

DOI: <https://doi.org/10.36719/2706-6185/53/106-111>

Rahilə Qurbanova
Azərbaycan Dövlət Pedaqoji Universiteti
<https://orcid.org/0009-0008-4589-004X>
rahila.qurbanova@mail.ru

Caynizm və Buddizm təlimlərində nirvana anlayışı

Xülasə

Caynizm və Buddizm təlimləri nirvanaya yüksəlməyi daxili təmizləmə və zehni sükunət yolu ilə əldə edilməsinin mümkün olduğunu vurğulayır. Hər iki təlimdə əzabdan və bağlılıqlardan azad olmaq üçün sadə həyat tərzini və etik davranışları əsas götürür. Nəticə olaraq, hər iki təlimdə insanın nirvanaya çatması və özünüinkışafı daxili təmizlənmə, etik davranışlar və dünyəvi istəklərdən azad olmaqla mümkün olduğu göstərilir. Caynizm daha çox fiziki və mənəvi əxlaqa, təmizliyə və zərər verməməyə yönəlsə, Buddizm daha çox daxili sükunət, acılardan azadlıq və əsl həqiqəti tapmağa əsaslanır.

Açar sözlər: *nirvana, özünüinkışaf, əzab, zərər verməmək, bağlılıqdan azad olmaq*

Rahila Gurbanova
Azerbaijan State Pedagogical University
<https://orcid.org/0009-0008-4589-004X>
rahila.qurbanova@mail.ru

The Concept of Nirvana in the Teachings of Jainism and Buddhism

Abstract

The teachings of Jainism and Buddhism emphasize that it is possible to achieve nirvana through inner purification and mental peace. Both teachings take a simple lifestyle and ethical behavior as the basis for freedom from suffering and attachments. As a result, both teachings show that a person can reach nirvana and self-development through inner purification, ethical behavior, and freedom from worldly desires. While Jainism focuses more on physical and spiritual morality, purity, and non-harm, Buddhism is more based on inner peace, freedom from suffering, and finding the true truth.

Keywords: *nirvana, self-development, suffering, non-harm, freedom from attachments*

Giriş

Caynizm və Buddizm təlimlərində nirvanaya yüksəlmə prinsipləri əslində həm oxşar, həm də fərqli yanaşmalarla izah olunur. Hər iki təlimdə məqsəd insanın daxili rahatlığına və azadlığa çatmasıdır, amma bu yolda tətbiq edilən üsullar və yollar müxtəlifdir. Caynizm təlimində əsasən ruhun inkişafı və karmanın təmizlənməsi ahimsa (zərər verməmək) prinsipinə əsaslanır. Caynizmin məqsədi, insanın içindəki mənfi emosiyalardan, hisslərdən və arzularından azad olaraq ruhunun ən yüksək vəziyyətinə — mokşaya çatmasıdır. Caynizmə görə hər bir davranış və hərəkət karma yaradır. Yaxşı hərəkətlər təmiz karma gətirir, pis hərəkətlər isə karmanı çirkləndirir.

Tədqiqat

Hind filosofu Çattopadhiya ruhun çirklənməsi haqqında belə yazırdı: “Karmaya çevrilən hazır olan incə materiya ruha axır — bu fenomen axın (asrara) adlanır. Adi vəziyyətdə ruh ehtirasların sığınacağıdır (kaşaya); o, yapışqan bir maddə kimi çıxış edərək ruhla təmasda olan incə materiyanı özündə saxlayır. Ruhun cəlb etdiyi incə materiya onunla kimyəvi birləşməyə daxil olur; buna karma-materiyanın bağlanması (bandha) deyilir... Ruh tərəfindən mənimsənilən incə materiya səkkiz növ

karmaya çevrilir və hər bir incə bədən (karmana-şarira) əmələ gətirir. Bu ruh gələcək doğuşlar zamanı fərdin vəziyyətini və taleyini müəyyən edir... Nə vaxt karma yaxşı şəkildə özünü göstərərsə, onda ruhdan çıxar və ya təmizlənər.” (Çattopadxya, 2003, s. 197).

Caynizm təlimində göstərilir ki, bu proses ruhun azad olması və daha yüksək zirvəyə qalxmasıdır. Bu təlimdə yaradıcı Tanrı anlayışı yoxdur; insan öz səylə mənəvi qurtuluşa çatmalıdır. Etdiyi əməllərə görə gələcək doğumlara təsir edərək karmadan azad olmaq mokşaya (mənəvi qurtuluş) çatmaqdır. İnsan təkrarlanan reinkarnasiya dövrlərini aşaraq ruhunu azad edə bilər. Hər bir insan, daxili inkişaf və təmizləmə yolu ilə karmasını azaldaraq reinkarnasiya zəncirindən qurtula bilər. “Yenidən doğuşdan qurtulmaq və qaçılmaz olan əzab bu dünyanın keçici təcrübələrini müşayiət edir.” (Long, 2006, p. 65).

Bunun üçün insanlar həm fiziki, həm də mənəvi cəhətdən heç bir canlıya zərər verməməlidir. Ahimsa sadəcə fiziki təzahürlərlə məhdudlaşmır, həm də sözlər və düşüncələr vasitəsilə həyata keçirilməlidir. Ahimsa praktikasını doğru şəkildə izləyən şəxs daxili təmizliyə yaxınlaşır. Caynizm daha çox ahimsa (zərər verməmək) və karma üzərində durur. Caynizm görə, karmanın təmizlənməsi və hər cür zərərdən uzaq durmaq ruhu nirvanaya yaxınlaşdırır. Həmçinin bu təlimdə özünüinkişafın bir hissəsi də maddi dünyadan tamamilə uzaqlaşaraq təvazökar həyat sürmək, hisslərini və davranışlarını nəzarət altına almaqla daxili dünyanın təmizlənməsini tələb edir. “Caynizm görə əxlaq insanı yaxşılığa doğru dəyişmək, yeni karma yaranmasına mane olmaq üçün zəruridir.” (Rüstəmov, 2004, s. 69). Caynizm təlimində meditasiya da mühüm yer tutur.

Caynizm təlimi Mahavira tərəfindən sistemləşdirilmişdir. Bu fəlsəfi təlimə görə hər varlığın içində şüurlu ruh (jiva) vardır; ruh əzəli və əbədidir, ruhun məqsədi isə karmadan azad olub öz saf halına qayıtmaqdır. “Ruh şüurlu bir substansiyadır. Şüur ruhun mahiyyətidir.” (Chatterdshi & Datta, 1955, p. 23). Ruhdan fərqli olaraq bir də canlı olmayan maddələr (zaman, məkan, hərəkət, maddə) vardır ki, bunlar ruhla təmasda olanda ruh karma ilə çirklənir. “Bu daim yeni karmaların axını nəticəsində ‘böyüyən’ şüurlu ruh (jiva) incə bədənəldən birini əmələ gətirən ən incə materiyadır.” (Lysenko, Terent'yev, & Shokhin, 1994, s. 85).

Hər bir yaxşı və pis hərəkət ruhun ətrafına karma maddəsi yapışmasına səbəb olur. Bu təlimə görə o, incə və sabit bir maddədir; hər düşüncə, söz və hərəkətlə ruhun üzərinə yapışır və bu karmik toz ruhu çirkləndirir, onun əsl parlaq təbiətini örtür. “Caynizm üçün karma, digər hind dinlərindən fərqli olaraq, fiziki maddə kimi qəbul edilir.” (Chattopadykhya, 2003, s. 3). Ruh öz karmaları səbəbindən bir varlıq formasından digərinə keçərək əzəli doğum–ölüm dairəsində qalır. Ruh reallığı dərk etmir, mənəvi və maddi baxımdan çaşqın qalır, qısa müddətli doğru baxışdan sonra yenidən yanlış qayıdır, doğru və yanlış arasında tərəddüd edir. Artıq reallığı anlayır, lakin özünə nəzarət edə bilmir. Həqiqi bilikləri alıb özünüinkişaf etdirdikdən sonra özünü dərk edir və həyatını şüurlu şəkildə davam etdirir. Bundan sonra ruhda karmik təmizlənmə gedir; hələ bədəndə olan ruh bütün karmalardan azad olandan sonra bədəni tərk edərək karma ilə əlaqəni kəsir. Bu prosesdə artıq ruh yenidən doğulmur. “Karma ruhun maddiləşməsinin əsas səbəbidir. Karmanı aradan götürən ruh özünü asılılıqdan azad edər və bununla da təbii mükəmməlliyə nail ola bilər.” (Chatterji & Datta, 2016, p. 27).

Caynizm təliminin də əsas məqsədi ruhun samsara prosesindən qurtulmasıdır. Bu təlimə görə hər bir ruhun öz daxilində sonsuz bilik, xoşbəxtlik və enerji potensialı vardır. Amma bu potensial karma maddələri ilə örtülmüşdür. “Karmanın dəf edilməsi ilə can azad ola və təbii kamilliyə yetişə bilər.” (Bayramzadə, 2018, s. 26). Ruhun məqsədi bu karmaları mərhələli şəkildə təmizləyərək mokşaya (azadlığa) çatmaqdır. Karmadan tam azad olmuş ruh mokşaya çatır. Ruh bütün karmalardan təmizləndəndə parlaq, sonsuz, saf və azad hala gəlir. Bu halda artıq doğulmur, sakit, hərəkətsiz və əbədi bir varlıq olaraq mokşaya çatır və nirvanaya yüksəlir, yəni Tanrı kimi olur.

Nirvanaya yüksəlmək üçün isə bu beş əsas prinsipə əməl edilməlidir:

1. **Zərər verməmək (Ahimsa)** – Caynizmdə ən vacib prinsipdir: canlılara zərər verməmək və onların həyatına hörmət etmək. Bu həm fiziki, həm də emosional zərərdən qaçmağı tələb edir.
2. **Dürüstlük (Satya)** – Dürüstlük Caynizmin əsas etik prinsiplərindən biridir. İnsanlar yalan danışmaqdan, aldatmadan çəkinməli və həqiqəti deməlidir.

3. **Oğurluq etməmək (Asteya)** – Caynizm başqalarının mülklərinə hörmət etməyi və oğurluq etməməyi əmr edir.
4. **Bağlılıqdan azad olmaq (Aparigraha)** – Caynizmdə insanların maddi şeylərə bağlı olmaması, mülkiyyətə olan həvəsdən uzaq durması tövsiyə olunur. Bu, ruhi azadlığa yol açır.
5. **Ruhun təmizlənməsi (Brahmaçarya)** – Caynizmdə ruhun təmizlənməsi, özünü tanıma, mənəvi inkişaf və karmik yükədən azad olma ilə mümkündür. Bu, meditasiya və ruhsal təlimlərlə həyata keçirilir.

Caynizm, bu prinsipləri həyata keçirərək insanın karmik dövrünü sona çatdıraraq mokşa (qurtuluş) əldə etməsini bildirir. “Caynizmə görə, qurtuluş üçün mokşa halına nail olmaq üçün karmadan azad olmaq, ruhu materiyadan azad etmək lazımdır” (Ağabəyova, 2018, s. 76). Mokşa, ruhun reinkarnasiyasından azad olması və ali bir varlıq halına gəlməsidir, yəni ali mənliklə birləşməsidir. Onların həyat tərzini dinc, rahat yaşamaq, ətraf mühitə və canlılara hörmətlə yanaşmaq –dır. Doğru baxış, doğru bilik, doğru davranış — bu üçü birlikdə insanı azadlığa aparır.

Buddizm təlimində isə daha çox nirvana anlayışına diqqət edilir. Buddizmə görə, insanın həqiqi məqsədi həyatın əsl təbiətini anlamaq və əzabdan azad olmaqdır. Əsas ideyası əzabdan azad olaraq nirvanaya çatmaqdır. Bu təlimdə göstərilir ki, həyat əzab və əziyyətlə, narahatlıqla doludur; xəstəlik, qocalma, ölüm, itki, narazılıq, istədiyini əldə edə bilməmək və s. bunlar insan həyatının təbii halıdır. İnsanlar daim maddi şeylərə — mal-mülkə, hisslərə, insanlara, arzu və istəklərə bağlanır. Bu bağlılıqlar əzabın əsas səbəbidir. Əgər insan istəklərdən və bağlılıqlardan azad ola bilsə, onda əzab da sona çatır. Bu hal nirvana adlanır, çünki insan sakitlik, hüzur və tam azadlıq halında olur. Doğru davranış, düzgün düşüncə, meditasiya və əxlaqla insan özünü inkişaf etdirir. İnsan etdiyi hər əməlin nəticəsi var (karma), bu nəticələr insanın növbəti həyatlarını müəyyənləşdirir. Buddizmin məqsədi bu dövrü (samsara) qurtarmaq və əbədi azadlığa çatmaqdır. Həyat əzabdır, əzabın səbəbi istəklərdir. Əgər insan istəklərdən azad olsa, əzab da bitir. Bunun üçün doğru həyat yolu — Dörd Düzgün Həqiqəti anlamaqla və Səkkizqatlı Yolu izləməklə əldə edilə bildiyini göstərir. Buddizm insanı əzab və çətinliklərdən qurtarmaq, daxili harmoniya və ali həqiqətə çatmaq məqsədi daşıyır. Onun əsas prinsipi insanların həyatdakı əzablarının səbəbini başa düşərək bu əzabdan qurtulmaqdır. Buddizmin əsas təlimi dörd həqiqətdən ibarətdir.

Burada həyatın mahiyyəti və əzabdan qurtulma yolları izah edilir:

1. Həyat izzirabdır. Hər bir insan doğum, xəstəlik, qocalıq və ölüm kimi qaçılmaz acılarla qarşılaşır. Xoşbəxtlik anları müvəqqəti və keçici olduğu üçün həyatı olduğu kimi qəbul etmək lazımdır.
2. İzzirabın səbəbi insanların özüdür. Çünki əzabın kökü arzular və bağlılıqdır. İnsan daim xoşbəxtlik axtarır, amma arzular və istəklər izzirabın əsas mənbəyidir.
3. İzzirabdan qurtulmaq mümkündür. Arzulardan və bağlılıqdan imtina etməklə insan əzablardan xilas ola bilər.
4. İzzirabdan qurtulmanın yolu. Bu yol mənəvi inkişafı, düzgün davranışları və meditasiya praktikasını əhatə edir. Əzabdan azad olmaq üçün doğru davranış yolu var, bu Səkkizqatlı Yoldur.

Buddizm təlimində nirvanaya yüksəlmə daha çox daxili düşüncə və zehni sükunət üzərində dayanır. İnsanın əzab və istəklərdən azad olması və sükunətə çatması üçün nirvanaya yüksəlməsi təklif edilir. Buddizm təlimi, maddi dünyada hər şeyin müvəqqəti və keçici olduğunu anladır. Buddizm nirvanaya yüksəlmək üçün Səkkizqatlı Yolu insanın daxili inkişafına xidmət edən prinsip və təlimlərdən ibarət hesab edir (Paul, 2002):

1. Doğru baxış (əsl həqiqətə və həyatın təbiətinə baxış),
2. Doğru niyyət (niyyətlərin düzgün olması),
3. Doğru danışmaq (həqiqətə əsaslanan danışmaq),
4. Doğru hərəkət (yaxşı və etik davranış),
5. Doğru həyat tərzini (maddi dünyadan azad olmaq və sadə həyat sürmək),
6. Doğru sözlər (zehni və fiziki sözlər),
7. Doğru diqqət (zehni aydınlıq və diqqət),
8. Doğru konsentrasiya (dərindən meditasiya və zehni təmizlik).

Buddizm təlimi meditasiya və daxili zehni aydınlanma üzərində daha çox dayanır və hər şeyin illüziya və boş olduğunu başa düşməyə yönəldir. Bu təlimdə meditasiya praktikası insanın nirvanaya yüksəlmə yolunun mərkəzində durur. Çünki bu təlimdə meditasiya özünüinkışaf və nirvanaya çatmaq üçün istifadə olunan əsas təcrübə vasitələrindən biridir. O, insanın zehni sakitləşdirmək, diqqətini toplamaq və daxili aydınlığı əldə etmək məqsədi daşıyır. Meditasiya zehni tərbiyələndirmək, içimizdəki ehtirasları, qəzəbi və nadanlıq aradan qaldırmaq, ağıl və qəlbi aydınlaşdırmaq məqsədilə aparılır. Buddizmə görə, əsl azadlıq xarici aləmdə deyil, insanın öz içində baş verir; meditasiya da bu daxili azadlığa aparan yoldur. Əsas məqsəd həyatın və varlığın gerçək təbiətini dərk etməkdir; məsələn, hər şeyin dəyişkən, keçici olduğunu başa düşmək, öz “mən” anlayışının illüziya olduğunu anlamaq və bağlılıqlardan azad olmaq. Meditasiya insanın zehni təmizləyir, arzularından və bağlılıqlardan azad edir, nəticədə sükunətə və nirvanaya çatır. Budda meditasiya yolu ilə insanın zehni dərinliklərini araşdıraraq həyatın əsl təbiətini başa düşməsinə tövsiyə edir. Buddizm təlimi, insanın həyatın keçici, hər şeyin illüziya və boşluq olduğunu qəbul etməsinə tövsiyə edir. Bu boşluğu başa düşərək ona uyğun yaşamaqla nirvanaya çatmağın mümkün olduğunu göstərir. Budda hesab edirdi ki, “onun missiyası səadət sirlərini açmaqdan çox, insanları onun həyata keçirilməsinə cəlb etməsidir. Onun üçün hər şeyə maraq həyatın iztirabıdır.” “Nirvana sözü hərfi mənada ‘sönmək’ və ya ‘soyutma’ deməkdir. ‘Sönmə’ ölümə bənzəyir, ‘soyuqlaşmaq’ tam məhv olmaq deyil, yalnız ehtirasların ölməsidir. Azad edilmiş ağıl sönən alov kimidir” (Radhakrishnan, 1956, s. 204). Nirvana, həmçinin istəklərin və bağlılığın tamamilə aradan qaldırılması ilə əldə olunur. Hər iki təlimdə özünüinkışaf və nirvanaya yüksəlmək daxili təmizləmə və zehni sükunət yolu ilə əldə edilən bir hədəf kimi görülür. İstər Caynizm, istərsə də Buddizm təlimləri əzabdan, arzuların və bağlılıqlardan azad olmaqdan bəhs edir. Sadə həyat tərzi və etik davranışlar bu təlimlərin mərkəzindədir. Nəticə olaraq, hər iki təlimdə insanın nirvanaya çatması daxili təmizlənmə, etik davranışlar və dünyəvi istəklərdən azad olmaqla mümkündür, amma bu yolda tətbiq olunan üsullar fərqli yanaşmalara əsaslanır. Caynizm daha çox fiziki və mənəvi əxlaqa, təmizliyə və zərər verməməyə yönəlsə, Buddizm daha çox daxili sükunət, acılardan azadlıq və əsl həqiqəti tapmağa əsaslanır.

Caynizm və Buddizm fəlsəfi təlimlərində insanın ruhi inkişafı, dünyəvi bağlılığı, əzab və iztirablardan azad olması yolları müzakirə edilir. Hər iki təlimdə insanın təbiəti və həyatın məqsədi ilə bağlı dərin düşüncələr olsa da, onların mistik yanaşmaları və bu yanaşmalarda insanın rolu fərqlidir.

Caynizm təlimində mistisizm əsasən ruhi təmizlənmə və azadlıqla bağlıdır. Caynizmə görə, insanın əsas məqsədi mokşa (ruhun azadlığı) əldə etməkdir. Bunu isə insan öz təfəkkürünü, davranışlarını təmizləyərək və dünyəvi əlaqələrdən tamamilə uzaqlaşaraq əldə edə bilər. Bu təlimdə göstərilir ki, hər bir fəaliyyət — həm yaxşı, həm də pis — karmaya təsir edir. Karma, bədən və ruhun təmizlənməsi yolunda irəliləməyə mane olur. “Karma qanunu kənardan tətbiq edilmir, o, bizim təbiətimizə xasdır. Mənəvi vərdişlərin formalaşması, pisliliyə meylin artması, biz bilsək də, bilməsək də özünün həqiqi azadlığını sarsıdan təkrarın sərtləşən təsiri — bütün bunlar karma qanununa daxildir. Karma qanunu insan münasibətlərində ədaləti bərqərar edən prinsipdir” (Radhakrishnan, 1956, s. 201). İnsan karmalarını təmizləyərək və reinkarnasiya dövründən çıxaraq ən yüksək ruhani vəziyyətə — mokşaya — çata bilər. Caynizm təlimində, ruhun ən yüksək vəziyyətə çatması və təmizlənməsi, bədən və düşüncələrin zərərdən və arzulardan azad olması ilə mümkündür. Bu, çox vaxt mistik təcrübələr, meditasiyalar və zehni fəaliyyətlərlə əlamətləndirilir.

Buddizm təlimində mistisizm, xüsusilə ruhani inkişaf və azadlıq (nirvana) ilə əlaqələndirilir. Buddizm, dünyəvi təcrübələrin keçici olduğunu və insanın əsl məqsədinin dərin həqiqətləri, həyatda olan əzabları anlaması və bunlardan azad olması yollarını göstərir. İnsan nirvanaya çatdıqda, o, əzab və bağlılıqlardan azad olur, həyatın əsl təbiətini anlayır. Buddizm, xüsusilə meditasiya vasitəsilə insanın zehni və ruhi təmizlənməsini nəzərdə tutur. Meditasiya insanın daxili aləmini və zehni aydınlaşdırır, bədən və ruh arasında tarazlıq yaradır. Bu təcrübələr həm də daha yüksək ruhani təcrübələrə və əsl həqiqəti dərk etməyə yol açır. Bu təlim, insanın mistik təcrübələrinin əsasında həyatın və əzabın maya (illüziya) olduğunu dərk etməsinə göstərir. Nirvana, əslində bu illüziyanın aradan qaldırılması, ruhun sükunət və həqiqət içində yaşaması deməkdir.

Həm Caynizm, həm də Buddizm insanın özünüinkışafını və mənəvi təmizlənməsini vurğulayır. Hər iki təlimdə mistik təcrübələr və yüksək ruhani vəziyyətlərə çatmaq üçün dəqiq üsullar təklif edilir. Caynizmdə bu, karma və reinkarnasiya dövrlərini aşmaq və mokşaya çatmaqla bağlıdır, Buddizmdə isə nirvana və acıdan azadlıq əldə etməklə bağlıdır (Rüstəmov, 2004). Caynizm təlimi daha çox dünyəvi şeylərdən uzaqlaşmaq, ruhu təmizləmək, dünyada heç bir şeyə zərər vermədən yaşamaq və karma məsələlərini önə çəkir. Buddizm təlimi dünyəvi və mənəvi azadlığa çatmaq üçün fərdin özünü və zəhnini dərin düşüncə və meditasiya ilə işlətməsini vurğulayır, həyatda əzabların keçici olduğunu və hər şeyin maya (illüziya) olduğunu qəbul etməyə yönəldir.

Hər iki təlimdə insanı xoşbəxtliyə aparan yol mənəvi təmizliyə və daxili inkişafa yönəlir. Hər iki təlim də xoşbəxtlik, daxili harmoniya və sükunət axtarışı ilə bağlıdır, amma bu yolda yanaşmalar fərqlidir. Caynizm təlimində xoşbəxtlik, əsasən daxili təmizliyi, zərər verməməni (ahimsa) və karmanın təmizlənməsini təmin etməklə əldə edilir. Caynizmə görə, xoşbəxtlik yalnız dünyəvi zövqlərdən deyil, həm də daxili azadlıqdan və ruhani təmizlənmədən gəlir. Caynizm, insanların bütün canlılara zərər verməmək (ahimsa), həm fiziki, həm də mənəvi cəhətdən təmiz davranmasının vacibliyini vurğulayır. İnsan nə qədər az zərər verərsə, ruhu o qədər təmizlənər və buna görə də xoşbəxtliyə yaxınlaşar. Ahimsa, sadəcə fiziki zərərdən deyil, həm də sözlərdən və düşüncələrdən zərər verməmək deməkdir. Caynizmə görə, insanın xoşbəxtlik əldə etməsi üçün əvvəlcə karmalarını təmizləməsi lazımdır. İnsanın həyatını təmizləməsi və yaxşı hərəkətlər etməsi ilə karmasını dəyişdirməsi, ruhunu təmizləməsi və nəticədə mokşa (azadlıq, nirvana) əldə etməsi mümkündür. Bu isə reinkarnasiya dövrünü aşmaq və ruhu tam azad etmək üçün vacibdir. Caynizm təlimində dünyəvi arzulara qarşı mübarizə və sadə həyat tərzini qəbul edilir. Dünya və onun mülkiyyətlərinə bağlı olmadan, daxili sükunət və mənəvi azadlıqla həyat sürmək, insanı xoşbəxtliyə aparan ən yaxşı yoldur.

Nəticə

Buddizm təlimində xoşbəxtlik, insanın acılardan (dukkha) azad olmasından və sükunət, əzabdan kənar bir vəziyyət olan nirvanaya çatmasından asılıdır. “İztirabdan belə qurtarmaq nirvana adlanır” (Fəlsəfə, 1997, s. 38). Bu isə əsl xoşbəxtliyin daxili sükunətdən, istəyin və bağlılıqların aradan qaldırılmasından gəldiyini göstərir. Budda, insanların əzablarını və dünyadakı keçici təbiəti anlamaq üçün Dörd Aydın Yolu təqdim edir. Bu, həyatın əsl təbiətini başa düşməyə və acıdan azad olmağa yönəlmiş bir təlimdir. Bu yolda insan, əzabın səbəbini və nəticəsini başa düşür, bununla da həyatın əsl məqsədini tapır. İnsanın əzabdan azad olmasını və xoşbəxtliyə çatmasını təmin edən Səkkizqatlı Yolu təklif edir. Bu, doğru baxış, doğru niyyət, doğru danışmaq, doğru davranış, doğru həyat tərzini, doğru sözlər, doğru diqqət və doğru konsentrasiya kimi aspektləri əhatə edir. Bu yolda insanın daxili sükunətə və əsl xoşbəxtliyə doğru irəliləməsi təmin edilir. Buddizm təlimində meditasiyanın rolu böyükdür. Meditasiya, insanın daxili aləmini, zəhni və düşüncələrini təmizləyərək, əslində xoşbəxtliyi tapmaq üçün vacib bir vasitədir. Budda, zəhni təmizləməyi və bağlılıqdan, istəklərdən azad olmağı tövsiyə edir. Bu, insanı acılardan azad edərək, daha sülh içində və xoşbəxt bir həyat sürməyə aparır. “Bu təlim hər bir buddisti öz mövcudluğunun başlıca məqsədinə — nirvanaya çatdırma bilər” (Şükürov, 1997, s. 96). Həm Caynizm, həm də Buddizm özünüinkışafı və nirvanaya yüksəlməyi daxili təmizləmə və zəhni sükunət yolu ilə əldə edilən bir hədəf kimi görürlər. Hər iki təlimdə əzabdan, arzuların və bağlılıqlardan azad olmaqdan bəhs edilir. Sadə həyat tərzini və etik davranışları bu təlimlərin mərkəzindədir. Nəticə olaraq, hər iki təlimdə insanın nirvanaya çatması və özünüinkışafı daxili təmizlənmə, etik davranışlar və dünyəvi istəklərdən azadlıqla mümkündür, amma bu yolda tətbiq olunan üsullar fərqli yanaşmalara əsaslanır. Caynizm daha çox fiziki və mənəvi əxlaq, təmizliyə və zərər verməməyə yönəlirsə, Buddizm daha çox daxili sükunət, acılardan azadlıq və əsl həqiqəti tapmağa əsaslanır.

Həm Caynizm, həm də Buddizm təlimləri, daxili sükunətə, zəhni və mənəvi təmizliyə və dünyanın keçici, müvəqqəti olmasını qəbul edirlər. Hər iki təlim, insanın daxili aləmindəki neqativlərdən təmizləmək üçün yollar təklif edir. Hər iki təlim, xoşbəxtliyi dünyəvi şeylərdə deyil, daxili azadlıqda və mənəvi təmizlənmədə tapması ideyasını irəli sürür. Bu, maddi əşyalar və istəklərdən azad olmağı və daha yüksək bir ruhani vəziyyətə çatmağın yollarını göstərir. Caynizm

insanı, daha çox dünyəvi həyatdan uzaqlaşmaqla və karmanı təmizliklə özünü azad edə bildiyini irəli sürür. Buddizm isə dünyadakı acı və əzabların təbii vəziyyət olduğunu qəbul edir, bu əzabları anlamaq və onlardan azad olmaq üçün zehni və meditasiyanı vurğulayır. Xoşbəxtlik, əzabların ortadan qalxması və nirvanaya çatmaqla əldə edilir. Nəticə olaraq, hər iki təlimdə xoşbəxtlik daxili sükunət, təmizlik və azadlıq ilə əlaqələndirilir. Lakin hər birinin bu məqsədə çatmaq üçün özünəxas üsul və yanaşmaları var. Caynizm də daha çox əxlaqi və etik təmizliklə, Buddizm isə zehni azadlıq və dərin meditasiyaları qəbul edir.

Ədəbiyyat

1. Ağabəyova, Ü. R. (2018). *Qədim dövr Uzaq Şərqdə fəlsəfənin təşəkkülü və inkişafı* [Dərs vəsaiti]. Bakı Universiteti Nəşriyyatı. 220.
2. Bayramzadə, E. (2018). *Fəlsəfə* [Dərs vəsaiti]. 254.
3. Chatterci, S., & Datta, D. (2016). *Hind fəlsəfəsinə giriş* (M. Ç., Tərc.). 232.
4. Chatterdzhi, S., & Datta, D. (1955). *Vvedeniye v Indiyaskuyu filosofiyu* (A. Radugina, Ye. Tuchinskoy & A. Romanenko, Trans.). Izdatel'stvo inostrannoy literatury. 231.
5. Chattopadykhya, D. (2003). *Ot sankkh'i do vedangy: Indiyaskaya filosofiya: darshany, kategorii, istoriya* (per.s angl.). Sfera. 320.
6. Fəlsəfə. (1997). Azərbaycan nəşriyyatı. 374.
7. Jainism: An Introduction. (2006). Jeffery D. Long. 265.
8. Lysenko, V. G., Terent'yev, L. A., & Shokhin, V. K. (1994). *Rannyaya buddiyskaya filosofiya: Filosofiya dzhaynizma*. Izdatel'skaya firma "Vostochnaya literatura" RAN. 383.
9. Paul, D. (2002). *The Jains*. 354.
10. Radkhakrishnan, S. (1956). *Indiyaskaya filosofiya* (per.s angl., V. A. Malinin, Ed.). T. 1. 328.
11. Rüstəmov, Y. (2004). *Fəlsəfənin əsasları*. Elm. 498.
12. Şükürov, A. (1997). *Fəlsəfə: Ali məktəblər üçün dərs vəsaiti*. Elm. 382.

Daxil oldu: 02.08.2025

Qəbul edildi: 22.10.2025