

PATHGATE INSTITUTE OF BUDDHIST STUDIES

A MEMBER OF Palyul Sangha International

Διδασκαλία του

Σεβ. Λάμα Ντόντρουπ
Ντόρτζε Ρίνποτσε

*Η Απελευθέρωση
από την Καθήλωση – Μέρος 3*

Η Απελευθέρωση από την Καθήλωση – Μέρος 3

Η εμμονή με το Κέρδος και την Απώλεια

Οτιδήποτε υπάρχει στο νου σας υπαγορεύει αυτό που βιώνετε, έτσι είναι πολύ σημαντικό να προστατεύετε το νου σας, αναγνωρίζοντας ότι αυτή η εμμονή με το σωστό και το λάθος στην πραγματικότητα δεν βοηθά.

Σε ένα από τα κείμενα λέει το εξής:

Μην εμμένετε στο κέρδος και στην απώλεια, μην εμμένετε στο να είστε σωστοί, στο να είστε ορθοί· να γνωρίζετε τι είναι σωστό είναι καλό, να έχετε εμμονή να επιβάλλετε στους άλλους να γνωρίζουν ότι είστε σωστοί, αυτό είναι το μεγάλο πρόβλημα. Να γνωρίζετε την αλήθεια είναι θεμιτό, να επιβάλλετε στους ανθρώπους λέγοντας: «Εγώ γνωρίζω την αλήθεια, εσύ δεν την γνωρίζεις. Αυτό να το βάλεις στο μυαλό σου». Αυτός είναι ο τρόπος που λένε οι γονείς στα παιδιά τι να κάνουν και τα παιδιά δυσφορούν. Αυτός είναι ο τρόπος που οι δάσκαλοι λένε στους μαθητές τι να κάνουν, και οι μαθητές δυσφορούν.

Τα καλύτερα διδάγματα δίνονται με παραδείγματα· θέλετε τα παιδιά σας να τρώνε το φαγητό, μην τους λέτε να το φάνε, το τρώτε εσείς, βάζετε την τροφή στο στόμα σας και δείχνετε να το απολαμβάνετε, και το παιδί θα δει εσάς: «Τι είναι αυτό που τρώει ο μπαμπάς μου; φαίνεται τόσο νόστιμο». Ακόμα και μπρόκολα θα φάνε, ακόμα και λάχανο, δεν έχει σημασία τι, επειδή φαίνεται καλό. Μην τους λέτε να το φάνε, τοποθετήστε το απλώς μπροστά τους και αρχίστε να τρώτε το δικό σας και το παιδί θα αναρωτηθεί: «Τι τρέχει; Τι είναι αυτά;» Θα το βάλουν στο στόμα τους και θα κοιτάξουν στο πρόσωπό σας: «Α, είναι αρκετά καλό!» Στην πραγματικότητα όλο αυτό είναι στο νου.

Για παράδειγμα, όταν κερδίζετε, δεν τελειώνει εκεί το ζήτημα. **Εκείνος που αρέσκεται να κερδίζει θα ανησυχεί ότι η νίκη μπορεί να αντιστραφεί**, ότι οι αντίπαλοι θα ανταποδώσουν. Ακόμα κι όταν κοιμάστε δεν κοιμάστε καλά. Στην δουλειά διαφωνείτε με τους συναδέλφους σας και με κάποιο τρόπο κερδίζετε στους διαξιφισμούς, ή έτσι φαίνεται, δεν κάνετε φίλους, κάνετε εχθρούς.

Όσο περισσότερο κερδίζετε, τόση περισσότερη μνησικακία συσσωρεύετε απέναντί σας. Κι αν αναπαύεστε ή ξαπλώνετε, εξακολουθείτε να ανησυχείτε. Για παράδειγμα, σε καιρό πολέμου κατακτάτε μια πόλη με βία, η άμυνα καταρρέει, είστε οι νικητές, αλλά δεν είστε σε θέση να χαλαρώσετε, τοποθετείτε παντού στρατιώτες, η ασφάλειά σας αυξάνεται, η ζωή σας δεν γίνεται πιο εύκολη, γίνεται πιο δύσκολη. Αν δεν είχατε αρχίσει ένα πόλεμο κατά της χώρας, θα μπορούσατε να κοιμάστε εύκολα. Τώρα εξαιτίας της νίκης σας, ανησυχείτε ότι θα σας την πάρουν πίσω κι ο εφιάλτης αρχίζει. **Η νίκη σε ένα εγκόσμιο πλαίσιο με μια εγκόσμια αντίληψη γεννάει περισσότερες αιτίες ανησυχίας, περισσότερες αιτίες ανασφάλειας.** Αυτή την εμμονή στην νίκη και στην απώλεια, πρέπει να την εγκαταλείψετε. Τότε θα μπορείτε να κοιμάστε καλά.

Όταν είστε πολύ **ανταγωνιστικοί**· και αυτό γενικά είναι το κλίμα στο οποίο αναπτυσσόμαστε από παιδιά, όταν οι γονείς μας λένε: «Να μελετάς πολύ, να είσαι καλός

μαθητής». Και όταν τα πάτε καλά: «Είσαι σπουδαίο παιδί, τόσο έξυπνος». Και εξαιτίας αυτού αναζητάτε περισσότερους επαίνους και προσπαθείτε σκληρά. Μερικές φορές σπουδάζετε ακόμη κι αν δεν σας αρέσει, και αργότερα αναρωτιέστε: «Γιατί στην ευχή το κάνω αυτό; Ούτε καν μου αρέσει. Πώς ξεκίνησε όλο αυτό;» Επειδή το επέβαλαν οι γονείς. Οι γονείς έχουν συγκεκριμένες αντιλήψεις σχετικά με το πώς τα παιδιά θα πρέπει να συμπεριφέρονται, και τα παιδιά καταλήγουν να αποκτούν αυτή την αίσθηση ανασφάλειας.

Είστε ανταγωνιστικοί από ανασφάλεια και προσπαθείτε να κυριαρχήσετε να δείξετε ότι έχετε το πάνω χέρι. Αυτό δεν αποτελεί ασφάλεια. Αν είστε ασφαλείς, δεν χρειάζεται να είστε ανταγωνιστικοί, δεν χρειάζεται να ανταγωνίζεστε.

Για παράδειγμα, έχουμε ένα μικρό αγόρι και ένα μικρό κορίτσι στον άνω όροφο. Είδα ότι τους δόθηκε κάποια εργασία να κάνουν στο σπίτι. Ακούγεται σαν να κάνουν την εργασία αθόρυβα; [Οι μαθητές γελάνε] Γιατί; Όταν οι γονείς είναι εκεί, δεν υπάρχει πρόβλημα: «Ναι, ναι». Τη στιγμή που φεύγουν οι γονείς: «Είμαστε ελεύθεροι! Αυτός είναι ο παράδεισός μας!»

Όταν οι γονείς λένε: «Κάντε αυτό!» [Τα παιδιά λένε:] «Ναι, ναι,» και τη στιγμή που φεύγουν: «Αρχίζει το πάρτι!» Αν προσπαθήσετε να το σταματήσετε, δεν θα μπορέσετε με το να τους πείτε να μην το κάνουν. Ο τρόπος να το σταματήσετε είναι να τους δώσετε κάτι που τους ενδιαφέρει – όχι που ενδιαφέρει εσάς, που ενδιαφέρει εκείνα. Ο καλύτερος τρόπος να καταφέρετε ένα παιδί να μελετήσει ή να κάνει οτιδήποτε είναι να τους κινήσετε το ενδιαφέρον, όχι το δικό σας ενδιαφέρον. Ποτέ μην πιέζετε το παιδί να κάνει κάτι που δεν το ενδιαφέρει, χρειάζεται πρώτα να του καλλιεργήσετε το ενδιαφέρον.

Παρομοίως, αν δεν ενδιαφέρεστε να επιτύχετε την απελευθέρωση, δεν ενδιαφέρεστε να απελευθερωθείτε από την οδύνη· έρχεστε στην διδασκαλία να την ακούσετε και μπαίνει από ένα αυτί και βγαίνει από το άλλο. Κρατάτε σημειώσεις, με καμιά χρησιμότητα.

Το Ντάρμα είναι για πρακτική εφαρμογή, δεν είναι για το σημειωματάριο. Ακριβώς όπως ένα βιβλίο μαγειρικής δεν σας κάνει μάγαιρα, το να έχετε πολλά βιβλία μαγειρικής δεν θα σας κάνει καλύτερους μάγαιρες. Ο καλός μάγαιρας είναι το αποτέλεσμα πολύωρης πρακτικής εξάσκησης και μέσω της κατανόησής σας της μαγειρικής, ακόμη κι όταν το αποτέλεσμα σας δεν θα είναι το αναμενόμενο, θα μπορείτε να το αλλάξετε.

Δεν έχει σχέση με το κέρδος και την απώλεια, επειδή όταν έχετε εμμονή με το κέρδος και την απώλεια, ο νους σας θα είναι πάντοτε ανήσυχος. Ανησυχείτε σχετικά με το σωστό και το λάθος και λέτε στους ανθρώπους τι να κάνουν, επειδή ο τρόπος 'σου' είναι διαφορετικός από τον 'δικό μου'. Πρόβλημα.

Να είναι η πειθαρχία ο δάσκαλός σας

Αυτό είναι το πιο σημαντικό πράγμα στην Βουδιστική κοινότητα, η πρώτη διδασκαλία είναι «**Να είναι η πειθαρχία ο δάσκαλός σας**». Πειθαρχία σημαίνει συγκεκριμένοι τρόποι για να γίνονται τα πράγματα. Όχι ο 'δικός σας' τρόπος, όχι η δική σας ερμηνεία της οδηγίας που δόθηκε αλλά η πραγματική ερμηνεία. Η οδηγία αυτή δεν χρειάζεται να γίνει αποδεκτή από τη λογική του νου σας, επειδή ο λογικός νους σας είναι κούκου.

Καλύπτετε την έλλειψη κατανόησής σας με μεγάλα ονόματα, μεγάλες ταμπέλες ή απαντήσεις. Ρωτάω: «Τι είναι αυτό?» Και απαντάτε: «Δεν ξέρω». Πώς είναι δυνατόν να ζείτε σε έναν τόπο και να μην ξέρετε τι συμβαίνει; «Δεν ξέρω». Επειδή είστε εκεί και δεν δίνετε ποτέ προσοχή στο τι συμβαίνει.

Χαμηλώστε για να μάθετε, υψωθείτε για να βοηθήσετε. Εκείνος που χαμηλώνει είναι ταπεινός. Αν δεν έχετε υπάρξει ποτέ ταπεινοί, θα κοιτάτε αλλά δεν θα βλέπετε· θα ακούτε αλλά δεν θα ακροάζεστε, και θα κάνετε λάθη και θα βρίσκετε κάποιον άλλον να κατηγορήσετε, ή θα βρίσκετε την πιο κοινή δικαιολογία του: «Δεν ξέρω».

Αυτός που θέλει να κερδίζει, που θέλει να είναι σωστός είναι αυτός που είναι ανασφαλής. Αν αισθάνεστε ασφαλής, δεν σας απασχολεί η νίκη ή αυτό που ονομάζεται αποτυχία, δεν σας απασχολεί το να είστε σωστοί ή να είστε λανθασμένοι, δεν σας απασχολεί η κριτική ή δεν ενθουσιάζεστε με τους επαίνους. Αυτή η συνήθεια που έχετε να είστε εριστικοί, να λογομαχείτε με τους ανθρώπους να θέλετε να είσαστε σωστοί, να είστε ορθοί, δεν σας δίνει την ειρήνη. Κάθε φορά μοιάζει με μάχη: «Πώς θα μπορέσω να είμαι σωστός την επόμενη φορά;» «Πώς θα κερδίσω την επόμενη φορά;» «Πώς θα βρω κάτι έξυπνο να πω;» - Υπεροχή. Συνεχώς σκεφτόσαστε αυτό που θέλετε να πείτε και κάνοντάς το αυτό ξεχνάτε τι συμβαίνει, εκείνη τη στιγμή δεν έχετε επίγνωση για οτιδήποτε άλλο.

Να γνωρίζετε τη θέση σας. Όμως αυτή τη στιγμή δεν γνωρίζετε τη θέση σας, δεν πειράζει, ακολουθήστε τις σαφείς οδηγίες. **Αφήστε τις οδηγίες να σας καθοδηγούν.** Θέλετε να πάτε από μια πόλη σε μια άλλη που δεν έχετε ποτέ πάει; Δεν υπάρχει πρόβλημα, βεβαιωθείτε ότι έχετε ένα καλό GPS, ένα καλό χάρτη.

Όταν έχετε εμμονή με τη νίκη και την απώλεια επειδή ο νους σας είναι ανασφαλής, δεν μπορείτε να ευεργετήσετε κανέναν, δεν μπορείτε να δημιουργήσετε ειρήνη και αρμονία. Όταν γραπώνεστε από την καθήλωση που δεν είναι ουσιώδης, όπως το φαγητό, η στέγη, η ένδυση, τότε χαραμίζετε τη ζωή σας. Ναι, χρειάζεστε κάποια ρούχα και χρειάζεται να κόβετε τα μαλλιά σας με ορισμένο τρόπο, γιατί; Για να εναρμονίζεστε με τους ανθρώπους.

Αν πάτε σε κάποιο μέρος που οι άνθρωποι συνηθίζουν να ντύνονται επίσημα και εσείς δεν είστε ντυμένοι καταλλήλως, δεν αισθάνονται άνετα μαζί σας. Πώς θα μπορούσατε να διαδώσετε το Ντάρμα όταν εκείνοι ήδη δυσφορούν μαζί σας; Αν όμως ντυθείτε με τον τρόπο που εκείνοι ντύνονται, αν φορούν Gucci, τότε φορέστε κι εσείς αν το αντέχετε οικονομικά. Όμως αν φυσικά δεν έχετε την καρμική συνθήκη να φορέσετε Gucci, τότε βασικά δεν θα εργαστείτε σε αυτό το πεδίο. Με ποιούς θα εργαστείτε; Θα εργαστείτε με εκείνους που φορούν κάτι οικονομικότερο. Το ίδιο είναι, δεν διαφέρουν. Εκείνοι που φορούν φθηνότερες μάρκες χρειάζονται εξίσου βοήθεια με εκείνους που φορούν ακριβότερες μάρκες. Αν η αρετή σας σας επιτρέπει μόνο να φοράτε αυτή την μάρκα, τότε εργάζεστε με εκείνους που φορούν τέτοιες μάρκες. Αν θέλετε να εργαστείτε με εκείνους που φορούν άλλες μάρκες, τότε χρειάζεται να αλλάξετε επίπεδο.

Δεν υπάρχει 'καλύτερο' ή 'χειρότερο', όλα είναι εργασία, όλα είναι δουλειά· εκείνος που βάζει τα χέρια του στην τουαλέτα και την καθαρίζει κάνει την ίδια δουλειά με εκείνον που μαγειρεύει. Θα πρέπει να φροντίζετε αυτό που κάνετε. Αν βάλετε το χέρι στην

τουαλέτα για να την καθαρίσετε, μην πάτε ύστερα στην κουζίνα να δοκιμάσετε το φαγητό. Εσείς μπορείτε να μην έχετε πρόβλημα αλλά οι άλλοι έχουν. Εσείς μπορεί να έχετε ανοσία, οι άλλοι όχι. Δεν υπάρχει υψηλό επίπεδο ούτε επίπεδο, ούτε ανώτερο επίπεδο, κανένα επίπεδο.

Όταν θέλετε να κερδίσετε, πηγαίνετε σε ένα καζίνο. Όλοι πάνε στο καζίνο επειδή θέλουν να κερδίσουν. Και το καζίνο θέλει να κερδίζετε επειδή όταν κερδίζετε, παραμένετε εκεί. Όταν παραμένετε εκεί, τελικά χάνετε, και όταν αρχίζετε να χάνετε, δεν θέλετε να χάσετε, βάζετε περισσότερα χρήματα στο τραπέζι και τελικά το καζίνο βγαίνει ο μεγάλος νικητής.

Πάτε σε ένα καζίνο και παίζετε, και φυσικά δεν πάτε για να χάσετε, θέλετε να κερδίσετε, και εννιά φορές στις δέκα χάνετε. Ακόμα και όταν κερδίζετε τελικά χάνετε και από τη στιγμή που αρχίζετε να χάνετε, δεν θέλετε να χάσετε αυτά που κερδίσατε και συνεχίζετε και τελικά πάντοτε χάνετε πιο πολλά από αυτά που κερδίσατε. Αφού χάσετε αισθάνεστε άσχημα και θέλετε να επιστρέψετε στο καζίνο.

Κέρδος και απώλεια. Είτε παρακολουθείτε ιπποδρομίες ή ποδόσφαιρο, όταν διακατέχετε από την εμμονή στην ιδέα της νίκης, ο νους σας δεν θα είναι ήσυχος. Η νίκη και η ήττα είναι οι δύο όψεις του ίδιου πράγματος· κερδίζεις κάποιες φορές και χάνεις κάποιες άλλες. Είναι σαν το κύμα, εφόσον ανεβαίνει, κατεβαίνει.

Όταν έχετε αυτού του είδους την νοητική κατάσταση, την εμμονή στην νίκη ή στην ήττα, στο κέρδος και στην απώλεια, ο νους σας δε θα είναι ήσυχος και το σώμα σας επίσης δε θα είναι ήσυχο. Έτσι, όταν νικάτε, τις περισσότερες φορές δεν αποτελεί πραγματική νίκη. Νομίζατε ότι νικήσατε και στον εξωτερικό κόσμο διακηρύσσετε ότι κερδίσατε την μάχη, αλλά τότε αρχίζει ο εφιάλτης. Ποιός εφιάλτης; Ανησυχείτε ότι το πρόσωπο που νικήθηκε από σας θα θέλει να εκδικηθεί· δε θα δεχθούν την κατάσταση και θα προσπαθήσουν να βρουν τρόπο να την αντιστρέψουν. Έτσι, τώρα, όταν κοιμάστε, δεν μπορείτε να κοιμηθείτε καλά, όταν τρώτε, δεν μπορείτε να φάτε καλά· είστε αναγκασμένος να έχετε περισσότερη ασφάλεια παντού τριγύρω και περισσότερα έξοδα.

Θέλετε να δείχνετε στους άλλους ότι είστε πλούσιος. Έχετε ωραία ρολόγια, ωραία δαχτυλίδια και θέλετε να είστε σίγουροι ότι οι άνθρωποι τα βλέπουν. Αν παραβρεθείτε στο κόκκινο χαλί στα Όσκαρ μαζί με αστέρες του κινηματογράφου, θα δείτε ότι φορούν πολύ ακριβά διαμαντένια κοσμήματα που κοστίζουν εκατοντάδες χιλιάδες ευρώ. Πηγαίνουν μόνοι τους στην εκδήλωση; Όχι, έχουν σωματοφύλακες. Οι σωματοφύλακες στην πραγματικότητα δεν νοιάζονται για αυτούς, νοιάζονται για τα κοσμήματα που φορούν και συνήθως είναι συστημένοι από τα κοσμηματοπωλεία. Η δουλειά τους δεν είναι να προστατεύουν το πρόσωπο που τα φοράει, αλλά να προστατεύουν τα πράγματα που φέρουν πάνω τους.

Είναι η αλαζονεία σας που σας κάνει να θέλετε να νικήσετε. Η αλαζονεία είναι αποτέλεσμα της ανασφάλειας. Έτσι ακόμη κι όταν νικάτε θα ανησυχείτε ότι οι άλλοι θα επιστρέψουν ζητώντας εκδίκηση. Κερδίζετε μια φορά και ωστόσο ανησυχείτε ότι θα επιστρέψουν για σας.

Μην νομίζετε ότι επειδή κερδίσατε σε μια διαμάχη θα έχετε ειρήνη. **Αν προσκολλάστε στην εμμονή σας και φιλονικείτε για την εμμονή σας, δημιουργείτε περισσότερη σύγκρουση στη ζωή σας,** και αυτό είναι ένα από τα πρώτα πράγματα που διδάσκω

οποιονδήποτε θέλει να μαθητεύσει στο Ντάρμα. Το πρώτο που πρέπει να κάνει είναι να εγκαταλείψει την καθήλωση, ξεκινώντας με την τροφή και με τις συνήθειες. Τέτοια πράγματα φαίνονται ασήμαντα, αλλά προξενούν τεράστια βλάβη επειδή αποσταθεροποιούν το νου σας.

Αφήνετε τους ανθρώπους να νικούν

Έτσι ακόμη και όταν νικάτε, δημιουργείτε μόνο περισσότερη μνησικακία απέναντί σας, δημιουργείτε περισσότερους εχθρούς. Σε κανένα δεν αρέσει να είναι ο χαμένος. Η Βουδιστική άσκηση σχετίζεται με τη δημιουργία συνθηκών έτσι ώστε να βγαίνουμε όλοι νικητές.

Αφήνετε τους ανθρώπους να νικούν. Τι σημαίνει αυτό; Προάγετε την ευτυχία τους. Η ευτυχία είναι η πραγματική νίκη. Προάγετε την ευτυχία τους. Δώστε τους ευτυχία. Ακόμη κι αν είναι λανθασμένοι, δεν πειράζει. Σε πράγματα που δεν είναι ουσιώδη, αφήστε το. Αφήνετε τα μικρά πράγματα να περνούν. Σε σημαντικά ζητήματα - όχι.

Στην Κίνα κατά την διάρκεια της Δυναστείας Χαν, πριν ο Λιού Ξιού γίνει αυτοκράτορας, ο ίδιος και ένας πολύ καλός του φίλος ερωτεύτηκαν μια συμμαθήτριά τους στο σχολείο που φοιτούσαν. Και οι δύο ερωτεύτηκαν αυτή την κοπέλα στην τάξη. Το κορίτσι ονομαζόταν Γιν Λιχουά. Ο Λιού Ξιού είχε μια φιλοδοξία: *«Αν γινόμουν αξιωματούχος της αυτοκρατορίας, θα ήθελα να ήμουν υπεύθυνος επί των οικονομικών, ένας ισχυρός αξιωματούχος. Και αν επρόκειτο να παντρευτώ, θα παντρευόμουν μόνο την Γιν Λιχουά. Αυτή είναι η μόνη που θέλω να παντρευτώ, είναι η μόνη που θέλω».*

Αργότερα εκείνος έγινε αυτοκράτορας φυσικά, κατέλαβε την υψηλότερη θέση στη χώρα. Και παντρεύτηκε την αγαπημένη του συμμαθήτριά, και αυτή έγινε βασίλισσα. Αλλά ο φίλος του που ήταν πιο έξυπνος, το όνομά του ήταν Γιαν Ζιλίνγκ, δεν έγινε αυτοκράτορας, αλλά βοήθησε τον φίλο του να ασφαλίσει την αυτοκρατορία. Τελικά ο Λιού Ξιού απεβίωσε. Ο Γιαν Ζιλίνγκ πήγε στο μνήμα του για να τιμήσει τον φίλο του και είπε κάτι το οποίο έμεινε στην ιστορία. Είπε: *«Στην πολιτική είσαι νικητής. Σε σύγκριση με εσένα εγώ είμαι χαμένος, επειδή εσύ έγινες αυτοκράτορας και εγώ δεν έχω κανένα επίσημο τίτλο. Στο ζήτημα του έρωτα είσαι και πάλι ο νικητής κι εγώ ο χαμένος. Παντρεύτηκες εκείνη που ήθελες κι εγώ την έχασα. Αλλά είτε νικητής είτε χαμένος, στο τέλος είμαστε όλοι ένα κομμάτι κίτρινης γης».*

Οτιδήποτε υπάρχει, δεν μπορείτε να το πάρετε μαζί σας. Ο Γιαν Ζιλίνγκ είχε την ικανότητα να δει πέρα από αυτή την εμμονή της νίκης και της ήττας και να αναγνωρίσει τι φέρνει αρμονία στην ζωή του. Αυτό που κατανόησε ήταν να μην κατακυριεύεται από τις έννοιες της νίκης και της ήττας – ούτε νίκη, ούτε ήττα. Έχετε εμμονή με την επιθυμία σας να δείχνετε ότι καταλαβαίνετε, ότι είστε έξυπνος, ότι γνωρίζετε. Κοιτάξτε την καθημερινή σας εργασία και στοχαστείτε, θα διαπιστώσετε ότι δεν είστε ευχαριστημένοι με τίποτα: *«Αυτή η δουλειά είναι υπερβολικά μεγάλη!» «Αυτή η δουλειά είναι υπερβολικά μικρή!» «Δεν υπάρχει δουλειά!» «Υπάρχουν υπερβολικά πολλές δουλειές!»* Είναι πολύ προβληματικό.

Όταν δεν έχετε ένα νου με εμμονές στη νίκη και στην ήττα, στο σωστό και στο λάθος, είναι βέβαιο ότι θα τρώτε καλά και θα κοιμάστε καλά. Όταν δεν εμπλέκεστε σε αυτή την

μάχη της διελκυστίνδας ανάμεσα στην νίκη και στη ήττα, μπορεί να χάσετε κάποια στιγμή – όπως όταν πάτε για μια δουλειά και την δίνουν σε κάποιον άλλον, αλλά είναι εντάξει, στην τελική έχετε περισσότερο ελεύθερο χρόνο, χαρούμενες μέρες.

Όταν παύετε να εμμένετε στη νίκη και στην ήττα, κερδίζετε μια ζωή αρμονίας, μια ζωή χωρίς διαμάχη.

Όταν με κάλεσαν στην τελετή Τσοκ Πέμα στα εγκαίνια του ναού Ζέλντοκ Πέρι από την Αυτού Αγιότητα τον δέκατο τέταρτο Δαλάι Λάμα, είπα: *«Ευχαριστώ για την πρόσκλησή σας, αλλά λόγω προγραμματισμένων διδασκαλιών, δεν μπορώ να έρθω»*. Πού πήγα; Πήγα στην Ολλανδία. Επειδή είναι πολλοί άνθρωποι εκεί; Όχι, επειδή στην πραγματικότητα εργάζομαι. Αν πάω στο Τσοκ Πέμα κάθομαι και πίνω τσάι. Φυσικά είμαι πάντοτε ευτυχής να βλέπω τους φίλους μου, αλλά εμείς γνωριζόμαστε από πάντα. Αν δεν τους δω σε αυτή τη ζωή, θα τους δω στις επόμενες. Κανένα πρόβλημα.

Για μένα η δουλειά είναι δουλειά. Είμαι ευτυχέστατος όταν διδάσκω. Είμαι ευτυχέστατος όταν λαμβάνω μέρος σε Νταρμικές δραστηριότητες. Το να δω τους φίλους μου είναι κάτι που το κάνω ενδιάμεσα.

Έτσι, όταν δεν εμμένετε στην νίκη και στην ήττα, στην φήμη και στον πλούτο, η ζωή είναι απλή και εύκολη.