

*Dharma* hedder buddhismens lære, og den er så mangfoldig som dens historie. De mange buddhistiske retninger har hver deres fokuspunkter, men de fleste vil være enige om, at en del af det basale lærestof er de Fire Sandheder, som Buddha prædikede til sine tilhængere kort efter sin oplysning. I disse fortæller han om menneskets eksistensvilkår og muligheden for at blive frelst ved at følge hans belæringer om ret indsigt, etiske normer og meditation. Grundlæggende ses al eksistens som værende lidelsesfuldt, eller utilfredsstillende. Det gælder både ideen om, at alt levende fødes og forgår i uendelige cykler af liv-død, der i indisk tankegang traditionelt har været anset som en frustrerende, kosmisk trædemølle. Det gælder også de psykologiske mekanismer, der gør, at mennesker med begær, dumhed og had lader sig indfange i et spind af eksistentielt set tåbelige netværk, som de ikke kan komme ud af. Forgæves at forsøge at holde fast i noget forgængeligt, som om det var permanent eksisterende (jeget, livet, lykken), giver kun lidelse, og at søge frelsen fra individet selv gennem Buddhas belæringer hører til den vigtigste buddhistiske kerne-teologi.

Specielt etisk sindelag blev en vigtig lære set i relation til karma-tanken, den indiske ide om, at handlinger ifølge en kosmisk lov har effekt på nu- og fremtiden. Ikke kun handlingen, men også intentionen bag enhver handling, er betonet som vigtig, og medfølelse for alle levende skabninger er indenfor buddhismen og på individets egen vej mod frelse en nødvendig ingrediens. Man kalder ondskab, uvidenhed og begær for ”de tre dårskeer”, og alle peger hen på individets egne faldgruber og muligheder. ”Metta” (kærlighed og venlighed) og karuna (medfølelse) er vigtige buddhistiske dyder, enhver buddhist skal bestræbe sig på uselvisk at fremelske og praktisere.

Ud over brugen af Buddha og hans lære som hellige symboler med stadig iboende kraft, har det blandt eliten været et generelt ideal hos de mange buddhistiske skoler at internalisere Buddhas lære på egen krop og sind. Religionen er ikke på samme måde som f.eks. kristendom, jødedom og islam bundet op på skriftsteder og doktrinære trosspørgsmål. Selvom Buddha også dyrkes som en guddom, selvom lamaer ofte respekteres som overjordiske skabninger, og selv om religiøse skrifter i realiteten ophøjes til autoritative udsagn, lægges der også op til, at den enkelte buddhist selv begiver sig på buddha-vejen for at erkende dens relevans. Det har været typisk for mange vestlige buddhister at tage denne opfordring bogstaveligt som en reaktion mod konventionel religionsudøvelse. De fleste asiatiske buddhister lader de religiøse specialister om frelsen og fortolkninger af læren.