PATHGATE INSTITUTE OF BUDDHIST STUDIES

A MEMBER OF PALYUL SANGHA INTERNATIONAL

Διδασκαλία του

Λάμα Ντόντρουπ Ντόρτζε Ρίνποτσε

Κατορθώνοντας την Στέρεη, Διαρκή Ευτυχία – Μέρος 2

Κατορθώνοντας την Στέρεη, Διαρκή Ευτυχία - Μέρος 2

Το ζήτημα είναι να εκτιμάτε αυτό που έχετε, χρειάζεται να εκτιμάτε αυτό που είναι παροδικό. Και τότε, ακόμη κι αν ζήσετε μια μέρα, έχετε ζήσει μια καλή ζωή.

Κάποιοι άνθρωποι στο Κέντρο Απομόνωσης μου είπαν: "Ουάου, μακάρι να είχαμε πιό πολλούς σαν κι εσένα, επειδή κάνεις τη δουλειά τεσσάρων ή πέντε ανθρώπων". Αυτό στην πραγματικότητα δεν αληθεύει· δεν έκανα τη δουλειά τεσσάρων ή πέντε ανθρώπων, έκανα αυτό που είχα να κάνω. Αυτό συμβαίνει επειδή οι άλλοι άνθρωποι δεν κάνουν και τόσα πολλά. Έτσι σε σύγκριση με αυτούς φαίνεται να κάνω τη δουλειά τεσσάρων ή πέντε ανθρώπων. Αν ανεβάσουν το επίπεδό τους, μπορούν να κάνουν το ίδιο. Αυτή είναι η όλη κατάσταση – ανεβάστε το επίπεδο. Έτσι, όταν το κατανοήσετε αυτό, όταν έρθει η ώρα, τότε δεν έχετε φόβο μέσα σας. Όταν έρχεται η ώρα και ο θάνατος πλησιάζει τότε νιώθετε: *«Α, είμαι έτοιμος για εσένα».* Συχνά λέγεται ότι η Βουδιστική άσκηση σας προετοιμάζει για το θάνατο. Όταν έχετε αξιοποιήσει τις δυνατότητές σας και έχετε χρησιμοποιήσει σοφά το χρόνο σας και έρχεται ο θάνατος, είναι ώρα να φύγετε, ώρα να μετακινηθείτε σε ένα διαφορετικό ξενοδοχείο. Αποχωρείτε και πηγαίνετε σε ένα νέο μέρος. Κανένα πρόβλημα.

Αν συμπεριφέρεστε στους ανθρώπους με την ίδια κατανόηση, είτε οι άνθρωποι βρίσκονται μαζί σας είτε όχι, δεν διαφέρει, δεν χρειάζεστε αυτούς τους ανθρώπους δίπλα σας. Όταν είναι μαζί σας εκτιμάτε την παρουσία τους, τους συμπεριφέρεστε με τον κατάλληλο τρόπο, αλληλεπιδράτε με αυτούς καταλλήλως αν βρίσκονται κοντά σας· και αν δεν βρίσκονται εκεί, δεν σας λείπουν. Ούτε προσκόλληση, ούτε αποστροφή· να είστε παρόντες, όπως αυτή τη στιγμή που τρώω ξηρούς καρπούς, είμαι παρών, τρώω ξηρούς καρπούς. Η Βουδιστική άσκηση είναι να ζεις την κάθε στιγμή όπως είναι. Να σέβεστε την κάθε στιγμή γι' αυτό που είναι, επειδή δεν ξέρετε αν θα έχετε μια τέτοια ευκαιρία ξανά.

Όταν μια συνθήκη φεύγει, έφυγε. Όταν μια συνθήκη δεν έχει φύγει, τι συμβαίνει; Δεν υπάρχει φόβος αυτή η συνθήκη είναι που αναδύεται αυτή τη στιγμή. Αυτό που γεννιέται θα πεθάνει, όλο σχετίζεται με την συνθήκη. Αν ή συνθήκη δεν είναι εκεί, δεν μπορείς να κάνεις κάτι· έτσι λοιπόν να μην επιτρέπετε στις συνθήκες να διασπούν την προσοχή του νου σας ή να σας φέρνουν σύγχυση. Τότε δε θα αγωνιάτε για τη γέννηση, τα γηρατειά την ασθένεια, και το θάνατο. Τι υπάρχει εκεί για να ανησυχείτε; Αν είναι η ώρα να φύγετε, είναι η ώρα να φύγετε. Ετοιμαστείτε, ετοιμαστείτε να φύγετε, καλά εκπαιδευμένοι. Όταν ζει κανείς ακόμη και μια μέρα με αυτόν τον τρόπο είναι καλύτερα από ανθρώπους που ζουν εκατό χρόνια. Επειδή έχεις αυτή τη μια μέρα, έχεις ζωή, έχεις πραγματική ζωή. Αυτή τη στιγμή είστε απασχολημένοι με συμβόλαια, με τη δουλειά, με εκείνο το πρόγραμμα, με εκείνη την άλλη δουλειά, με το να αποκτήσετε μεγαλύτερο αυτοκίνητο, να αποκτήσετε

ένα μεγαλύτερο ψυγείο. Στην πραγματικότητα είστε υπερβολικά απασχολημένοι με το τίποτα.

Αυτός ο κόσμος και όλα τα πράγματα είναι πρόσκαιρα, έτσι όλα αυτά δεν είναι πραγματικά, αλλά η άσκησή σας παραμένει πραγματική. Να είστε πραγματικοί στην άσκησή σας σε ένα περιβάλλον που δεν είναι πραγματικό. Οι άνθρωποι δεν είναι συνεπείς· οι άνθρωποι ακόμη κι αν τους φερθείτε με καλοσύνη μπορεί να ανταποδώσουν την καλοσύνη σας με κάτι αντίθετο επειδή εδώ τα πράγματα λειτουργούν και αντίστροφα. Μαντέψτε τι, δεν πειράζει, επειδή εσείς δεν ενεργείτε με βάση το *«Είμαι καλός μαζί σου, είσαι καλός μαζί μου,» «Σε βοηθάω υπό τον όρο να με βοηθήσεις».* Όχι. Τους βοηθάτε όταν είναι πρέπον και μετά δεν το σκέφτεστε πια, αφήνετε τη λαβή σας από τα πράγματα. Επειδή αν γραπωθείτε από την κατάσταση, συχνά οι άνθρωποι έρχονται σε δύσκολη θέση. Αισθάνονται χρεωμένοι απέναντί σας λόγω της υπερηφάνειας. Χωρίς την υπερηφάνεια δεν θα υπήρχε η αγανάκτηση.

Η αγανάκτηση οφείλεται στην υπερηφάνεια. Η υπερηφάνεια σχετίζεται πάντοτε με: είστε υπερήφανοι για τη γνώση σας, είστε υπερήφανοι για την ευφυΐα σας, είστε υπερήφανοι για την εξυπνάδα σας, υπερήφανοι για το πώς κάνετε το ένα, πώς κάνετε το άλλο – υπερηφάνεια. Συνεπώς ακόμη κι αν έχετε ικανότητα επαίρεστε για αυτήν και εφόσον κανένας δεν μπορεί να επιβιώσει μόνος του, και όλοι εξαρτόμαστε από άλλους, καταλήγετε πάντοτε να έχετε μνησικακία για άλλους ανθρώπους. Και ενώ δεν έχετε άλλη επιλογή παρά να λάβετε βοήθεια, εσείς αγανακτείτε. Και εξ αιτίας της έπαρσης, δεν αισθάνεστε καμία ντροπή. Να γιατί οι άνθρωποι παίρνουν, παίρνουν, παίρνουν και ποτέ δεν ανταποδίδουν. Και για αυτό το λόγο γίνονται πεινασμένα φαντάσματα. Μόνο παίρνουν, παίρνουν περισσότερο από ό,τι δίνουν. Όταν δίνεις περισσότερο από ό,τι παίρνεις, αυτό είναι το μονοπάτι ανεβάζει στα ανώτερα βασίλεια, εν τάξει. Όταν παίρνεις περισσότερο από ό,τι δίνεις, αυτό σημαίνει κάθοδο στα κατώτερα βασίλεια. Αυτή είναι η συνταγή, εν τάξει.

Έχετε μια επιχείρηση, κερδίζετε και στη συνέχεια επενδύετε ξανά για να βελτιωθεί η υπηρεσία προς τον πελάτη, αυτό είναι καλό. Συνεχίστε να επενδύετε, το όλο πράγμα κυκλοφορεί, έχετε καλύτερη εξυπηρέτηση, καλύτερη ποιότητα στα πάντα. Αλλά, αν μόνον παίρνετε και δεν θέλετε να επενδύσετε ξανά σε πράγματα, ξεχνάτε τον προμηθευτή σας, δεν τον πληρώνετε, ξεχνάτε το ανθρώπους που σας βοήθησαν, καταλήγετε ως πεινασμένα φαντάσματα, η επιχείρησή σας θα βάλει λουκέτο – τσιγκουνιά.

Οι άνθρωποι λένε: *«Ντρέπομαι, αισθάνομαι ντροπή,»* αλλά τί κάνετε γι αυτό; τίποτα. Παραμένετε πεινασμένο φάντασμα. Μοιάζετε σαν πεινασμένο φάντασμα και ενεργείτε σαν πεινασμένο φάντασμα. Πόσο κοινό; Πολύ κοινό. Υπάρχει κάποιο πρόβλημα; Κανένα πρόβλημα. Είμαι άνετα με τα πεινασμένα φαντάσματα παντού, δίνω διδασκαλίες σε πεινασμένα φαντάσματα. Κάθε φορά που δίνω διδασκαλίες υπάρχει ένας στίχος

προσευχής *«Όποιοι είστε, ό,τι είστε, αν βρίσκεστε εδώ, είθε αυτή η διδασκαλία να είναι σε μια γλώσσα που κατανοείτε και σας βοηθάει».* Είτε εμφανιστείτε μπροστά μου είτε όχι είναι το ίδιο. Είναι δική σας επιλογή.

Έτσι, κατ' αυτό τον τρόπο δεν θα έχετε φόβο, και θα χρησιμοποιείτε τις συνθήκες που γνωρίζετε ότι δεν είναι πραγματικές, είναι μόνον πρόσκαιρες, θα τις χρησιμοποιείτε για άσκηση. Είναι σαν την εξομοίωση, όπως όταν ασκήστε σε έναν εξομοιωτή που δεν είναι η πραγματική κατάσταση, αλλά ασκήστε σαν να ήταν πραγματική. Αυτό γίνεται όταν οι άνθρωποι εκπαιδεύονται για να γίνουν πιλότοι· η χρήση ενός αεροπλάνου έχει μεγάλο κόστος, έτσι χρησιμοποιούν την εξομοίωση. Πετούν σε ένα περιβάλλον που έχει δημιουργήσει ένας υπολογιστής. Δεν είναι πραγματικό αλλά μοιάζει σαν τέτοιο και σας προετοιμάζει για το πραγματικό περιβάλλον. Και εξ αιτίας αυτής της άσκησης θα γνωρίζετε ότι χρειάζεται να δράτε έγκαιρα, στη σωστή στιγμή. Η εξομοίωση μας βοηθάει να κατανοούμε.

Αυτή τη ζωή που έχετε τώρα, ήδη την έχετε, μην αναβάλλετε λοιπόν για αργότερα. Αυτή η ζωή δεν πρέπει να χάνεται σε εγκόσμιες δραστηριότητες. Χρειάζεστε φυσικά υλική υποστήριξη, χρειάζεστε κάπου να μένετε, χρειάζεστε τροφή και τα βασικά, εν τάξει. Όμως αυτός δεν είναι ο κύριος λόγος για την ανθρώπινη επαναγέννηση. Δεν είναι πράγματι, έτσι μην χάνετε χρόνο σε τέτοια πράγματα· μην γίνεστε εμμονικοί με αυτά, μην βυθίζεστε σε αυτά. Δεν διαρκούν και δεν ωφελούν.

Σε περασμένες ζωές δεν απελευθερωθήκατε από τη συνθήκη της γέννησης και του θανάτου· δεν έχετε ακόμη επιτύχει τα αποτελέσματα της άσκησης. Αν είχατε, δεν θα ήσασταν εδώ· δεν θα ήσασταν κοινά όντα. Το γεγονός ότι είστε εδώ σημαίνει ότι η άσκησή σας δεν έχει ακόμη ολοκληρωθεί.

Έτσι, ό,τι έχει περάσει είναι παρελθόν, ότι είναι σημαντικό είναι αυτή η στιγμή. Μην χάνετε τον χρόνο σας τώρα. Ένας ασκούμενος δεν αποκτάει εμμονή με το παρελθόν και επίσης δεν χάνεται σε εικασίες για το μέλλον. Το σημαντικό είναι να κάνετε καλή χρήση αυτής εδώ της στιγμής που έχετε. Χρησιμοποιώντας αυτή τη ζωή τώρα για να επιτύχετε το αποτέλεσμα αν είστε έτοιμοι για αυτό – τη Βουδότητα· και αν όχι, τουλάχιστον να είστε ένας που εισέρχεται στο ρεύμα, αυτό σημαίνει που εισέρχεται στο ρεύμα της αλήθειας και δεν καταλήγει στα πεινασμένα φαντάσματα, στα ζώα, στα βασίλεια της κόλασης ξανά και ξανά. Επειδή αν εκδηλώνετε τις ιδιότητες των πεινασμένων φαντασμάτων τώρα, σημαίνει ότι δεν έχετε απελευθερωθεί ακόμη από αυτές τις ιδιότητες. Είναι ένα απόθεμα από περασμένες ζωές. Αν μπορείτε να επιτύχετε το αποτέλεσμα της κατάλληλης άσκησης στην παρούσα ζωή, τότε αυτή η ζωή δε θα πάει χαμένη.

Ακόμη και οι Βούδες του παρελθόντος, αν δεν είχαν επιτύχει την κατάσταση της πλήρους πραγμάτωσης, τότε δε θα διέφεραν από τους ανθρώπους του σήμερα. Αν μπορείτε να επιτύχετε αυτή την αναγνώριση, αν κατορθώσετε να κατανοήσετε τη φύση των φαινομένων, ακόμη κι αν είστε ένας άνθρωπος σημερινός, τότε δεν διαφέρετε από ένα Βούδα του παρελθόντος.

Συχνά οι άνθρωποι ρωτούν: *«Ποιά είναι η διαφορά ανάμεσα σε ένα Βούδα και στα κοινά όντα;»* Ο όρος Βούδας αναφέρεται σε εκείνους που αφυπνίστηκαν, που είναι πλήρως πραγματωμένοι. Κοινοί άνθρωποι που έχουν επιτύχει την κατάσταση της πλήρους πραγμάτωσης, αυτοί είναι οι Βούδες. Και από την άλλη, τα κοινά όντα είναι Βούδες που δεν έχουν ακόμη αφυπνιστεί. Αν είχαν αφυπνιστεί, θα ήταν Βούδες, αλλά επειδή δεν αφυπνίστηκαν ακόμη είναι όπως είναι. Η διαφορά λοιπόν είναι πράγματι απλή· φαίνεται πολύ μικρή, αλλά ανάμεσα σε ένα Βούδα και ένα κοινό άνθρωπο η διαφορά είναι μεγάλη. Έτσι η διαφορά είναι ανάμεσα σε κάποιον που έχει αφυπνιστεί και σε κάποιον που δεν έχει. Όταν έχεις αφυπνιστεί, είσαι ένα Βούδας, κι όταν δεν έχεις, είσαι ένα αισθανόμενο όν. Αυτή είναι η μόνη διαφορά.

Γι' αυτό υπάρχει μια ρήση που λέει: *«Ο νους σας, ο Βούδας και τα αισθανόμενα όντα, σε αυτά τα τρία δεν υπάρχουν διαφορές».* Αν ο Βούδας μπόρεσε να επιτύχει την κατάσταση της πραγμάτωσης και εμείς επίσης μπορούμε να επιτύχουμε την κατάσταση της πραγμάτωσης. Η φύση του νου είναι η ίδια. Αν αφήσετε κατά μέρος τον εννοιολογικό νου, αφήσετε κατά μέρος το νου που γραπώνεται από κάθε είδους επονομαζόμενη γνώση, και επιστρέψετε στον πρωταρχικό νου, τότε δεν υπάρχει διαφορά. Δεν είναι λοιπόν ανάγκη να εισέρχεστε σε μια κατάσταση αυτο-λύπησης ή υπερβολικής ταπεινοφροσύνης, να θυμάστε το εξής: εγκαταλείψτε αυτό που δεν είναι βοηθητικό. Υπάρχει μια ρήση που λέει: *«Όταν είσαι χασάπης, σκοτώνεις ζώα και πουλάς κρέας, και μετά αφήνεις κάτω το μαχαίρι και τον μπαλτά του χασάπη και λες «Δεν θα τα χρησιμοποιήσω ξανά». Εκείνη τη στιγμή βρίσκεσαι πάνω στο δρόμο για να γίνεις Βούδας».*

Ξεκινάτε λοιπόν με το ορθό κίνητρο. Τι είδους κίνητρο; Αυτή τη στιγμή το κίνητρό σας είναι το εξής: *«Θέλω να φροντίσω την μητέρα μου, τον πατέρα μου, την ανιψιά μου, τα παιδιά μου, το σύζυγό μου, τη σύζυγό μου, ίσως τον γείτονά μου, ίσως εκείνο τον σκύλο και τη γάτα που ήρθαν σπίτι μου,»* είναι πολύ ωραίο αλλά είναι στενόμυαλο. Ο ανοιχτός νους σκέφτεται: *«Επιθυμώ να φροντίσω όλα τα όντα στις δέκα κατευθύνσεις».* Και όταν ασκήστε, δεν λέτε: *«Επιθυμώ οι Βούδες και οι Μποντισάτβα Μαχασάτβα των τριών χρόνων να ευλογήσουν εμένα και την οικογένειά μου».*

Αυτή θα ήταν η προσευχή των κοινών ανθρώπων. Αντί αυτού λέτε: *«Εκλιπαρώ όλους τους Βούδες και τους μεγάλους Μποντισάτβα του παρελθόντος, του παρόντος και του μέλλοντος να είναι ευσπλαχνικοί και να προσφέρουν τις ευλογίες τους σε όλα τα*

αισθανόμενα όντα στις δέκα κατευθύνσεις». Ενώ λέτε: *«Εκλιπαρώ έτσι ώστε η κόρη μου και ο σκύλος μου, και η θεία μου, και ο μακρινός μου εξάδελφος....»* και συνεχίζετε έτσι για καμιά ώρα εκφωνώντας τα ονόματα ολόκληρης της οικογένειας· πώς μπορεί να συγκριθεί αυτό με την ευχή *«όλα τα αισθανόμενα όντα στις δέκα κατευθύνσεις;»* Ποιό νομίζετε ότι έχει μεγαλύτερη αρετή; Σκεφτείτε το. Ζητάτε ευλογία για ένα πρόσωπο και θα πάρετε αυτή την μικρή ευλογία· όταν προσεύχεστε για τα αναρίθμητα όντα στις δέκα κατευθύνσεις, οι ευλογίες που παίρνετε είναι ανυπολόγιστες.

Χρειάζεται λοιπόν να καλλιεργήσετε το μεγάλο κίνητρο, πρέπει να ορθώσετε μέσα σας την γενναία ευγενή φιλοδοξία και επιθυμία να επιτύχετε τη φώτιση. Τότε πώς είναι δυνατόν να μην επιτύχετε την σωστή καρποφορία; Χρειάζεται να διαθέτετε ευγενή φιλοδοξία – με ευγενή φιλοδοξία τα πάντα μπορούν να συμβούν. Η άσκηση είναι πράγματι απλή· δεν είναι και τόσο πολύπλοκη. Είναι όταν βυθίζεστε σε υπερβολικά πολλές εσφαλμένες αντιλήψεις· όταν σας αποσπά την προσοχή η επονομαζόμενη γνώση σας. Είναι τα εμπόδια που οφείλονται στην θέασή σας που οφείλονται στην γνώση σας. Πώς μπορεί η γνώση σας να συγκριθεί με όλη την γνώση που υπάρχει στον κόσμο ήδη;

Λέτε: *«Είμαι ειδήμων σε αυτό και σε εκείνο. Είμαι σύμβουλος σε αυτό και σε εκείνο».* Στην εταιρία σας, ναι. Στην μικρή σας ομάδα, ναι. Αλλά είσαστε σύμβουλος του κόσμου ολόκληρου; Είστε σύμβουλος του σύμπαντος; Μπορείτε όμως να είστε ο πραγματικός, ο αληθινός διδάσκαλος· με ποιό τρόπο γίνεστε ο αληθινός κάτοχος της γνώσης του σύμπαντος; Όταν δεν διαφέρετε από το σύμπαν. Όταν εσείς και το σύμπαν γίνετε ένα. Πώς; Ποιός μπορεί να είναι έτσι; Μόνο ένα είδος όντων μπορούν να είναι έτσι. Αυτά τα όντα είναι γνωστά ως Βούδες.