

Η Διαρκής Επίγνωση στην Καθημερινή Ζωή

Ο Δαίμονας του Νου

Ένας από τους μεγαλύτερους δαίμονες μεταξύ όλων των δαιμόνων είναι ο δαίμονας του νου. Τι είναι αυτό; Είναι απλό, **είναι η εσωτερική ταραχή του ίδιου σας του νου**. Αυτή σας η ταραχή σας εμποδίζει από το να δείτε τα πράγματα με διαύγεια, αλλά όταν παύετε να της δίνετε την προσοχή σας, και την αφήνετε να αναπαυτεί, δηλαδή σταματάτε να την τροφοδοτείτε, σταδιακά θα καταλαγιάσει και τελικά θα εξαλειφθεί τελείως, θα αφαιρεθεί πλήρως. Όμως, τον περισσότερο καιρό η προσοχή μας αποσπάται από την ιδεοληπτική γνώση, από την διανοητική γνώση, και πιστεύουμε ότι είναι κάτι εξαιρετικά σπουδαίο. Αν συνέβαινε αυτό, τα Windows '95 θα έπρεπε ακόμα να είναι σε χρήση. Αν ήταν τόσο σπουδαίο, πολλά από τα πράγματα του σήμερα που αύριο είναι παρελθόν, θα ήταν ακόμα σε χρήση.

Τα πράγματα κινούνται πολύ γρήγορα, έχουμε περισσότερη γνώση και περισσότερη εκπαίδευση από αυτή των ανθρώπων εκατό χρόνια πριν, οι άνθρωποι σήμερα βρίσκονται σε πολύ καλύτερη οικονομική κατάσταση από ότι εκατό χρόνια πριν. Όμως αυτό δεν σημαίνει ότι είμαστε περισσότερο ευτυχείς.

Γαλήνη του Νου

Πώς συμβαίνει να έχουμε όλες τις σύγχρονες ανέσεις τις οποίες λαχταράμε, κι ωστόσο να μην είμαστε ευτυχείς; Επειδή τίποτα από αυτά δεν έχει νόημα, τίποτα από αυτά δεν μπορεί να μας φέρει ευτυχία, να μας δώσει τη γαλήνη του νου. Ο νους μπορεί να είναι γαλήνιος μόνο όταν δεν εμπλέκεται στην οικεία σας λογική, το σωστό και το λάθος, το καλό και το κακό που βασίζονται στην ιδεοληπτική γνώση. Και καμιά ποσότητα γνώσης που έχετε, ακαδημαϊκής γνώσης, δεν μπορεί στην πραγματικότητα να δημιουργήσει ευτυχία στην ζωή σας. Αλλά επειδή δεν γνωρίζετε κάποιο άλλο τρόπο, νομίζετε ότι αν έχετε κάποιο πτυχίο, αν έχετε μια καλύτερη δουλειά, αν ξεκινήσετε μια καινούργια επιχείρηση, τότε η ζωή σας θα βελτιωθεί. Ή νομίζετε ακόμα ότι αν παντρευτείτε, αν βρείτε κάποιον, ότι είναι το άλλο σας μισό, σκέφτεστε: *«Αυτός ή αυτή με καταλαβαίνει, είναι εγώ»* και τελικά ανακαλύπτετε ότι αυτός είναι αυτός κι εσείς είστε εσείς. Για λίγο μπορεί να σκέφτεστε: *«Με κατανοεί πλήρως, είμαστε σαν ένα»* και τελικά αργότερα καταλαβαίνετε ότι δεν είναι έτσι.

Τι συμβαίνει λοιπόν; Τίποτα δεν βγάζει νόημα. Νομίζουμε ότι αν γίνουμε χορτοφάγοι θα είμαστε ευτυχείς, ότι αν τρώμε κρέας η ζωή μας θα είναι όμορφη, ή ότι αν δεν τρώμε κρέας, αν δεν γίνουμε χορτοφάγοι και απλά παίρνουμε φρέσκο αέρα θα είμαστε ευτυχείς. Κι όμως τίποτα από αυτά δεν βοηθάει.

Η διαρκής επίγνωση του νου για την οποία μιλάμε στο Βουδιστική Διδασκαλία δεν είναι η επίγνωση κάποιου πράγματος χρωματισμένου από την λογική του νου. Έτσι λοιπόν, ενώ ακούτε το ίδιο πράγμα, καταλήγετε σε διαφορετικά συμπεράσματα, σε διαφορετικές ιδέες.

Η λογική μας παίζει παιχνίδια μαζί μας

Έτσι λοιπόν ακούτε μόνο αυτό που θέλετε να ακούσετε και όχι ολόκληρη την εικόνα, και ενώ έχετε όλα τα στοιχεία συγκεντρωμένα, δεν υπάρχει εγγύηση ότι γνωρίζετε τι συμβαίνει επειδή η λογική σας παίζει μαζί σας. Κάποιες φορές μοιάζετε με εκείνους τους ανθρώπους που κοιμούνται με ανοιχτά τα μάτια, στην πραγματικότητα δεν βλέπετε τίποτα. Όπως όταν πάτε στην βιβλιοθήκη και βλέπετε τους ανθρώπους σκυμμένους πάνω από ένα βιβλίο σε ένα γραφείο, μοιάζουν τόσο απορροφημένοι, όμως αυτό δεν σημαίνει ότι πράγματι μελετούν.

Δεν έχουμε διαρκή επίγνωση της αλήθειας

Βλέπετε αλλά παρόλα αυτά δεν γνωρίζετε. Δεν έχετε τη διαρκή επίγνωση της αλήθειας, έχετε την επίγνωση της λογικής. Η επίγνωσή σας της λογικής δεν είναι το ίδιο με την διαρκή επίγνωση της αλήθειας. Δεν μπορείτε να βασίζεστε στην επίγνωση της λογικής σας. Έχετε επίγνωση της λογικής σας με τον ίδιο τρόπο που έχετε επίγνωση αυτού που θέλετε. Έχετε επίγνωση του i-Pod σας – σε προηγούμενη απομόνωση μιλήσαμε για το γεγονός ότι επειδή κάθε ένας από σας έχει το δικό του ατομικό i-Pod, το μόνο που μπορεί να ακούσει είναι το δικό του i-Pod, το «Λα, λα, λα» της μουσικής του. Παίζετε την μουσική σας και είσαστε εντελώς απομονωμένοι από τον υπόλοιπο κόσμο. Στην πραγματικότητα έχετε κάποια επίγνωση, την επίγνωση αυτού που θέλετε να ακούσετε, την επίγνωση αυτού που θέλετε να δείτε, την επίγνωση αυτού που θέλετε. Αλλά το πρόβλημα είναι ότι δεν ταιριάζει με κανενός άλλου και εξαιτίας αυτού απομονώνετε τον εαυτό σας όλο και περισσότερο και εξακολουθείτε να περιμένετε για την επονομαζόμενη αδελφή ψυχή που σκέφτεται όπως εσείς, που της αρέσουν τα ίδια πράγματα, που θέλει τα ίδια πράγματα, **με τον ίδιο τρόπο που μέσα από την υπερβολή το νου προσδίδετε κάποιο χαρακτηριστικό που δεν υπάρχει στον άλλον.** Εξαιτίας της προσκόλλησης τείνουμε να μεγαλοποιούμε τις ιδιότητες ενός πράγματος.

Οι άνθρωποι λένε πράγματα τα οποία φυσικά στην συνέχεια δεν μπορούν να πραγματοποιήσουν και έτσι γινόμαστε κυνικοί, και δεν εμπιστευόμαστε πλέον τους άλλους. Ένα από τα βασικά προβλήματα όλων των αισθανόμενων όντων είναι η έλλειψη εμπιστοσύνης. Γιατί; Θα μπορούσε κάποιος να πει ότι πράγματι δεν υπάρχει λόγος να εμπιστεύεται τους ανθρώπους καθώς από την παιδική του ηλικία οι γονείς του του έλεγαν πράγματα μόνο και μόνο για να ανακαλύψει στην πορεία ότι δεν τα εννοούσαν.

Υπάρχουν φορές που οι γονείς λένε στα παιδιά τους όταν αυτά ρωτούν, κάποια πράγματα που τους βολεύουν έτσι ώστε εκείνα να σταματήσουν να ρωτούν. Λίγες μέρες μετά το

παιδί ανακαλύπτει ότι αυτά δεν είναι αλήθεια: «Μου είπες αυτό, όμως στην πραγματικότητα δεν ισχύει.» Κάπως έτσι αρχίζει η έλλειψη εμπιστοσύνης.

Συχνά κάνουμε πράγματα επειδή έτσι μας βολεύει, λέγοντας στους άλλους ότι θα κάνουμε κάτι χωρίς να το εννοούμε. Πολλοί άνθρωποι λένε: «Θέλω να κάνω τη δική μου δουλειά.» Και μετά εκπλήσσονται με την ταχύτητα που οι οικονομίες τους εξαφανίζονται. Σε άλλους αρέσει το φαγητό και ανοίγουν ένα εστιατόριο, όμως δεν διαρκεί. Στο νου μας, στην αίσθησή μας της συνείδησης αυτό φαντάζει τόσο σπουδαίο. Σκεφτόμαστε, «Θα κάνω το ίδιο.» Η νοητική σας συνείδηση σκέπτεται: «Μου αρέσει το φαγητό, μπορούμε να κάνουμε αυτό κι εκείνο» όμως δεν κατανοείτε το φαγητό. Μπορεί να έχετε κάποιους ανθρώπους που έχουν εκπαιδευτεί ως σεφ σε άλλα εστιατόρια, άλλα όταν ξεκινούν μια επιχείρηση, ενώ είναι σεφ, δεν έχουν ιδέα από διοίκηση. Έτσι η επιχείρηση μπορεί να αποτύχει. Ή ανοίγουν σε λάθος τόπο, ανοίγουν ένα πολύ ακριβό εστιατόριο σε ένα τόπο όπου οι κάτοικοι δεν διαθέτουν τα χρήματα ή ανοίγουν ένα τριτοκλασάτο μαγειρείο σε μια ακριβή περιοχή ή ανοίγουν ένα εστιατόριο χωρίς προσωπικότητα· μπορεί να υπάρχουν πολλοί λόγοι. Ακόμα και για μια επιχείρηση που ανθεί απαιτείται μεγάλη προσπάθεια. Η πίεση που ασκείται είναι τόσο μεγάλη επειδή το όλο πράγμα δεν είναι φυσικό.

Οι Βουδιστικές Διδασκαλίες τονίζουν τη σημασία του να είμαστε φυσικοί χωρίς παρεμβολές ή αφύσικα πράγματα. Η λογική του νου μας είναι αφύσικη. Δεν ανήκει εκεί, αλλά εσείς τη βάλατε εκεί. Αν βάλετε κάτι εκεί που δεν ανήκει, δεν θα βρωμίσει; δεν θα σαπίσει; Όταν αφήνετε κάτι στο ψυγείο για μεγάλο διάστημα, σαπίζει και μυρίζει. Ακόμη και το φρέσκο ψάρι, αν παραμείνει στο ψυγείο για μεγάλο διάστημα, δε θα είναι πια φρέσκο. Ακόμα και το καλύτερο προϊόν έχει ημερομηνία λήξης, η αλήθεια όμως δεν έχει ημερομηνία λήξης. Η αληθινή κατάσταση της πραγματικότητας δεν έχει ημερομηνία λήξης, δεν παρακμάζει, δεν μπορεί να καταστραφεί, δεν μπορεί να υποτιμηθεί, δεν μπορεί να μειωθεί.

Μια ιστορία που εικονογραφεί διαφορετικές έννοιες

Κάποτε διηγήθηκα μια ιστορία σχετικά με πέντε τυφλούς ανθρώπους που ήθελαν να γνωρίσουν πώς είναι η αίσθηση ενός ελέφαντα. Όντας εκ γενετής τυφλοί ο μόνος τρόπος που μπορούσαν να γνωρίσουν κάποια πράγματα ήταν μέσω της αφής. Τους οδήγησαν να αγγίξουν το ζώο και όντας πολύ μεγάλο, κάθε ένας από αυτούς άγγιξε διαφορετικό μέρος του ελέφαντα. Άλλος άγγιξε την προβοσκίδα, άλλος τα πόδια, άλλος την ουρά και άλλος τ'αυτιά. Στη συνέχεια αποφάσισαν: «Να πως είναι ο ελέφαντας!» Κι έτσι όλοι διαφωνούσαν μεταξύ τους.

Αυτή την ιστορία χρησιμοποιούσα για να εξηγήσω στους μαθητές ότι από διαφορετικές οπτικές γωνίες και μέσα από διαφορετική επαφή, καταλήγετε σ' αυτό που νομίζετε ως τελικό συμπέρασμα, μια εννοιολογική ιδέα για το πώς είναι ή δεν είναι κάποιο πράγμα. Έτσι ήταν εξαιρετικά ενδιαφέρουσες οι αναφορές που έλαβα από την καταγραφή της διδασκαλίας. Απ' όλους τους μαθητές σ' αυτή την διδασκαλία, ούτε μια καταγραφή δεν

ήταν ίδια με μια άλλη. Έτσι ξαφνικά, υπήρχε ένα τσίρκο, έγινε κοντά σε ένα ποτάμι, τόσα απίστευτα πράγματα που ποτέ δεν είχα σκεφτεί ότι θα συνέβαιναν· απολύτως διαφορετικές ιστορίες παρόλο που την είχα πει μόνο μια φορά και εσείς την καταγράψατε καθώς μιλούσα.

Μην επιτρέπετε στην υπάρχουσα λογική του νου σας να εμπλέκεται

Έτσι, καθώς διαπιστώνετε αυτό που είναι στο νου σας, σας ωθεί να κοιτάτε και να βλέπετε τα πράγματα διαφορετικά. Έχετε την ίδια συνείδηση όμως η νοητική σας συνείδηση τα αλλάζει. Έτσι λοιπόν, επιτρέποντας στο νου να αναγνωρίζει αυτό που συμβαίνει χωρίς να αφήνετε τη λογική του νου να σας ταραξεί αποτελεί, επίσης, μέρος του σημαντικού βήματος στην επίτευξη της σταθερότητας του νου.

Δεν αρκεί μόνον να αφήνετε το νου να ησυχάσει, είναι πολύ σημαντικό επίσης να μην επιτρέπετε στην υπάρχουσα λογική του νου να εμπλέκεται με αυτό που βλέπετε ή ακούτε.

Είναι καλό να δίνετε στον εαυτό σας το χρόνο να αναπαυτεί, όταν ο νους είναι ήσυχος. Αν, για παράδειγμα, κάθεστε σε ησυχασμό το βράδυ προτού να ξαπλώσετε, τότε η ποσότητα ύπνου που χρειάζεστε μειώνεται σημαντικά. Όταν όμως ο νους σας είναι φορτωμένος, ακόμη κι αν κοιμηθείτε για μεγάλο διάστημα, ξυπνάτε κουρασμένοι. **Ακόμη και όταν έχετε κοιμηθεί για πάρα πολλές ώρες νοιώθετε εξαντλημένοι. Είναι επειδή δεν αναπαύεστε κατάλληλα.**

Γι' αυτό το λόγο λέω ότι η διαφορά μεταξύ ενός συνηθισμένου προσώπου κι ενός ασκητή του Ντάρμα είναι ότι ο ασκητής τρώει, κοιμάται και χρησιμοποιεί το μπάνιο. Όμως διαφέρει από τα συνηθισμένα όντα επειδή όταν ο ασκητής τρώει, τρώει· όταν κοιμάται, κοιμάται· όταν χρησιμοποιεί το μπάνιο, χρησιμοποιεί το μπάνιο· δεν υπάρχει κάτι άλλο που να εμπλέκεται - είναι απολύτως ευθύ, είναι η διαρκής επίγνωση αυτού που κάνει όταν το κάνει. Όχι μόνον επίγνωση των πραγμάτων για τα οποία ενδιαφέρεστε, αλλά η διαρκής επίγνωση των πάντων. Αυτό σημαίνει ότι αυτό συμβαίνει ενώ ο νους σας είναι ήσυχος. Αυτός είναι ο πραγματικός διαλογισμός.

Πραγματικός διαλογισμός είναι όταν ο νους σας βρίσκεται σε ανάπαυση. Διατηρείτε πλήρη επίγνωση των πάντων γύρω σας. Δεν κατεβάζετε τα ρολά του νου. Ο νους διαμένει μέσα στην φύση του νου σας. Κι ωστόσο, η επίγνωσή σας διατηρεί την επίγνωση κάθε άλλου πράγματος, μόνο που δεν ανταποκρίνεστε σε αυτό. Δεν ταραζέστε από αυτό. Δεν σας δημιουργεί έξαψη. Δεν σας καταθλίβει. Έχετε επίγνωση όλων των πραγμάτων, κι ωστόσο ο νους σας παραμένει στο κέντρο, στη μέση.

Παίρνοντας καταφύγιο στη μέθοδο

Κάθε πράγμα έχει μια μέθοδο, μια πρόσφορη μέθοδο που φέρνει το καλύτερο αποτέλεσμα. Η μέθοδος βασίζεται πάντα σε συσσωρευμένη εμπειρία. Η εσφαλμένη

αντίληψη βασίζεται επίσης στη συσσώρευση της συνήθειας. Έτσι λοιπόν, όταν παίρνετε καταφύγιο είναι όπως όταν έχετε πονόδοντο και πηγαίνετε στον οδοντίατρο – γιατί; Γιατί δεν πηγαίνετε σε σιδηρουργό; Έχει και αυτός πένσες, μεγάλες πένσες. Γιατί να πάτε σε οδοντίατρο; Γιατί πηγαίνετε σ' ένα χειρουργό οδοντίατρο; Γιατί να μην δέσετε το δόντι με κλωστή στο πόμολο της πόρτας; Οι άνθρωποι αυτοί είναι πιο έμπειροι σε αυτό που κάνουν. Όταν κάνουν αυτό που χρειάζεται, έχουν εμπειρία. Είναι πιο έμπειροι από σας. Γι' αυτό πηγαίνετε σε αυτούς.

Η μέθοδος είναι το αντίδοτο – αρχίστε με δράση

Έτσι η μέθοδος αποτελεί ένα πολύ ισχυρό αντίδοτο. Εσείς έχετε αποτύχει να εφαρμόσετε τη διδασκαλία στην πράξη· αντί γι' αυτό την έχετε μετατρέψει σε ένα διανοητικό κατασκεύασμα, την έχετε κατανοήσει εσφαλμένα. Ξοδεύετε το χρόνο σας σε διανοητικούς διαξιφισμούς, αναπηδώντας δεξιά και αριστερά. Αρχίστε με δράση. Είναι η δράση που τη πραγματώνει, όχι η σκέψη, όχι η ακρόαση, όχι η ανάγνωση. Είναι η άσκηση που τη πραγματώνει.

Η ανάγνωση ενός βιβλίου μαγειρικής δεν σας κάνει καλύτερο μάγειρα. Η παρακολούθηση κάποιου που μαγειρεύει δεν σας κάνει καλύτερο μάγειρα· χρειάζεται να μπείτε στην κουζίνα. Όταν δεν το κάνετε αυτό, όταν δεν εφαρμόζετε διαρκή επίγνωση σε όλα όσα κάνετε, δεν θα μπορέσετε να έχετε επίγνωση όταν την χρειάζεστε. **Στην πραγματικότητα χρειάζεται να έχετε επίγνωση κάθε στιγμή. Υπάρχει κάποια στιγμή που δεν χρειάζεστε διαρκή επίγνωση; Το να σκέφτεστε ότι υπάρχουν στιγμές που χρειάζεστε διαρκή επίγνωση και στιγμές που δεν την χρειάζεστε είναι έλλειψη σύνεσης στα χειρότερα της.**

Πρώτα χρειάζεται να νικήσετε την ίδια σας την λογική

Είναι πολύ σημαντικό και το πρώτο που χρειάζεται να κάνετε να νικήσετε την ίδια σας την λογική· το νου που έχει εμμονή με την λογική του και ο οποίος γεννάει όλη την αλαζονεία και όλη την καθήλωση. Όσο περισσότερο εστιάζετε στο περιεχόμενο του νου σας τόσο περισσότερα προβλήματα δημιουργούνται στο νου· υπάρχει περισσότερη αγωνία, δεν υπάρχει γαλήνη, δεν υπάρχει ειρήνη. Και όλα αυτά γίνονται επειδή είστε τόσο στενόμυαλοι. Όταν οι άνθρωποι είναι ευγενικοί απέναντί σας, κάποιες φορές νομίζετε ότι είστε ανώτεροί τους. Υπάρχουν άνθρωποι που τους δίνετε κάτι και λένε: «*Θες να πεις ότι είμαι φτωχός; Προσπαθείς να με κάνεις να αισθανθώ άσχημα;*» Αυτά τα πράγματα συμβαίνουν. Ή κάνεις κάτι για τον άλλον και λέει: «*Γιατί είσαι τόσο καλός μαζί μου;*»

Κάποτε κάποια μου είπε: «*Γιατί είσαι καλός μαζί μου;*» επειδή της αγόρασα κάτι. Της είπα, «*Μ' έχεις δει να μην είμαι καλός με κάποιον; Αν ήμουνα καλός μόνο μαζί σου και με κανέναν άλλο, αυτό θα ήταν παράξενο.*» Η απάντησή μου ήταν πολύ απλή: «*Μ' έχεις δει να μην είμαι καλός με κάποιον;*» Επειδή όμως, δεν έχετε συνηθίσει οι άνθρωποι να είναι καλοί μαζί σας, αυτό γίνεται πολύ παράξενο.

Για μένα είναι εξαιρετικά σύνηθες, δεν είναι σπουδαίο πράγμα, είναι πολύ απλό. Για σας είναι σπουδαία υπόθεση. **Χρειάζεται να καταβάλετε μεγάλη προσπάθεια για να εντυπωσιάσετε τους άλλους και προσπαθείτε να δημιουργήσετε την εντύπωση ότι είστε καλοί, αλλά στην πραγματικότητα είναι η επιθυμία σας να κάνετε τους άλλους να πιστεύουν ότι είστε καλοί. Στην δική μου περίπτωση είναι μια φυσική συνέπεια της άσκησής μου.** Ήμουν πάντοτε έτσι; Δε θα το έλεγα.

Θυμάστε που σας είπα ότι ως παιδί ήμουν άτακτος και γεμάτος ενέργεια; Ήμουν ο εφιάλτης όλων. **Κι εγώ κατάφερα να αλλάξω· έτσι όλοι έχετε μια ευκαιρία να αλλάξετε σίγουρα.** Όταν μπορείτε να νικήσετε τον εαυτό σας, παύετε να κυνηγάτε τέτοια πράγματα.

Η Ιστορία του Τσε Τσι

Κατά τη διάρκεια της ζωής του ο Βούδας είχε πολλούς μαθητές, πολλούς ακολούθους, και επειδή προερχόταν από βασιλική οικογένεια, όταν φωτίστηκε, πολλά μέλη της οικογένειάς του χειροτονήθηκαν και τον ακολούθησαν. Ανάμεσα σε αυτούς ήταν και κάποιος που ονομαζόταν Τσε Τσι. Ο Τσε Τσι που έγινε βοηθός του ήταν και ο ίδιος πρίγκιπας αλλά ακολούθησε τον Σακυαμούνι Βούδα οποίος ήταν επίσημα γνωστός ως Σιντάρτα ή Βούδας. Όταν ο Σιντάρτα πραγμάτωσε την Βουδότητα, ο Τσε Τσι έγινε μοναχός και ακολούθησε τον Βούδα και γεννήθηκε μέσα του η εξής σκέψη: *«Έχω τόσο στενή σχέση με τον Βούδα, έχω καλύτερη σχέση με το Βούδα από οποιονδήποτε άλλον.»* Απόκτησε μεγάλη έπαρση και πολύ πείσμα και συχνά έλεγε: *«Προτού ο Βούδας πραγματώσει την Βουδότητα, ενώ ασκούσαν, ήμουν μαζί του, προτού ακόμα κατορθώσει την Φώτιση ήμουν μαζί του. Ήμουν ο μόνος που ήταν πάντα δίπλα του, και τώρα άνθρωποι όπως ο Σαριπούτρα και ο Μοντγκαλαγιάνα, οι οποίοι ήταν Βραχμάνοι (μια από τις τάξεις της Ινδίας) θεωρούνται ως οι μεγάλοι μαθητές του Βούδα και τους έχει δοθεί το δικαίωμα να μας καθοδηγούν, ενώ ήμουν το πρώτο πρόσωπο κοντά στον Βούδα.»*

Ο Βούδας τον διόρθωνε και του έλεγε: *«Αυτό που λες, δεν σε βοηθάει.»* Εκείνος ενώ ο Βούδας τον διόρθωνε τηρούσε σιωπή και δεν μιλούσε. Αλλά μετά συνέχιζε να σχολιάζει: *«Δεν ξέρουν τίποτα, εγώ ήμουν ο πρώτος, εγώ ήμουν κοντά του, ήμασταν τόσο κοντά. Αυτοί ήρθαν μετά, εγώ ήμουν ο αυθεντικός, ο γνήσιος.»* Μιλούσε έτσι αν και ο Βούδας τον είχε συμβουλέψει πολλές φορές: *«Δεν χρειάζεται να το κάνεις αυτό, ο Σαριπούτρα και ο Μοντγκαλαγιάνα είναι και οι δύο έξοχοι μοναχοί και έχουν υπάρξει πολύ καλοί απέναντί σου και θα έπρεπε κι εσύ να είσαι καλός μαζί τους και φιλικός και να μην μιλάς έτσι.»* Αν και ο Βούδας τον συμβούλεψε πολλές φορές, εκείνος εξακολούθησε να κάνει το ίδιο. Όταν ο Βούδας τον συμβούλευε, εκείνος σιωπούσε, και μετά επαναλάμβανε τα ίδια.

Έτσι ο Τσε Τσι συνέχισε να λέει: *«Εγώ ήμουν ο πρώτος.»* Έτσι λοιπόν, τη νύχτα που ο Βούδας εισήλθε στη Νιρβάνα, κάλεσε τον Ανάντα (τον κύριο βοηθό του) και του είπε: *«Όταν εισέλθω στη Νιρβάνα, δώσε οδηγία σε όλους τους μοναχούς να αποφεύγουν τον Τσε Τσι...»* - αυτό σήμαινε να μην του δίνουν προσοχή - *«...και να μην τον καλέσεις να συμμετάσχει σε καμία δραστηριότητα.»*

Έτσι όταν ο Βούδας εισήλθε στη Νιρβάνα, ο Τσε Τσι ξαφνικά συνειδητοποίησε ότι όλοι οι μοναχοί άλλαξαν στάση απέναντί του. Πριν του έδειχναν σεβασμό επειδή ήταν τόσο κοντά στον Βούδα όμως τώρα, μετά τις οδηγίες του Βούδα, όλοι τους τον απέφευγαν. Τώρα ο Τσε Τσι είχε χρόνο να στοχαστεί και να συνειδητοποιήσει τα σφάλματα που είχε κάνει με το σώμα, το λόγο και το νου, και τότε ζήτησε συγχώρεση από όλους τους μοναχούς από ολόκληρη τη Σάνγκα. Από εκείνη τη στιγμή άλλαξε την συμπεριφορά του και ζήτησε να του δοθούν οι οδηγίες για να πραγματώσει το Σαμάντι. Τελικά κατόρθωσε την κατάσταση του Άρχατ.

Η ζωή είναι έτσι. Εξαιτίας της παροδικής φύσης της ζωής, θα βιώνετε τα πάνω και τα κάτω, τη νίκη και την ήττα, το κέρδος και την απώλεια. Αυτός είναι ο τρόπος της Σαμσάρα. Η όλη ιδέα της Νιρβάνα είναι η απελευθέρωση από την επαναγέννηση. Για όσο διάστημα επαναγεννιέστε, αυτά τα πράγματα θα συμβαίνουν. Στο βασίλειο των ζώων και στο ανθρώπινο συμβαίνει το ίδιο. Ακόμα και στα θεϊκά βασίλεια συμβαίνει το ίδιο.

Γι' αυτό, όταν οι άνθρωποι τα πάνε καλά θα πρέπει να αγαλλιάζετε μ' αυτό το γεγονός. Όταν συναντούν δυσκολίες θα πρέπει να έχετε συμπόνια γι' αυτούς. Είτε τα πράγματα πάνε καλά για εσάς είτε όχι μην χάνετε το κίνητρό σας, μην χάνετε την συμπόνια σας. Όταν αντιμετωπίζετε το κέρδος και την απώλεια κατ' αυτό τον τρόπο, τα πάνω και τα κάτω κατ' αυτό τον τρόπο, τότε σταδιακά θα αναπτύξετε τη σταθερότητα το νου, την πραγματική Σίνεϊ. Ενώ ο κόσμος γύρω σας αλλάζει ο νους σας παραμένει σταθερός – δεν έχει τα πάνω και τα κάτω. Ο εξωτερικός κόσμος πηγαίνει πάνω-κάτω αλλά ο νους σας παραμένει σταθερός. Αυτή η κατάσταση έρχεται σταδιακά μέσω της άσκησης.

Με αυτό τον τρόπο θα αναπτύξετε την πραγματική συμπόνια, τη συμπόνια που δημιουργεί όφελος για όλα τα αισθανόμενα όντα αντί να ακολουθείτε την δική σας λογική ή την λογική των άλλων δημιουργώντας περισσότερο αρνητικό κάρμα· όσο πιο πολύ κάρμα τόσες περισσότερες επαναγεννήσεις.

Ελπίζω να βοηθηθείτε.

ΤΕΛΟΣ