogo Kutafuta furaha ya mwili kusifananishwe na kutafuta furaha ya akili. Furaha ya mwili haidumu, inapiga chenga nyingi,na baada ya kuondoka inakuwa chachu. Pia, inaweza kuwa na gharama, ingawa hairidhishi, lakini furaha ya kweli sio hivyo,yenyewe hainunuliwi,inatoka katika chanzo cha ndani ya akili, na inadumu muda mrefu.

Starehe ya mwili tunayoipata wakati huu inatuhadaa kwa sababu haidumu. Wakati huo huo, hatuwezi kuwa na furaha kwa kudumisha hitilafu za mawazo kama vile woga,hasira,husuda, uhasama na nia ya kudhuru. Wakati hayo mambo hayapo akilini, basi ule uangavu unaotokea kwa muda katika akili ndio tunaita furaha.

FURAHA INATOKANA NA MATENDO MEMA.

Ili kuwa na furaha tunatakiwa kutenda matendo mema zaidi na zaidi.Maana ya matendo mema ni kutoa msaada fulani kwa wengine ili kuyaondoa mateso yao. Furaha tunayoipata kwa kutenda mema ni muhimu kuliko kulimbikiza mali.Kila tunapofanya tendo jema kwa imani na ufahamu,tunapata furaha na tunajisikia vizuri.Hii ndio tunaita thawabu. Hali ya akili tunavyoideleza katika maisha haya inaanua maisha tutakayoishi baada ya kufa.Baada ya kufa hakuna kitu chochote kinachoweza kutusaidia isipokuwa thawabu au karma.Kwa hiyo lazima tujitahidi kwa kadiri tuwezavyo kufanya wema katika maisha haya kwa sababu ndio pekee bima yetu ya kuhakikisha kwamba tunazaliwa upya katika maisha ya bahati.

Wapo watu fulani wasiokuwa na ufahamu amba wanaweka vitu vya thamani katika jeneza kwa kufikiria kwamba itamsaidia mtu aliye kufa. Lazima tuitumie akili yetu na tuelewe mambo bila tu kufuata tabia za kizamani za waliotutangulia. Muda umefika wa kuziacha tabia hizi ili tusilaumiwe na watu wa dini nyingine amba watafikiria hizi ni tabia za Kibudha.Budha kwa mfano hakuwataka wafuasi wachome kitu chochote kwa ajili ya watu waliokufa. Alitushauri kuzichoma moto takataka za akilini.

2. SAMADHI KWA KUPITIA KUTAFAKARI

Samadhi ndio msingi wa pili, kuyakusanya mawazo au kuiendeleza akili ili kupata amani na shwari kwa kuidumisha akili ili ifikirie mada moja tu.Akili za watu amba hawana usoefu kama huu ni dhaifu sana. Akili zao ni dhaifu kwa sababu woga unawasumbua. Tunazo hisia za kujiona kwamba hatuko salama,kwamba hatuna kinga ya kutosha,na kwa ajili ya huo udhaifu tunajishuku.Kila dakika, nguvu zetu za akili zinapotea bila faida

yoyote, kwa kupitia hisia zetu tano. Hizi hisia zetu tano zinaitoa nje nishati ya nguvu yetu ya akili, na zinazitumia hizo nguvu kukaribisha vitu ambavyo vinatuletea wasiwasi, woga na mashaka. Wakati huo huo vinaweza kuunda kinachoonekana kuwa ni kuridhika kwa hisia au msisimko, Hatimaye kwa njia hii, tunaivuruga akili. Tunakusanya vitu visivyofaa kutoka nje kupitia hizi hisia tano, na tunaichanganya akili yetu. Kwa hiyo akili inakuwa haina muda wa kupumzika na inakuwa dhaifu kwa ajili ya huku kupotea kwa nguvu. Ni kama maporomoko ya maji ambayo yanaendelea kutiririka na kueneza maji kila pahali kwa sababu hakuna njia nzuri ya kuyaongoza maji yatumike vizuri. Lakini boma inaweza kujengwa kutengeneza umeme ambaa unaweza kutumika kwa kazi tofauti nzuri.

Injinia , baada ya kuona kwamba kuna hasara kubwa ya maji yanayoporomoka anaamua kujenga boma kuyavuna hayo maji na kutengeneza umeme unaotokana na nguvu ya maji, ili kuliangaza bonde lote. Kwa njia hii hii, tunapoteza nguvu zetu kwa vile hatayakusanyi mawazo yetu. Budha alitushauri tusipotizee nguvu zetu kwa kupitia hizi hisia tano, isipokuwa tuipumzishe akili, ili isilazimike kufanya uamuzi kila wakati kutockana na habari zinazotokana na hisia hizi tano. Ni usumbu, mkubwa sana kwa akili Katika kile kipindi cha kupumzika kwa akili, tunaweza kufikiria mada moja tu, bila kuiruhusu akili kuirukia mada hii au ile na kwa hivyo tutaweza kuiendeleza akili yetu. ‘Bhavana’ maana yake kuiendeleza akili, yaani kufanya akili ikusanye na kuivuna nguvu inayopotea na ijiumbe upya. Akili ikikua kikamilifu, inakuwa na nguvu kubwa, na woga wote, wasiwasi wote, na hisia zote za kujiona uko hatarini zitatoweka. Halafu utakuwa na ujasiri, elimu na hekima. Ili tudumishe maadili, lazima tutafakari, ambayo ndiyo inaitwa ‘samadhi’ Samadhi ni hali ambayo akili inakuwa shwari. Akili ambayo haijanidhamishwa ina tabia ya kwenda huku na huku na siyo rahisi kuimiliki na inaweza kufuata wazo au taaswira yenyewe madhara makubwa Ili kuizua hii tabia mbaya ya akili, mawazo ni lazima yakusanywe ili akili ifikirie mada moja tu,

Na baada ya muda, pole pole akili inaweza kudumu katika mada moja., kama inavyoelekezwa. Kwa kuchagua mada fulani, inawezekana kuuondoa udhaifu fulani wa akili. Kutafakari siyo kuifikiria mada yoyote maalum, Kutafakari ni kuiweka wazi akili ili iweze kufikiria mada moja. Lakini kwa kufikiria mada fulani unaweza kuuondoa udhaifu fulani, Kwa mfano ukitafakari kuhusu urafiki, unaweza kuyaondoa makali ya uadui, gadhabu na husuda. Ukitafakari kuhusu sehemu za mwili ambazo ni chafu au zenye magonjwa, unaweza kuiondoa tabia ya ngono. Ukitafakari kwamba siku moja utakufa, labda utachangamka na kufanya kazi kwa bidii, na hutaridhika na mafanikio uliyoyapata. Ukitafakari tabia nzuri za Budha, unaweza kuondoa kukata tamaa ya maisha, wasiwasi na mawazo ya kutojamini. Kwa kukuza huruma, mtu anayasahau matatizo yake mwenyewe na anaona kwamba wapo watu wengi wenye matatizo.

Kwa kuendelea na mazoezi ya kutafakari Budha na wafuasi wake waliweza kupata uwezo mkubwa wa akili. Waliweza kuondoa kabisa uchu, chuki na kuzumbaa. Iwapo tunataka furaha tujifunze jinsi ya kuipumzisha akili na kuiendeleza na kuzing’oa kutoka kwenye mizizi yake nguvu za uovu zilizomo ndani.

Wakati ule tunapotafakari, tunakuwa na amani lakini mara tu tunapoacha kutafakari na kurudia katika hali yetu ya kawaida ya kufikiri, amani na furaha vinatoweka, na vurugu

inarudi.Maji katika dimbwi yanaweza kufunikwa na majani mengi juu,lakini kule chini maji ni masafi,ukiyasogeza majani kwa mkono,utayaona maji masafi chini,lakini ukiuondoa mkono wako majani yatarudi.Kutafakari kunasaidia kuyaonyesha'maji masafi ya akili'Mwangaza kamili ni wakati ambapo majani yanaondoka moja kwa moja.,na maji yanakuwa masafi moja kwa moja.

Tunapotafakari akili yetu inatakasi.Hii ni kwa sababu hatuyaruhusu mawazo maovu kuiviruga akili yetu..Kwa njia hiyo hiyo,tunapoacha kutafakari,mawazo maovu yanaanza tena.

Tukiyafunika na ndoo majani ya kijani kwa muda wa wiki tatu halafu tuyafunue tena,tutaona yamebadilika rangi. kwa ajili ya kukosa mwangaza wa jua Na tunapotafakari,mabadiliko mengi yanatokea katika akili.Tunakuwa shwari bila hasira yoyote kwa sababu akili yetu inakuwa katika taathira nzuri ya mkusanyiko wa mawazo.Lakini tukiirudia tena hali yetu ya kawaida ya maisha,mawazo yale yasiyofaa yanarudi,kama vile yale majani yanapofunkwa yanabadilika rangi kwa sababu mwangaza wa jua haupiti.Kwa hiyo upo umuhimu wa kuiendeleza akili ili isirudie katika hali ya kuchanganyikiwa.Lengo la kutafakari ni kukusaidia kuiwezesha akili daima ibakie katika hali ya kutakasi.

ELIMU NA HEKIMA

Hekima sio elimu.Tunapata elimu baada ya kusikiliza,kusoma,na kuyaangalia mambo mengi katika dunia hii,lakini sio hekima hasa.Hekima inatokea katika akili wakati vipingamizi vya akili,vizuizi na vikwazo vingine vinapoondoshwa .Kuna wasomi wengi duniani ambaobila shaka,wanayo elimu nzuri lakini kwa bahati mbaya hawana hekima sahihi.

Watu wengi wana akili lakini vitendo vyao havina mantiki,kwa sababu wana hasira za karibu,wana maringo,wana hisia zinazolipuka upesi,wana uchu,wana hisia zinazobadilika mara kwa mara.Kwa upande mwingine,kuna watu wengine ni wapole,na ingawa wana subira,uvumilivu na tabia nyingine nyingi nzuri,hekima yao siyo nzuri na wanaweza kupotoshwa kwa urahisi na wengine.Tukiwa na ukarimu bila hekima,tutajiletea matatizo kwa sababu watu wengine watakuwa wanatuomba hela kila wakati.Kwa hiyo hekima na thawabu lazima viwe pamoja.

KUWA HURU KWA KUTUMIA HEKIMA

Panna..Hekima ni hatua ya tatu na ya mwisho katika njia.Baada ya kuzingatia maadili,mfuasi anajifunza kutafakari.Mawazo yake yanapokusanyika,anakuwa na uwezo wa kuelewa jinsi vitu vilivyo hasa.Hekima ni kuielewa dunia vyema kwamba haidumu,hairidhishi na siyo ya kukumbatiwa.Elimu ni aina tatu,a)ile inayopatikana kutohana na kujifunza,b)ile inayopatikana kwa kufikiri,c)ile inayopatikana kwa kutafakari.Hii ya mwisho ndiyo kilele.Inamwezesha mtu kuifikia nirvana.

Kuzumba,ujinga,na mawazo maovu yanapotoka akilini,uangavu unatokea badili yake.Huu uangavu ndiyo hekima.Kila tunapozidi kujifunza mambo ya kidunia na akili iliyozubaa,ujinga wetu unaongezeka.Akili ikifunguka kikamilifu maendeleo yanaweza

kutokea,na hapo tu ndipo hekima na na ufahamu na utakaso vinatokea katika akili.Haya ndiyo maendeleo ya ndani.

Hatuwezi kuuleta huu uangavu,utakaso na ufahamu kutoka nje.Ni lazima utoke ndani .Sila,Samadhi.,Panna-mazoezi haya ya akili ndiyo misingi mitatu mikuu ya Kibudha ya kuizoeza akili. Maendelezo zaidi ya akili kwa madhumuni ya kupata ukamilisho yanaitwa Adhi Sila. Shwari ya akili inaitwa Adhi Citta(Samadhi).Kupata hekima ya juu kwa kuendeleza ufahamu kunaitwa Vipassana.,ambayo pia inaitwa Adhi Panna.Kwa hiyo,hii ndiyo misingi mitatu mikubwa ya Ubudha ya kuizoeza akili,

MPANGO WA MAFUNZO WA MISINGI MITATU

Huu ndio mpango wa kufundisha maadili Kibudha,kwa kutumia misingi mitatu inayotegemeana.Nazo ni sila,ambazo ni kanuni za maadili ambazo zinafuatwa kwa makusudi na kwa hiari kubadili tabia za maneno na matendo,samadhi,kufundisha mkusanyiko wa mawazo,na panna,kuendeleza hekima ili maadili yaweze kukamilika.Sila ndiyo inaaminika ambapo yale mengine mawili yanajengwa. Mpango wa njia unaonyesha kuwa Ubudha ni kitu abacho kinatekelezeka.Kukamilika kwa sila kunatambulika kuwa ndio msingi wa kazi yote ya kiroho.Mtu mwenye akili anatakiwa ajizatiti katika sila,.aiendeleze akili yake(citta),na aendeleze hekima(panna).Mtu kama huyo anaweza kujinasua kutoka kwenye nyavu za uovu.

Translated by Andrew Burito Nyerere at the request of Rev.Ilkpitiye Pannasekara of the Dar-es Salaam Budhist Temple.,Tanzania.

Kimetafsiriwa na Andrew Burito Nyerere baada ya kuombwa kufanya hivyo na Rev.Ilkpiytiye Pannasekara wa Dar-es Salaam Budhist Temple,Tanzania.

END
