

## **Ο Περιχαρής Γονικός Ρόλος**

### **Πώς η διδασκαλία ήρθε σε ύπαρξη**

Η διδασκαλία αυτού του πρωινού έχει τον τίτλο: 'Ο Περιχαρής Γονικός Ρόλος'.

Ο αρχικός τίτλος που είχα στο νου δεν ήταν ο 'Περιχαρής Γονικός Ρόλος', ήταν λίγο περισσότερο πραγματιστικός, λίγο περισσότερο ευθύς. Επρόκειτο να την ονομάσω 'Ο Ρόλος του Γονιού Δίχως Δάκρυα', αλλά μπορείς να εστιάσεις σε μια δακρύβρεχτη στιγμή και μπορείς επίσης να εστιάσεις σε μια χαρούμενη στιγμή. Έτσι σκέφτηκα: Ας εστιαστούμε σε μια χαρούμενη στιγμή!

### **Έχοντας Παιδιά**

Φυσικά εξαιτίας του τρόπου με τον οποίο υπάρχουν τα πράγματα, φαίνεται να είναι γενικά αποδεκτό το γεγονός ότι γεννιόμαστε, ωριμάζουμε στην ενηλικίωση, και στην συνέχεια το επόμενο πράγμα που προοριζόμαστε να κάνουμε είναι να παντρευτούμε ή να ζευγαρώσουμε με κάποιον ώστε να κάνουμε παιδιά. Στην πραγματικότητα, αν το καλοεξετάσετε το επόμενο πράγμα είναι τα γηρατειά και ο θάνατος. Έτσι λοιπόν, αν αυτή είναι η περίπτωση, πια είναι η διαφορά ανάμεσα στους ανθρώπους και τα ζώα; Τα ζώα ζευγαρώνουν κάθε χρόνο και στη συνέχεια κάνουν μωρά και μερικές φορές αφού τα μωρά μεγαλώσουν, δεν έχουν καμία σχέση μαζί τους. Πολλοί από τους ανθρώπους που έχουν γάτες το γνωρίζουν αυτό. Όταν γεννούν τα γατάκια τους, τα φροντίζουν όμως όταν αυτά ενηλικιώνονται στην πραγματικότητα τα αγνοούν και μάχονται μεταξύ τους σαν να μην είχαν ποτέ αυτό τον δεσμό μητέρας παιδιού. Πολλά ζώα στη πραγματικότητα είναι έτσι.

### **Τα πάντα στον κόσμο κυβερνώνται από την αιτία και το αποτέλεσμα**

Η διδασκαλία του Βούδα λέει ότι αυτός που λέει ψέματα, κάνοντας μικρές παραβάσεις όπως είναι τα μικρά ψέματα, δημιουργεί συνθήκες καθώς τα συσσωρεύει ώστε να επαναγεννηθεί ως ζώο, το οποίο προσωποποιεί την ιδιότητα της βλακείας. 'Βλακεία' με την έννοια ότι δεν κατανοεί ότι υπάρχει κάποιος ανώτερος σκοπός στην ύπαρξη. Όταν κάποιος ενεργεί διαρκώς με απληστία, ζητώντας όλο και περισσότερο, θέλοντας πάντα περισσότερο εις βάρος κάποιου άλλου, αυτή η παράβαση λέγεται μεσαίου τύπου και είναι αρκετή για να 'στείλει' κάποιον σε επαναγέννηση στο βασίλειο των πεινασμένων φαντασμάτων. Όταν κάποιος διαπράττει μια μεγίστης σοβαρότητας παράβαση όπως να αφαιρέσει τη ζωή κάποιου από θυμό με εσφαλμένη πρόθεση, τότε αυτό το είδος δράσης θα γίνει η αιτία κάποιος να επαναγεννηθεί στα βασίλεια των κολάσεων.

Έτσι λοιπόν έκανα μια σύντομη αναφορά αυτής της διδασκαλίας όπως αυτή υπάρχει στο κείμενο και εξηγείται από τον Κύριο Βούδα, η οποία απεικονίζει το γεγονός ότι

τα πάντα στον κόσμο, στον κόσμο που γνωρίζουμε κυβερνάται από τον νόμο τις αιτίας και του αποτελέσματος.

### **Το παράδειγμα του γύρου της Αθήνας με ποδήλατα**

Όπως σήμερα, επειδή είναι η μέρα του γύρου της πόλης με ποδήλατα και οι άνθρωποι θα πρέπει να φαίνονται χαρούμενοι και να έχουν ένα μπαλόνι δεμένο στο ποδήλατό τους, και φυσικά όταν το κάνουν αυτό είναι πολύ χαρούμενοι. Στο μεταξύ, υπάρχουν για τον ίδιο λόγο πολλοί δυσαρεστημένοι άνθρωποι αυτή την στιγμή μέσα στα αυτοκίνητά τους που διαπιστώνουν ότι δεν μπορούν να πάνε πουθενά και βράζουν, έτοιμοι να εκραγούν.

Έτσι ενώ κάποιοι άνθρωποι νιώθουν αυτό που ονομάζουν 'ευτυχία', υπάρχουν άλλοι άνθρωποι που σκέφτονται: *«Τι συμβαίνει με αυτούς; Είναι τρελοί; Γιατί έκλεισαν ολόκληρη την πόλη;»* Μπορείτε να διαπιστώσετε ότι αυτό το είδος της ευτυχίας προκαλεί δυστυχία.

### **Να σκέπτεστε τις ανάγκες των άλλων**

**Παρομοίως, επιμένετε τα παιδιά σας να κάνουν ορισμένα πράγματα χωρίς να σκέφτεστε πώς αισθάνονται γι' αυτό, χωρίς να λογαριάζετε αν ενδιαφέρονται για αυτά, χωρίς ακόμα να σκέφτεστε ότι μπορεί αυτά τα πράγματα να είναι ακατάλληλα για τα παιδιά. Είναι μικρά παιδιά και δεν έχουν άλλη επιλογή, αλλά μπορούν να έχουν ξεσπάσματα οργής. Και αργότερα όταν έχουν επιλογή, έρχεται η αναρχία. Λένε: *«Με καταπίεσες για πολύ καιρό, τώρα είμαι δεκαέξι και θέλω να ακούσεις τι θα κάνω. Δεν πάω στο σχολείο!»***

Γιατί οι άνθρωποι το κάνουν αυτό; Γιατί καταπιέστηκαν για πολύ καιρό. **Όταν δεν μπορείς να είσαι παιδί και να εκφράζεσαι αναλόγως στον κατάλληλο χρόνο, τελικά θα εκραγείς.** Όπως η χύτρα αν δεν επιτρέψεις στην πίεση να βγει.

Μπορείτε να δείτε παραδείγματα παντού. Όταν λοιπόν ενεργείτε χωρίς να εξετάζετε τα πράγματα με τον κατάλληλο τρόπο, εύκολα λέτε: *«Αυτό θέλω»*. Και δεν σκέφτεστε τι χρειάζονται οι άλλοι άνθρωποι. Για σένα, εσύ είσαι σημαντικός. Εσύ λες: *«Επειδή είμαι γονιός, αυτό που λέω είναι και σωστό»*. Καταρχήν αυτή η δήλωση είναι αμφισβητήσιμη! Αν εννοείτε ότι είστε σωστοί επειδή είστε μεγαλύτεροι και κρατάτε τα λεφτά, αυτό δεν σημαίνει ότι είστε και σωστοί.

### **Όταν γίνεστε σαν τους γονείς σας**

Στην πραγματικότητα, αυτό που σήμερα σκέφτεστε ότι είναι σωστό, υπήρξε εποχή που σκεφτήκατε ότι ήταν λάθος. Όταν ήσασταν παιδιά, κάποια πράγματα που σας είπαν τα θεωρήσατε λάθος. Όμως σήμερα διαπιστώνετε ότι τα μόνα δεδομένα που έχετε στο κεφάλι σας είναι αυτά των γονιών σας, κι έτσι τώρα που έχετε γίνει γονείς ενεργείτε με τον τρόπο των γονιών σας ξεχνώντας πόσο σας ήταν δυσάρεστος.

## **Δώστε την ευκαιρία στα παιδιά να φερθούν σαν παιδιά**

Τα παιδιά όταν είναι παιδιά θα πρέπει να έχουν την ευκαιρία να φέρονται ως τέτοια. Δεν είναι η θέση τους να έχουν μεγάλες ευθύνες, γι' αυτό τον λόγο δεν τους δίνετε σημαντικά πράγματα να κάνουν. Αν δεν μπορούν να έχουν μεγάλες ευθύνες και ξέρετε ότι δεν μπορούν, τότε γιατί περιμένετε απ' αυτά να δείξουν υπευθυνότητα; Είναι στην ηλικία του παιχνιδιού, στην ηλικία της διασκέδασης, στην ηλικία της εξερεύνησης του κόσμου στον οποίο βρίσκονται. Πρέπει μόνο να βεβαιωθείτε ότι δεν εκτίθενται σε μη-υγιείς επιρροές. Η δουλειά σας είναι να εξασφαλίσετε ότι δεν εκτίθενται σε αρνητικές επιρροές. Η δουλειά σας είναι να εξασφαλίσετε ότι δεν εκτίθενται σε μη-βοηθητικές επιρροές.

## **Το να είσαι γονιός είναι διαφορετικό από το να είσαι φίλος**

Άκουσα ένα πολύ γνωστό ηθοποιό στο Χονγκ Κονγκ να λέει: «Δεν αντιμετώπισα ποτέ σαν πατέρα τον γιό μου, τον αντιμετώπιζα πάντα ως φίλο». Λάθος. Υπάρχει κάποια διαφορά μεταξύ γονιών και φίλων. Δεν ξενυχτάτε μέχρι το πρωί αλλάζοντας τις πάνες των φίλων σας! Δεν σηκώνεστε στις τρεις το πρωί επειδή ο φίλος σας έβρεξε το κρεβάτι του. Δεν το κάνετε αυτό στους φίλους σας. Δεν το κάνετε στους γείτονες, το κάνετε μόνον επειδή είναι παιδί σας, το μωρό σας. Όταν βγαίνετε έξω με τους φίλους σας διασκεδάζετε, με τα παιδιά σας ποτέ. Η διασκέδαση σε σχέση με τα παιδιά σας έρχεται αργότερα όταν αισθάνεστε ότι είχατε μια επίτευξη και λέτε: «Αυτό είναι το παιδί μου». Όταν τα παιδιά σας επιτυγχάνουν καμαρώνετε: «Αυτό είναι το μωρό μου!» Όταν δεν πάνε καλά, εξοργίζεστε.

Δεν μπορείτε λοιπόν να συμπεριφέρεστε στα παιδιά σας σαν φίλοι, είναι μια διαφορετική σχέση. Αν εξετάσετε τον τρόπο με τον οποίο πρέπει να σχετίζεστε με τους άλλους, η προσέγγιση είναι η εξής:

## **Η σχέση μας με τους ηλικιωμένους**

Όταν οι μεγαλύτεροι χάνουν κάποιες ικανότητες που είχαν παλιά, μπορεί να χειροτερεύει η μνήμη τους, ή να έχουν κινητικά προβλήματα, να μην μπορούν να φροντίσουν τον εαυτό τους τόσο καλά – **τότε εμείς ως νεότεροι είμαστε υπεύθυνοι απέναντι τους να τους βοηθήσουμε στα πράγματα που δεν μπορούν να κάνουν πια.**

Για παράδειγμα, αν η μνήμη τους είναι αδύνατη, χρειάζεται να τους βοηθάτε να θυμούνται πράγματα· να βεβαιώνετε ότι πήραν το φάρμακό τους, ότι έκαναν τις εξετάσεις τους, τέτοιου είδους πράγματα. Αν έχουν κινητικά προβλήματα, βοηθήστε τους στα ψώνια και κάνετε γι' αυτούς τα πράγματα που δεν μπορούν να κάνουν τώρα όπως τα έκαναν κάποτε. Εν ολίγοις, τους βοηθάτε να φροντίσουν ο,τιδήποτε τους δυσκολεύει. Είναι τόσο απλό.

## **Η σχέση μας με τους φίλους**

Απέναντι στους φίλους μας έχουμε ευθύνη να τους ενθαρρύνουμε να βελτιώνονται, το ίδιο και αυτοί σε εμάς. Είναι αυτό που ονομάζουμε 'συνομήλικοι', η ίδια γενιά. Όταν τα πάνε καλά να τους το λέτε και να τους ενθαρρύνετε να πάνε ακόμα καλύτερα. Αν υπάρχει ένας τομέας που πιστεύετε ότι ενεργούν με ένα τρόπο που

δεν τους βοηθάει ή παίρνουν αποφάσεις επιβλαβείς για τους ίδιους, τότε είναι δική σας δουλειά να τους θυμίσετε: «Κοίτα, αυτό που κάνεις δεν πρόκειται να σε βοηθήσει». Αυτό κάνετε για τους συνομήλικούς σας. **Τους ενθαρρύνετε να βελτιωθούν, και τους αποθαρρύνετε από να το κάνουν αυτό που είναι μη-βοηθητικό και τους βοηθάτε με όποιο τρόπο μπορείτε.**

### **Η σχέση μας με τους μικρότερους**

Όμως σε εκείνους που είναι μικρότεροι από μας, στους νεότερους, είτε είναι παιδιά σας, είτε κάποιου άλλου ή ακόμα και σε ένα ξένο παιδί που βρίσκετε στο δρόμο, είναι υποχρέωσή σας να τους βοηθάτε. **Πρώτα να τους προστατεύετε από αχρείαση οδύνη, και αν μπορείτε να τους βοηθήσετε, τους γαλουχείτε έτσι ώστε να αναπτυχθούν με τον σωστό τρόπο με την σωστή αντίληψη.**

### **Το παράδειγμα της μητέρας του Μενγκ Ζι**

Οι περισσότεροι θα έχετε ακούσει για έναν δάσκαλο από την Κίνα που ονομαζόταν Κομφούκιος. Μετά τον πέρασμα του Κομφούκιου υπήρχε ένας άλλος δάσκαλος με το όνομα Μενγκ Ζι, ο οποίος συμμαριζόταν τις αντιλήψεις του. Όταν ήταν μικρός, η μητέρα του ζούσε δίπλα σε ένα χασάπη και έτσι το μικρό παιδί άρχισε να τον μιμείται και έτσι η μητέρα του αποφάσισε να μετακομίσουν σε μια άλλη περιοχή, σε ένα άλλο σπίτι. Το μέρος που μετακόμισαν βρισκόταν δίπλα στο νεκροταφείο. Οι κινέζοι εκείνο τον καιρό έκαναν πολλές τελετές, έτσι λοιπόν όταν κάποιος πέθανε υπήρχε μια πολύ ακριβή τελετή που γινόταν και έτσι το μικρό παιδί αντέγραφε και έκανε ότι έκαναν. Ξανά η μητέρα σκέφτηκε: «Αυτό δεν είναι σωστό». Τελικά μετακόμισαν σε ένα σπίτι που βρισκόταν δίπλα σε ένα σχολείο και το παιδί άρχισε να αντιγράφει ό,τι έκαναν στο σχολείο. Έβλεπε τους ανθρώπους να μελετούν και μελετούσε και αυτό, και τελικά έγινε ένας σημαντικός λόγιος. Έτσι, όπως βλέπετε, αν η μητέρα του δεν φρόντιζε κάνοντας αυτές τις κινήσεις, το παιδί δε θα είχε την ευκαιρία να αναπτύξει την σωστή αντίληψη.

Εγώ ο ίδιος άλλαξα πολλά σχολεία ως παιδί. Η μητέρα μου με καθυστέρησε ένα χρόνο έτσι ώστε να μπορέσω να πάω σε ένα σχολείο με καλύτερο πρόγραμμα. Και μέχρι τη στιγμή που πέθανε, ποτέ δεν σταμάτησε να σκέφτεται με ποιό τρόπο θα μπορούσε να μου εξασφαλίσει καλύτερες συνθήκες. Αυτή είναι λοιπόν η δουλειά των γονέων, είναι ευθύνη τους να υποστηρίζουν τα παιδιά τους κατ' αυτό τον τρόπο και να το κάνουν χωρίς να σκέφτονται τον εαυτό τους. Έτσι θα έπρεπε να είναι. Στις μέρες μας φυσικά, τα πράγματα είναι πολύ διαφορετικά.

### **Για να κάνεις παιδί δεν χρειάζεται μεγάλη προσπάθεια**

Πράγματι για να κάνεις παιδί δεν χρειάζεται μεγάλη προσπάθεια. Χρειάζεται ένα ωάριο και ένα σπερματοζωάριο και τα υπόλοιπα είναι χημική αντίδραση. Και τι προκάλεσε το ωάριο και το σπερματοζωάριο να ενωθούν; Συνήθως δεν είναι η δραστηριότητα ανάμεσα σε έναν άντρα και μια γυναίκα; Στην πλειοψηφία των περιπτώσεων, δεν είναι το αποτέλεσμα μιας πράξης σοφίας. Σχεδόν σε κάθε περίπτωση είναι μια πράξη πάθους. Εκείνη την ώρα δεν λειτουργεί η σύνεση, δεν ακούς τίποτα, το μόνο που εστιάζεις είναι: «Αυτό θέλω». Ο λογικός συλλογισμός δεν

παίρνει μέρος, η σοφία δεν παίρνει μέρος, είναι μια έκφραση πόθου. Είναι επίσης μια βιολογική αντίδραση του σώματος για να συμβεί η σύλληψη με βεβαιότητα. Όπως τα ζώα μια ορισμένη περιόδου του χρόνου ζευγαρώνουν. Όμως οι άνθρωποι έχουν έναν ανώτερο σκοπό. Ο ανώτερος σκοπός προαπαιτεί μια ανώτερη κατανόηση. Δεν πρέπει λοιπόν να μαθαίνουμε από τον τρόπο που τα ζώα φροντίζουν τα παιδιά τους. Με τον ίδιο τρόπο που δεν μπορούμε να μάθουμε από τα ζώα πώς να κυβερνούμε μια χώρα.

Η διαπαιδαγώγηση των παιδιών δεν πρέπει να είναι ούτε πολύ σφιχτή ούτε πολύ χαλαρή. Αν είναι πολύ σφιχτή θα αντισταθούν· αν είναι πολύ χαλαρή δεν θα έχουν τη σωστή δομή ή τη σωστή πειθαρχία. Για να επιτύχει κανείς τη σωστή αναλογία δεν είναι εύκολο, γι' αυτό το να είσαι γονιός δεν είναι εύκολο.

### **Η διαφορά μεταξύ ενστίκτου και παρόρμησης**

Ενώ πολλοί από σας πηγαίνουν στο σχολείο, μαθαίνουν διάφορα πράγματα και παίρνουν κάποιο πτυχίο, πόσοι μαθαίνουν να είναι γονείς όταν αποκτούν παιδί; Αρχικά λειτουργείτε με το ένστικτο. Υπάρχει μια διαφορά μεταξύ ενστίκτου και παρορμήσεων. Όταν πεινάτε το ένστικτό σας σας λέει ότι χρειάζεστε τροφή. Όταν διψάτε το ένστικτό σας σας λέει ότι χρειάζεστε κάποιου είδους υγρό. Η παρόρμηση διαφέρει. Η παρόρμηση λειτουργεί ως εξής: *«Έχω την παρόρμηση να φάω επειδή αυτό είναι κέικ σοκολάτας. Ξέρω ότι δείπνησα ήδη, αλλά αυτό δεν είναι δείπνο, είναι κέικ σοκολάτας, δεν μετράει»*. Η τάση σας υποκινείται από παρόρμηση όχι επειδή πεινάτε. Όπως όταν πίνετε οινοπνευματώδη, είναι ξανά η παρόρμηση που λειτουργεί, το χρειάζεστε για να σας βοηθήσει να χαλαρώσετε. Αλλά γιατί χρειάζεστε το ποτό για να σας βοηθήσει να χαλαρώσετε; Βοηθάει τους μύες να χαλαρώσουν, αλλά γιατί είναι σφιγμένοι; Είναι σφιγμένοι επειδή υπάρχει συναισθηματική αντίδραση η ενέργεια στους ιστούς.

Για ποιό λόγο έχετε συναισθηματικές αντιδράσεις στο σώμα; Επειδή έχετε γνώμη, έχετε ορισμένη γνώμη ή λογική στις οποίες προσκολλάστε και η εξωτερική κατάσταση είτε συμφωνεί με σας είτε όχι. Έτσι όταν δεν μπορείτε να διαλύσετε αυτά τα πράγματα... 'διαλύω' σημαίνει δεν μπορείτε να τα αντιμετωπίσετε· αυτά δεν εξαφανίζονται έτσι απλά. Επειδή δεν μπορείτε να αποδεχτείτε την κατάσταση, δεν ξέρετε τι να κάνετε, έτσι τα συναισθήματα σαπίζουν, κολλούν στους ιστούς των οργάνων. Με αυτό τον τρόπο παρουσιάζονται πολλές ασθένειες.

**Είναι πολύ σημαντικό και αναγκαίο να κατανοήσετε την διαφορά μεταξύ ενστίκτου και παρορμήσεων. Το ένστικτο της αγάπης διαφέρει από την παρόρμηση να αγαπήσετε. Το ένστικτο βασίζεται σε ορισμένη κατανόηση ή αναγκαιότητα. Οι παρορμήσεις δεν έχουν λόγους, έχουν να κάνουν με την σκέψη: *«Νομίζω θα ήταν πολύ ωραίο να το κάνω αυτό»*.**

### **Οι παρορμήσεις υποστηρίζονται από την εννοιολογική διαδικασία**

Δρούμε πάρα πολύ με βάση τις παρορμήσεις μας. Οι παρορμήσεις μας είναι αποτέλεσμα των ιδεών που σχηματίζονται εκ συνηθείας στο νου μας σε σχέση με αυτό που βλέπουμε και ακούμε. Και φυσικά όταν δεν έχετε λόγους κανείς δεν θα

αποδεχτεί αυτό που λέτε, κανείς δεν θα το επιδοκιμάσει, επειδή δεν βασίζεται στον λόγο. Όμως για εσάς, επειδή έχετε σχηματίσει ένα σωρό ιδέες γύρω από αυτό, για σας έχει πολύ νόημα και βασίζεται σε αυτό που νομίζετε: *«Θαυμάσια! Αν βγω στο δρόμο, όλοι θα σκεφτούν ότι είμαι ωραίος και ότι φαίνομαι πολύ όμορφος, γι' αυτό τα μαλλιά μου πρέπει να είναι έτσι φτιαγμένα, θα φοράω συγκεκριμένα ρούχα και οι φίλοι μου θα με βλέπουν και θα λένε: 'Ω! Είσαι κούκλος!' Είναι τόσο θαυμάσιο! Όλοι θα σκέφτονται ότι είμαι καταπληκτικός. Έτσι θα έπρεπε να είναι η ζωή».*

Αυτός είναι ο νους σας γεμάτος από σχηματισμένες ιδέες. Όμως αυτό που οι φίλοι σας και οι άλλοι άνθρωποι βλέπουν στο δρόμο είναι ένα διαφορετικό πρόσωπο. Ενώ ξοδέψατε δέκα ολόκληρα λεπτά για να βάλετε ζελέ στα μαλλιά σας, έτσι ώστε να φαίνεστε πολύ μοδάτος και κομψός, στους άλλους φαίνεστε σαν να σηκωθήκατε μόλις από το κρεβάτι και δεν είχατε τον χρόνο να φτιάξετε τα μαλλιά σας που φαίνονται πολύ ανακατεμένα. Το τζιν που μόλις αγοράσατε και για το οποίο ξοδέψατε 300 ευρώ, το οποίο έχει πλυθεί με πέτρες και είναι σχισμένο, κάνει κάποιους να σκεφτούν: *«Τον καημένο, δεν έχει τα χρήματα ούτε για ένα καινούργιο παντελόνι».* Καταλαβαίνετε; Αυτό που νομίζετε για τον εαυτό σας και αυτό που οι άλλοι νομίζουν για εσάς, τις περισσότερες φορές δεν συμπίπτουν. Αυτό που νομίσατε ότι είναι μια αεράτη βόλτα στο δρόμο έκανε τους άλλους να σκεφτούν: *«Τι κάνει;»* Έτσι δεν είναι; Και μετά, επειδή είστε τόσο αεράτος περπατώντας σαν παγώνι, τις περισσότερες φορές πατάτε τα κακά του σκύλου και ούτε καν το αντιλαμβάνεστε. Είστε τόσο απασχολημένος στην προσπάθειά σας να διατηρήσετε μια ορισμένη εικόνα που τις περισσότερες φορές δεν βλέπετε την τρύπα μπροστά σας: *«Ουπς!»* Εξαφανιστήκατε. Το έχω δει να συμβαίνει. Όταν οι άνθρωποι θέλουν να τραβήξουν την προσοχή και στη συνέχεια αυτό που συμβαίνει δεν είναι ποτέ αυτό που σχεδίασαν αρχικά.

Αυτό που λέω είναι ότι αυτό που νομίζετε ότι είναι μια τέλεια δράση, στην πραγματικότητα δεν το αναγνωρίζει κανείς. Αυτό που νομίζετε είναι πολύ κλασάτο, δεν το αναγνωρίζει κανείς. Κανείς δεν νοιάζεται πραγματικά. Και όταν βλέπετε τα νέα, αυτή τη στιγμή το μεγάλο θέμα είναι η οικονομική κρίση και όλες οι διάφορες τράπεζες και οι κυβερνήσεις δουλεύουν μαζί προσπαθώντας να δημιουργήσουν κάποιου είδους πακέτο, μια πολιτική διάσωσης για να καθησυχάσουν τους επενδυτές ούτως ώστε αυτοί να επενδύσουν. Αλλά ποιά είναι η όλη ιδέα πίσω από την επένδυση; Είναι η δημιουργία ονείρων. Θέλετε να επενδύσετε ώστε να έχετε απολαβές. Αυτό είναι το όνειρο. Μοιάζει με τον τζόγο. Μετά από λίγο πιστεύετε ο ένας τον άλλον και γι' αυτό ανεβαίνουν οι μετοχές. Κυριολεκτικά, μπορείτε να αγοράσετε τις μετοχές και οι μετοχές θα ανέβουν. Αυτό συνέβη το 1929, και τότε ξαφνικά έγινε το μεγάλο κραχ, κανένας δεν πίστευε πια και ξαφνικά έπιασε πάτο. Όπως βλέπετε συμβαίνει ξανά και ξανά· συνέβη στη δεκαετία του '70, συνέβη στο τέλος της δεκαετίας του '80, και συμβαίνει ξανά τώρα· είναι ένα επαναλαμβανόμενο μοτίβο. Κάθε φορά νομίζετε ότι ξέρετε καλύτερα και μετά από λίγα χρόνια συμβαίνει πάλι. Πάει κάπως έτσι. Όλο αυτό είναι κατασκευάσμα του ανθρώπου. Είναι δράση που βασίζεται σε παρορμήσεις που υποστηρίζονται από εννοιολογικές διαδικασίες.

## **Μέσα από τις παρορμήσεις τυφλωμένοι από επιθυμία χάνουμε το ένστικτό μας**

Μέσα από αυτό τον τρόπο λειτουργίας το ένστικτό σας στην πραγματικότητα εξαφανίζεται. Για παράδειγμα, το ένστικτό μας της επιβίωσης δεν είναι τόσο καλό όσο παλαιότερα, δεν είναι τόσο καλό όσο ήταν 10.000 χρόνια πριν. Οι άνθρωποι είναι πολύ λιγότερο ευαίσθητοι απέναντι στο περιβάλλον τους από όσο ήταν παλαιότερα. Η ακοή μας δεν είναι τόσο καλή, η όρασή μας δεν είναι τόσο καλή, Η εγρήγορσή μας σε σχέση με τον κίνδυνο δεν είναι τόσο καλή επειδή τα πάντα βρίσκονται γύρω μας. Δέκα χιλιάδες χρόνια πριν ήμασταν αναγκασμένοι να κυνηγάμε, να καλλιεργούμε την γη και να εκτρέφουμε ζώα· ζούσαμε σε μια εποχή αβεβαιότητας, έτσι η εγρήγορσή μας σε σχέση με το περιβάλλον ήταν πολύ πιο ακριβής από ότι σήμερα.

Αυτό ονομάζεται ένστικτο κι αυτό το ένστικτο το χάνουμε. Όχι μόνο αυτό, δεν μπορούμε ούτε να διακρίνουμε τι μας βοηθάει και τι όχι. Έτσι ο νους μας διασπάται από πράγματα που δεν έχουν σημασία ή τηρούμε ακατάλληλη στάση σε συγκεκριμένα πράγματα που κάνουμε.

## **Δεν θέλει πολύ για να χαλάσεις, θα πρέπει πάντοτε να είμαστε σε διαρκή επίγνωση**

Για παράδειγμα, να ένα ποτήρι με αναψυκτικό. Σε αναζωογονεί μόνο αν το ποτήρι είναι καθαρό, αν το ποτό είναι καθαρό, αν το νερό που κάνει τον πάγο είναι καθαρό. Ένα από αυτά να λείπει, τότε το όλο πράγμα χαλάει, αν το πιείς παθαίνεις στομαχόπονο. Είναι τόσο απλό. Δε θέλει πολύ για να χαλάσει οτιδήποτε, γι' αυτό θα πρέπει κανείς να είναι σε διαρκή επίγνωση.

## **Το παράδειγμα του Κομφούκιου**

Ο Κομφούκιος δεν έτρωγε ποτέ όταν ήταν έξω. Ο Κομφούκιος είναι ένας δάσκαλος από την Κίνα, ένας πολύ διάσημος δάσκαλος. Έζησε μέχρι τα εβδομήντα-τρία σε μια περίοδο όπου οι περισσότεροι άνθρωποι πέθαιναν στα μισά του χρόνια. Ήταν πολύ προσεκτικός σε σχέση με ό,τι έτρωγε, ό,τι έπινε, και ήταν πολύ προσεκτικός σε σχέση με την συμπεριφορά του. Ακόμα και όταν το φαγητό δεν ήταν σωστά τεμαχισμένο, δεν το έτρωγε. Αν το φαγητό που του πρόσφεραν δεν ήταν της εποχής, δεν το έτρωγε.

Αυτό το 'εκτός εποχής' και το 'εντός εποχής' είναι πολύ πρόσφατο γεγονός. Για μια μακρά χρονική περίοδο δεν υπήρχαν πράγματα 'εκτός εποχής'. Σε ορισμένη περίοδο του έτους, μπορούσες να φας ορισμένα πράγματα. Αυτό άλλαξε τα τελευταία λίγα χρόνια, βρίσκεις το ίδιο πράγμα καθ' όλη τη διάρκεια του χρόνου, αλλά στην πραγματικότητα δεν είναι και τόσο καλό.

## **Ένα παράδειγμα τροφής 'εντός εποχής'**

Θα μοιραστώ μαζί σας μια ιστορία. Υπήρχε μια κυρία πολύ μορφωμένη και με έκπληξη διαπίστωσε όταν έκανε το πρώτο της παιδί ότι το στήθος της δεν είχε γάλα

για το μωρό. Δοκίμασε όλες τις γνωστές μεθόδους, την ειδική διατροφή και έφαγε κάποιου είδους ψάρι, και επίσης χοιρινά ποδαράκια κι όλα αυτά που υποτίθεται ότι παράγουν καλύτερο γάλα. Τίποτα! Τότε θυμήθηκε ότι όταν ήταν παιδί στην Κίνα δεν έτρωγαν το ίδιο πράγμα όλο τον χρόνο. Σε ορισμένη περίοδο του έτους είχαν ρύζι, σε άλλες περιόδους του έτους υπήρχαν άλλες καλλιέργειες, και αυτές οι άλλες καλλιέργειες αποτελούσαν την κύρια και βασική διατροφή. Έτσι σκέφτηκε: «Ίσως θα πρέπει να κάνω ό,τι κάναμε τότε και να τρώω την τροφή της εποχής και τους καρπούς που είναι ο καιρός τους». Και τότε συνέβη κάτι ενδιαφέρον, το γάλα της βγήκε σε αφθονία.

**Το ίδιο συμβαίνει και με την γη· όσο έξυπνος κι αν είσαι, δεν μπορείς να καλλιεργείς όλο το χρόνο, χρειάζεται να επιτρέψεις στη γη να αναπαυτεί. Το ίδιο κι όταν σχετίζεσαι με παιδιά. Όταν μιλάμε για δημιουργία αρετής, ο όρος που χρησιμοποιούν στην Κίνα σημαίνει: 'Εξαπλώνω εκτεταμένα, πράττω εκτεταμένα.' Και που φυτεύω τον σπόρο; Στο χωράφι της αρετής.**

### **Η ορθή στάση για να καλλιεργήσετε μια καλή σχέση με τα παιδιά σας**

Αν θέλετε να μπορέσετε να καλλιεργήσετε μια καλή σχέση με τα παιδιά σας απαιτείται η ίδια στάση. Τι είναι σύμφωνο με την αρετή; Η δράση που βοηθάει εσάς και τους άλλους. Όχι μια δράση που υποκινείται από παρόρμηση.

Όχι μια δράση προερχόμενη από την εννοιολογική διαδικασία, όταν π.χ. σκέφτεστε: «Α! Νομίζω ότι είναι μια καλή ιδέα». Αν ποτέ ακούσετε τον ήχο: «Α!» στο κεφάλι σας, μια λάμπα να ανάβει, τότε να φοβηθείτε, πολύ, πάρα πολύ. Είναι η αρχή ενός εφιάλτη. Τον περισσότερο καιρό σκέφτεστε κάτι πολύ έξυπνο το οποίο φαίνεται τόσο τέλει εκείνη την στιγμή μόνο για να συνειδητοποιήσετε αργότερα: «Αχ! Στερνή μου γνώση να σ' είχα πρώτα!» Το γεγονός είναι ότι δεν την έχετε. Γι' αυτό κάνετε τα ίδια σφάλματα ξανά και ξανά.

### **Η μέθοδος που εστιάζει στα θεμέλια της αλήθειας**

Στη Βουδιστική διδασκαλία δεν έχετε τέτοιο πρόβλημα. Δεν βαδίζουμε με το «Α!» Δεν βαδίζουμε με την παρόρμηση της στιγμής. Διαθέτουμε μια πολύ πιο θεμελιώδη μέθοδο, μια μέθοδο που εστιάζει στα θεμέλια. Ποιά θεμέλια; Τα θεμέλια της αλήθειας.

Ασχέτως της όποιας εξωτερικής αλλαγής, η θεμελιώδης ανθρώπινη φύση είναι η ίδια. Ασχέτως βλακείας των ανθρώπων, ο κάθε ένας από μας κατέχει μια αγνή φύση. Έχουμε μια φύση που δεν μπορεί να καταστραφεί από καμιά μόλυνση ή ακαθαρσία. Μπορείτε να την καλύψετε με εσφαλμένες αντιλήψεις αλλά δεν μπορείτε να την καταστρέψετε. Είναι σαν τον χρυσό, μπορείτε να τον λιώσετε, να του δώσετε οποιοδήποτε σχήμα και παραμένει χρυσός. Μπορείτε να τον λιώσετε, αλλά όταν κρυώσει παραμένει χρυσός. Δεν μπορείτε να τον κατασωτέψετε. Όλοι διαθέτουμε αυτή τη φύση.

**Ο ανώτερος σκοπός της ανθρώπινης ύπαρξης είναι να πραγματώσεις το δυναμικό αυτής της φύσης, της φύσης που είναι εν ειρήνη, χωρίς άγχος, χωρίς συγκρούσεις.**



Αν φέρεις αυτή τη φύση στα παιδιά, τα παιδιά θα μάθουν να συμπεριφέρονται με τον ίδιο τρόπο.

Όταν εσείς οι ίδιοι δεν παίρνετε καταφύγιο στην αλήθεια, όταν δεν παίρνετε καταφύγιο στα θεμέλια της αλήθειας, τότε είναι που ακολουθείτε παρορμήσεις που προέρχονται από βιβλία που έχετε διαβάσει, από αυτά που είδατε στην τηλεόραση, από αυτά που σας είπε ο γείτονάς σας· πώς να μην βιώνετε οδύνη; Δεν μπορείτε να εμπιστευέστε αυτά τα πράγματα.

### **Το παράδειγμα της εκμάθησης της ελληνικής γλώσσας**

Αν ήθελα να μάθω ελληνικά, γιατί να ρωτήσω τους ανθρώπους στο Newcastle; γιατί να 'τσιμπάω' μια λέξη εδώ και μια εκεί; Δε θα είχε αποτέλεσμα. Ούτε βέβαια ένα τουριστικό βιβλιαράκι - 'Μάθετε ελληνικά σε τριάντα μέρες'. Καλύτερα να πάτε σε έναν ικανό δάσκαλο και να ξεκινήσετε από την γραμματική, τότε μπορείτε να μάθετε. Γιατί αν μάθετε από το βιβλιαράκι, τα μόνα που θα λέτε είναι : «Ναι, όχι, ευχαριστώ και αντίο». Αλλά τότε δεν θα έχετε ικανό λεξιλόγιο να εκφράσετε τον εαυτό σας πλήρως. Για να το μάθετε, πρέπει να πάτε σε έναν κατάλληλο δάσκαλο και να πάρετε καταφύγιο στην εμπειρία του δασκάλου, όπως παίρνετε καταφύγιο στον κυβερνήτη που απογειώνει το σκάφος.

### **Παίρνοντας καταφύγιο σε εκείνους που γνωρίζουν, όχι στις παρορμήσεις μας**

Χρειάζεται λοιπόν να φροντίσουμε παίρνοντας καταφύγιο σε εκείνους που γνωρίζουν αντί να παίρνουμε καταφύγιο στις παρορμήσεις μας. Ένα ενδιαφέρον στοιχείο σχετικά με την παρόρμηση είναι ότι έρχεται πάντα με αυτο-σχέδιους λόγους που υποστηρίζουν αυτό που νομίζετε ότι είναι μια καλή ιδέα. Κι ενώ οι ιδέες σας φαίνονται τόσο καλές στο κεφάλι σας, κανείς άλλος δεν τις προσυπογράφει. Γι αυτό δεν λειτουργούν.

### **Όταν οι συνθήκες αλλάζουν, οι άνθρωποι αλλάζουν**

Το Μακάο ήταν ένας πολύ όμορφος τόπος, ένας τόπος γαλήνης. Έχει μια μεσογειακή γοητεία επειδή ήταν πορτογαλική αποικία. Τα βράδια μπορεί κανείς να περπατήσει στην προκουαία, είναι πολύ ευχάριστα. Και η ποιότητα ζωής είναι πολύ καλή και το κόστος ζωής πολύ χαμηλό, και έτσι πολλοί άνθρωποι από το Χονγκ Κονγκ πηγαίνουν εκεί για διακοπές. Το Μακάο του σήμερα είναι πολύ διαφορετικό. Οι μαθητές, οι νέοι άνθρωποι δεν θέλουν να σπουδάσουν, θέλουν όλοι να εργαστούν στα Καζίνο. Τελευταία άκουσα ότι υπήρχαν περίπου είκοσι νέα καζίνο. Όλα τεραστίων διαστάσεων. Ξέρω ανθρώπους που αποφοίτησαν από την ιατρική και τώρα εργάζονται στα καζίνο ως επιτηρητές γιατί τα χρήματα είναι πολλά, πολύ περισσότερα. Έτσι οι άνθρωποι δεν ενδιαφέρονται. Οι νέοι άνθρωποι βλέπουν την ζωή με ένα τελείως αλλαγμένο τρόπο. Ένας τόσο γοητευτικός τόπος άλλαξε εξ αιτίας όλων αυτών.

Το ίδιο συμβαίνει και με τα παιδιά. Όταν οι συνθήκες γύρω από τα παιδιά αλλάζουν, αλλάζουν κι αυτά. Εσείς ως γονείς είναι σημαντικό να εξασφαλίσετε τη

**σωστή υποστήριξη, το σωστό περιβάλλον.** Θέλετε να πάνε στο καλύτερο σχολείο, να έχουν τον καλύτερο δάσκαλο, αλλά αυτό από μόνο του δεν είναι αρκετό.

Είναι ενδιαφέρον το ότι κάποια σχολεία λαμβάνουν τηλεφωνήματα από γονείς που λένε: «Δεν ξέρω τι να κάνω με τον γιο μου, δεν κοιμάται το βράδυ». «Μα κυρία μου, εμείς είμαστε σχολείο, δεν είμαστε γονείς». Οι γονείς δεν γνωρίζουν πράγματι πώς να είναι γονείς. Δεν υπάρχει τέτοιο σχολείο. Όπως προείπα, από το σπερματοζώαριο και το ωάριο δημιουργείται ένα παιδί. Το παιδί έρχεται όχι ως αποτέλεσμα μιας πράξης σοφίας αλλά ως αποτέλεσμα μιας πράξης πάθους, τότε γιατί να γεννηθεί ένα παιδί με ενόραση και σοφία; Δε θα γεννηθεί με την Βουδική σκέψη: «Αυτή θα είναι η τελευταία μου ζωή, θα απελευθερώσω όλα τα όντα». Όχι! Δεν είναι έτσι. Αυτό είναι ένα παιδί με κοινό σκεπτικό, με όλες τις συνηθισμένες διαδικασίες σκέψης.

**Μπορεί να έχετε μέσα σας την αγνή φύση, όμως αν η αγνή σας φύση δεν εκδηλώνεται, πώς προσδοκείτε να εκδηλωθεί η αγνή φύση του παιδιού σας; Είναι σαν να μην γνωρίζετε πώς να συμπεριφέρεστε και να θέλετε το παιδί σας να συμπεριφέρεται άψογα. Πώς μπορεί να γίνει αυτό; Έτσι λοιπόν η εργασία του γονιού απαιτεί οι γονείς να γνωρίζουν τον τρόπο να είναι γονείς.**

### **Να παραδέχεστε ότι σφάλατε όταν κάνετε λάθη**

Και τότε σε τι βασίζεστε; Αν βασίζεστε σε παρορμήσεις οι οποίες τεκμηριώνονται από αυτοσχέδιες κατασκευασμένες έννοιες, τότε φυσικά η μια καταστροφή ακολουθεί την άλλη. Και όταν τα πράγματα πάνε στραβά, οι περισσότεροι γονείς αρνούνται το γεγονός ότι έκαναν λάθη. Νομίζουν ότι θα χάσουν το κύρος τους απέναντι στα παιδιά τους. Ενώ στην πραγματικότητα, όταν το κάνουν αυτό, τα παιδιά τους παύουν να τους εμπιστεύονται. Ναι. Φοβάστε μην χάσετε το κύρος σας και ως αποτέλεσμα χάνετε την εμπιστοσύνη των παιδιών σας.

**Το συμπέρασμα είναι ότι στην πραγματικότητα είναι καλό να παραδέχεστε τα λάθη σας όταν τα κάνετε. Αυτά είναι τόσο απλά πράγματα. Αυτό κάνει τα παιδιά σας να σας σέβονται. Είναι μια πολύ θετική πράξη. Όταν κάνετε λάθη, να λέτε: «Η μαμά έκανε λάθος. Την επόμενη φορά δε θα το κάνω αυτό». Το παιδί σας σέβεται. Αυτή η στάση βοηθάει επίσης το παιδί να είναι πιο ευέλικτο.**