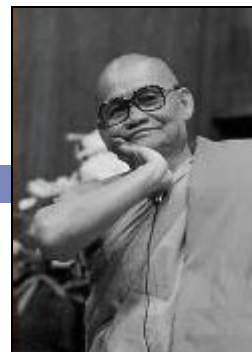


NE AJAHN CHAH

Častiti Ajahn Chah

refleksije – Slovenski prevod knjige *No Ajahn Chah*



Citati v tej knjigi so bili zbrani iz knjig Bodhinyana, A taste of freedom, A still Forest Pool, Samadhibhavana, Seeing the Way, Living Dhamma, Food for the heart, Venerable Father in A life with Ajahn Chah. Nekateri citati izhajajo iz osebne zbirke in zato niso bili objavljeni.

Nekoč je učitelja Ajahna Chahja obiskal laik ter ga vprašal, kdo je Ajahn Chah. Učitelj je videl, da je duhovna razvitost obiskovalca skromna, in je z roko pokazal na sebe, ter odgovoril: "Tole tukaj, to je Ajahn Chah."

Ob drugi priliki je nek drug obiskovalec učitelju postavil enako vprašanje. Tokrat je učitelj videl, da ima obiskovalec boljšo sposobnost razumevanja Dhamme, in je zato odgovoril z besedami: "Ajahn Chah? Ajahn Chah ne obstaja."

■ Predgovor k slovenskemu prevodu

Pričujoča zbirka citatov je nastala kot prevod angleške knjige *No Ajahn Chah*, izdano 1996 od Dhamma Garden. Slovenski prevod sem poiskoval narediti čim bolj jasen in razumljiv ter ga tako na preprost način približati čim širšemu krogu bralcev. Angleška knjiga je nastala kot zbirka prevedenih citatov Dhamma učenja iz tajščine, ki predstavlja materni jezik učitelja Ajahna Chahja. To je verjetno tudi razlog, da so bili posamezni angleški citati nejasni oziroma niso imeli jasno razumljive sporočilne vrednosti, nekateri drugi pa so se podvajali, itd. Zato sem si pri prevajanju dopustil malo več svobode in sem nekaj takšnih citatov izpustil z namenom, da prevod predstavlja zbirko le jasnih in razumljivih citatov. V zbirko je dodatno vključenih pet citatov iz knjige *A Tree in a Forest*.

Prevod je nastajal v budističnem samostanu. Zahvala vse, ki so mi to delo omogočili.

Zahvaljujem se tudi Janezu, Nevenki, Samaneri Hiriku, Bojanu in Heleni za njihov pomoč pri popravljanju napak ter koristne predloge pri izbiri prevajanih izrazov.

Vse morebitne napake v tekstu so posledica prevajanja in tako izključna odgovornost prevajalca. Naj bo prevedeno delo v čim večjo korist bralkam in bralcem na njihovi Poti.

Prevajalec Simon

■ Uvod

Kadar so ljudje Ajahnu Chahju omenili, da ne morejo praktimirati v družbi, jih je imel navado vprašati: "Če vas s palico sunim med rebra, ali bi rekli, da je sicer res, da trpite, vendar ker živite v družbi, temu ne morete ubežati in narediti konec?" Takšen odgovor je podoben problemu, ki ga je podal Buddha v prispodobi o zastrupljeni puščici. Ta govori o možu, ki je bil zadet z zastrupljeno puščico, vendar nikomur ne dovoli, da jo odstrani, preden ne dobi vse odgovore o tem kdo je strelec, kakšen je lok, kakšna je puščica, itd. Ampak časa je premalo, saj bo verjetno smrtno ranjen mož preje umrl, kot pa dobil vse odgovore na ta vprašanja. Tisto kar mora spoznati je, da je v bolečinah in smrtno ranjen, ter da mora takoj nekaj ukreniti glede tega.

Ajahn Chah je v svojem učenju vseskozi poudarjal takšno gledanje: trpite, torej ukrenite nekaj glede tega! Ni zapravljaj veliko časa z govorjenjem o miru, o modrosti ali o stanjih razsvetljenja, ampak je govoril predvsem o praksi. Učil je, kako biti nenehno pozoren, kaj se dogaja v umu in telesu v sedanjem trenutku, kako to videti in preprosto opustiti. Pogosto je govoril, da namen meditacije ni nekaj pridobiti, ampak znebiti se stvari. Tudi kadar je bil vprašan o mirnosti, ki jo je mogoče pridobiti s prakso, je namesto o mirnosti govoril o tem, kako se moramo najprej znebiti nemira, saj je mirnost odsotnost nemira. Ta knjižica ni le zbirka refleksij o trpljenju in meditacijski praksi, pač pa nudi tudi nekaj uvidov v nestalnost, krepost, ne-jaz, itd. Upamo, da bo ta zbirka bralcu postala prijeten spremljevalec in dober prijatelj za trenutke tihe refleksije, in mu morda pomagala pridobiti bežen vpogled v ne-jaz Ajahna Chahja, ki je imel navado reči:

"Venomer govorim o stvareh, ki jih je potrebno razviti, ter o stvareh, ki jih je potrebno opustiti. Vendarle v resnici ne obstaja ničesar, kar je potrebno razviti ali opustiti."

ROJSTVO IN SMRT

1.

Dobra duhovna praksa pomeni, da se iskreno vprašate, "Zakaj sem se rodil?" To se sprašujete skozi ves dan, zjutraj, popoldne, zvečer,

2.

Naše rojstvo in smrt sta si enakovredna. Ne more obstajati eno brez drugega. Kar nekoliko smešno je videti ljudi, ki so ob smrti tako zelo žalostni in potrti, ob rojstvu pa tako zelo veseli in navdušeni. To je navadna iluzija. Mislim, da če že želite jokati, potem bi bilo bolje jokati takrat, ko se nekdo rodi in ne, ko nekdo umre. Jokajte pri vzroku stvari, saj če ne bi bilo rojstva, tudi smrti ne bi bilo. Ali lahko to razumete?

4.

Zakaj smo se rodili? Rodili smo se zato, da se nam ne bi bilo treba več roditi.

6.

Buddha je svojega učenca Anando učil naj uvidi nestalnost pojavov, naj uvidi smrt skupaj z vsakim dihom. Vedeti moramo kaj smrt je; umreti moramo, da lahko živimo. Kaj to pomeni? Umreti pomeni, da smo prišli do konca vseh naših dvomov, vseh naših vprašanj, ter da preprosto smo tukaj in sedaj, v realnosti sedanjega trenutka. Nikoli ni mogoče umreti jutri; umreti je mogoče le v sedanjem trenutku. Ali lahko to naredite? Če lahko, potem boste spoznali mir brez kakršnihkoli vprašanj.

7.

Smrt nam je tako blizu kot naš (iz)dih.

8.

Če prakticirate pravilno, se ne boste vznemirili, ko zbolite, niti se ne boste počutili potrti, ko nekdo umre. Kadar boste šli v bolnišnico na zdravljenje, in se bo vaše zdravstveno stanje izboljšalo, si sami pri sebi recite "v redu", in če se bo stanje poslabšalo ter boste umrli, si recite "tudi v redu". Zagotavljam vam, da če bi mi zdravniki rekli, da bom v nekaj mesecih umrl zaradi raka, bi jih tudi jaz opomnil, "Bodite previdni, kajti smrt prihaja tudi po vas. Vprašanje je samo, kdo bo prvi ter kdo naslednji." Zdravniki ne morejo pozdraviti ali preprečiti smrti. Edini, ki je našel zdravilo za smrt, je bil Buddha. Zakaj torej tudi vi ne preizkusite in uporabite Buddhovega zdravila?

10.

'Tisti, ki ve' se jasno zaveda, da so vsi pojavi nestalni. Zato, 'tisti, ki ve' ne postane vesel ali žalosten, saj ne sledi spreminjajočim se pojavom. Postati zadovoljen, pomeni roditi se, postati potrta, pomeni umreti. Ko umremo, se ponovno rodimo, ko se rodimo, ponovno umremo. Rojstvo in smrt se izmenjujeta iz trenutka v trenutek in tako tvorita neskončno vrteče se kolo samsare.

TELO

11.

Če bi naše telo lahko govorilo, bi nam vseskozi dopovedovalo, "Ti nisi moj lastnik, veš." Dejansko nam telo to v resnici pripoveduje, vendar v jeziku Dhamme in zato tega nismo sposobni razumeti.

12.

Pojavi in stvari ne pripadajo nam. Sledijo svoji naravni poti. Tako ni mogoče ničesar narediti glede narave telesa. Lahko ga sicer za kratek čas malo polepšamo, da je videti bolj atraktiven in privlačen, tako kot to storijo mlada dekleta, ko si namažejo ustnice in si pustijo dolge nohte. Vendar pa smo, ko pride starost, vsi na istem. Takšna je narava telesa in tega ni mogoče spremeniti. Tisto, kar pa lahko spremenimo in polepšamo, je naš um.

13.

Če bi nam naše telo v resnici pripadalo, potem bi moralo ubogati naše zahteve. Ali nas telo uboga, če mu rečemo, "Ne postaraj se." ali "Prepovedujem ti, da zboliš."? Seveda ne! Še zmeni se ne. Mi smo samo najemniki tega 'stanovanja', ne pa lastniki. Če mislimo, da nam telo pripada, potem bomo trpeli, ko ga bomo morali zapustiti. Vendar v resnici ne obstaja ničesar takega kot stalni jaz, ničesar nespremenljivega ali trajnega s čimer bi se lahko poistovetili.

DIH

14.

Obstajajo ljudje, ki se rodijo in umrejo, ne da bi se v življenju enkrat samkrat zavedli svojega diha. Tako zelo samoodtujeno živijo ti ljudje.

16.

Pravite, da ste preveč zaposleni in da nimate časa za meditacijo. Ali imate čas za dihanje? Vaše dihanje je meditacija. Zakaj imate čas za dihanje, nimate pa časa za meditacijo? Zato, ker je dihanje za vas življenjsko pomembno. Vendar, če spoznate, da je prakticiranje Dhamme nekaj nujnega v vašem življenju, potem bo dihanje in prakticiranje Dhamme postalo enako pomembno za vas.

DHAMMA

17.

Kaj je Dhamma? Vse, kar obstaja.

18.

Kako nas Dhamma uči pravilnega življenja? Tako, da nam na različne načine pokaže, kako naj živimo. Ta nauk se nam razodeva vsepovsod - na skalah, drevesih ali enostavno tu pred nami. Dhamma predstavlja učenje, vendar brez uporabe besed. Zato umirite svoj um in srce, ter se naučite opazovati. Ugotovili boste, da se celotna Dhamma razodeva tukaj in sedaj, v sedanjem trenutku in na tem kraju. Le v katerem drugem času in kraju jo boste našli?

19.

Najprej spoznate Dhammo na razumskem nivoju. Ko jo začnete bolj razumevati, jo pričnete prakticirati. In ko jo prakticirate, jo začnete resnično spoznavati. In ko jo spoznate, postanete Dhamma ter pridobite radost Buddhe.

20.

Dhammo je potrebno odkriti z opazovanjem lastnega srca ter na ta način ugotoviti, kaj je resnica in kaj ni resnica, kaj je uravnoteženo in kaj ni uravnoteženo.

21.

Obstaja samo ena resnično prava čarovnija, to je čarovnija Dhamme. Vse ostale čarovnije so kakor rokohiterski triki s kartami, iluzija. Ti nas odvrnejo od resničnega pomena igre: našega odnosa do človeškega življenja, rojstva, smrti in osvoboditve.

25.

Ne glede na čas in kraj, celotna praksa Dhamme se konča v točki, kjer ni ničesar več. To je kraj predaje, praznine, osvoboditve od bremena. To je konec vsega.

26.

Dhamma ni nekje daleč stran. Je točno tu, znotraj nas. Dhamma ne govori o angelih v nebesih ali kaj podobnega. Preprosto govori o nas samih, o tem kaj počnemo ravno ta trenutek. Opazujte sami sebe. Včasih je tu veselje, včasih žalost, včasih zadovoljstvo, včasih bolečina, ..., to je Dhamma. Ali jo vidite? Da jo res spoznate, morate brati svoje lastne izkušnje.

28.

Kadar prisluhnite Dhammi, ji morate odpreti svoje srce, um pa zbrati v središču. Ne poizkušajte v glavi akumulirati vsega kar slišite, ne prizadevajte si zapomniti slišanih besed. Samo dopustite, da Dhamma, medtem ko se razodeva, sama priteka v vaše srce; ostanite vseskozi odprti za ta tok v sedanjem trenutku. Kar mora ostati v vas, bo ostalo samo po sebi po naravni poti, ne pa zaradi vašega naprezanja pri tem.

SRCE IN UM

30.

Samo ena knjiga je resnično vredna branja: um.

32.

Svet je v zelo stresnem stanju. Um skače od poželenja do odpora in spet nazaj, skupaj s spreminjanjem stresnega sveta. Če smo se sposobni naučiti, kako umiriti naš um, bo to v največjo korist za svet.

33.

Če je vaš um zadovoljen, potem boste zadovoljni tudi vi, naj greste kamorkoli. Ko se modrost prebudi znotraj vas, potem boste videli Resnico povsod kamor se boste uzrli. Resnica je vsepovsod okoli nas. To je podobno branju, saj ko ste se enkrat naučili brati, potem lahko berete kamorkoli greste.

35.

Pogletje v svoj lasten um. Tisti, ki stvari zgolj prenaša misli, da stvari ima, toda tisti, ki stvari opazuje vidi samo težo njihovega bremena. Odvržite stvari, opustite jih ter spoznajte lahkotnost.

36.

Globoko v notranjosti je um sam po sebi miren. Nemir in zmeda sta rojena iz te notranje mirnosti. Če nekdo vidi in spozna ta nemir in zmedo, potem um postane zopet miren.

37.

Budizem je religija srca. Samo to. Tisti, ki goji srce, je oseba, ki prakticira budizem.

39.

Uma ne okrepimo na enak način kot telo, to je da hodimo naokoli, ampak nasprotno,

tako da ga privedemo k postanku, da ga pripeljemo k počitku.

41.

Za poslušanje učenja Dhamma uporabljajte srce, ne pa ušesa.

42.

Nekateri ljudje se bojujejo s svojimi slabostmi in jih skušajo premagati. To imenujemo notranji boj. Drugi ljudje se borijo zunaj sebe in se zanašajo na bombe in puške, s katerimi bombardirajo in streljajo na druge. Zmagujejo in so premagani. Način bojevanja v svetu je tako premagati druge. Pri prakticiranju Dhamme se ne bojujemo z drugimi, ampak skušamo premagati svoj lasten um, tako da se potrpežljivo vzdržimo vseh njegovih muh in kapric.

43.

Kako nastane dež? Voda se v oblaku zbira zaradi izhlapevanja vseh umazanih voda na zemlji, tako kot na primer iz urina in umazane vode, ki je bila uporabljena za umivanje nog. Ali ni to čudovito, kako je nebo sposobno prevzeti umazano vodo in jo nato spremeniti v čisto in neomadeževano? Vaš um lahko stori enako z vašimi slabostmi, če mu to dopustite.

NESTALNOST

45.

Vse kar obstaja, se neprestano spreminja. Tega ni mogoče preprečiti. Samo pomislite, ali lahko izdihnete brez vdiha? Ali bi se počutili dobro? Ali lahko samo vdihujete? Mi želimo, da so pojavi nespremenljivi, vendar to ni mogoče.

47.

Vsak govor, ki ne upošteva nezanesljivosti in nestalnosti stvari, ni govor modreca.

48.

Če resnično jasno vidite nezanesljivost, potem boste spoznali tisto, kar je zanesljivo. Ta zanesljivost nam pove, da morajo biti neobhodno vse stvari nezanesljive, in da ne more biti drugače. Ali razumete? Če veste samo to, lahko spoznate Buddho, in se mu upravičeno priklonite.

51.

Vsi pojavi sledijo svoji naravni poti. Četudi se mi smejemo ali jokamo zaradi njih, to ničesar ne spremeni. Tudi znanost, ki bi bila sposobna preprečiti takšno naravno pot pojavov, ne obstaja. Morda greste k zobozdravniku na pregled zob, ampak tudi če vam jih popravi, bodo zobje prej ali slej šli, po svoji naravni poti. Tudi zobozdravnik ima probleme z zobmi. Na koncu koncev vse premine.

52.

Kaj lahko obravnavamo kot zanesljivo? Ničesar! Ni ničesar drugega razen občutkov. Trpljenje se pojavi, traja in nato preneha. Zatem trpljenje nadomesti sreča - samo to. Izven tega ni ničesar drugega. Vendar smo ljudje zgubljeni ter neprestano tekamo in hlepimo za temi občutki. Občutki niso resnični, so samo stalno spreminjajoči se pojavi.

KAMMA

53.

Kadar ljudje, ki ne razumejo Dhamme, počnejo kaj narobe, se ozirajo naokoli, da se prepričajo, da jih nihče ne vidi. Vendar je naša kamma vedno na preži in ji ničesar ne uide. Naša dejanja nikoli ne ostanejo brez posledic.

54.

Dobra dejanja rodijo dobre rezultate, slaba dejanja rodijo slabe rezultate. Ne pričakujte, da bodo namesto vas dobro delali bogovi, ali da vas bodo varovali angeli in božanstva, ali da vam bodo posebno naklonjeni dnevi prinesli srečo. Te stvari niso resnične. Nikar ne verjemite vanje. Če verjamete vanje boste trpeli. Vedno boste v pričakovanju pravega dne, pravega meseca, pravega leta, angela, ali božanstva. Na ta način si boste le povzročili trpljenje. Raje bodite pozorni na svoja dejanja in besede, na svojo kammo. Če delate dobra dejanja, boste želi dobre posledice, če delate slaba dejanja, boste želi slabe posledice.

55.

Skozi pravilno prakso boste vaši slabi kammi dopustili, da se sama izrabi. Če veste, kako pojavi nastanejo in kako prenehajo, ste lahko samo pozorni in jim pustite, da gredo svojo pot. To je podobno, kot če bi imeli dva drevesa: če eno drevo zalivate in ga negujete, za drugega pa se ne zmenite, potem ni dvoma katero drevo bo raslo in katero bo odmrlo.

MEDITACIJSKA PRAKSA

59.

Včasih mi ljudje potarnajo, "Oh, to leto je bilo zame zelo slabo." "Kako to?" "Celo leto sem bil bolan. Sploh nisem uspet nič prakticirati." Ops! Če ljudje ne prakticirajo takrat, ko jim je smrt blizu, kdaj pa bodo potem sploh prakticirali? Ko se počutijo dobro in so zadovoljni, ali mislite, da takrat prakticirajo? Ne. Takrat se izgubijo v sreči in zadovoljstvu. Ko pa občutijo trpljenje, pa tudi ne prakticirajo. Tudi v tem občutju se izgubijo. Ne vem, kaj ti ljudje mislijo, kdaj bodo potem sploh prakticirali.

60.

V samostanu sem vzpostavil utečen dnevni red in pravila. Ne kršite teh vzpostavljenih standardov. Tisti, ki jih prekrši, ni v samostan prišel z iskrenim namenom prakticiranja. Kaj lahko takšna oseba sploh upa, da bo spoznala? Tudi, če bi vsak dan spala poleg mene, me ne bo videla. Brez prakse ne bi spoznala niti Buddhe, tudi če bi spala vsak dan zraven njega.

61.

Ne mislite, da pomeni meditativna praksa samo sedenje na blazini z zaprtimi očmi. Če tako razmišljate, potem to mnenje hitro spremenite. Pravilna praksa pomeni ohranjanje pozornosti v vsaki legi telesa, to je ko sedimo, hodimo, stojimo ali ležimo. Ko končate s sedenjem, si mislite, da le spreminjate položaj telesa, ne pa da ste končali z meditiranjem. Če razmišljate o praksi na takšen način, potem boste dosegli resničen mir. Tako boste lahko vseskozi ohranili meditativno prakso ter močno pozornost znotraj vas, ne glede na to kje boste.

64.

Ne meditiramo zato, da bi videli nebesa, ampak zato, da končamo trpljenje.

65.

Ne navežite se na vizije in svetlobo, ki jo doživite v meditaciji, ne sledite jim. Kaj je tako enkratnega glede svetlobe? Moja ročna baterijska svetilka jo ima. Te reči nam ne morajo pomagati pri osvoboditvi od trpljenja.

66.

Brez meditacije ste slepi in gluhi. Dhamme ni mogoče zlahka videti. Potrebno je meditirati, da lahko spoznate tisto, česar še ne veste. Ali ste se že rodili pametni in učeni? Ne, seveda se niste. Zato se morate najprej učiti.

68.

Prakticirati moramo tudi takrat, ko se počutimo lene, in ne samo takrat, kadar se počutimo prave volje in smo motivirani. To je prakticiranje v skladu z Buddhovim učenjem. V skladu z našim pa je, da prakticiramo samo takrat, ko se počutimo prave volje za to. Ali lahko sploh kam pridemo na takšen način? Kdaj bomo sploh prekinili naš tok nevednosti, če prakticiramo na način, da vedno sledimo našim muham in kapricam?

70.

Seveda obstaja mnogo različnih meditacijskih metod, vendar imajo vse metode isti namen - opustiti stvari, dopustiti stvarjem, da so takšne kot so. Stopiti stran od večnega bojevanja, tja kjer je mirno in prijetno. Zakaj ne poizkusite?

72.

Po več letih meditacijske prakse si še vedno nisem bil sposoben zaupati. Šele ko sem pridobil dovolj razumevanja in modrosti, sem se naučil zaupati svojemu srcu. Ko enkrat pridobite takšno globoko razumevanje, potem lahko dopustite, da se zgodi, kar se pač mora, in vse bo nastalo in prenehalo sledeč svoji naravni poti. Takrat boste dosegli točko, kjer vam bo srce samo povedalo, kaj je potrebno storiti.

73.

V meditacijski praksi je slabše, če se ujamete v mirnost kot v nemirnost uma, kajti v slednjem primeru si vsaj želite uiti iz nemirnosti, medtem ko ste v prvem primeru zadovoljni s tem, da ostanete v mirnosti in si ne želite iti dalje. Ko med meditacijo doživite blažena, mirna stanja uma, se ne navežite na njih.

75.

Če naša praksa ni pravilna, postanemo nepazljivi. Biti nepazljiv je enako kot biti mrtev. Vprašajte se, ali boste imeli čas za prakticiranje, ko boste mrtvi? Vseskozi se sprašujte, "Kdaj bom umrl?". Če kontempliramo na takšen način, potem bo naš um vsak trenutek čuječ, pazljivost bo vedno prisotna in temu bo avtomatsko sledila pozornost. Potem bomo pridobili modrost ter jasno videli stvari takšne kot so v resnici. Pozornost varuje um na način, da se ta vseskozi zaveda, kdaj se pojavijo razni vtisi, tako podnevi kot ponoči. Imeti pozornost pomeni biti umirjen. Biti umirjen pomeni biti pazljiv. Oseba, ki je pazljiva, prakticira pravilno.

76.

Naša praksa mora temeljiti na: prvič, da smo iskreni in pošteni, drugič, da ne počnemo slabih stvari, in tretjič, da smo skromni in zadovoljni z malim. Če smo zadovoljni z malim glede govora in ostalih stvari, potem si ne bomo ustvarjali dodatnih motenj in se bomo lažje obrnili vase. Um bo tako pridobil osnovo za krepost, koncentracijo in modrost.

78.

Ne pozabite, da ne meditirate zato, da nekaj 'pridobite', ampak zato, da se 'znebite' stvari. Tega ne počnemo na način, da si to želimo, ampak preprosto z opuščanjem. Če si boste karkoli želeli, tega ne boste našli.

79.

Bistvo budistične poti je zelo preprosto in ni potrebe za dolgo in široko razlago. Opustite vse, tako dobro kot slabo, ter dopustite stvarjem biti takšne kot so. To je vse, kar jaz

počnem v svoji praksi.

82.

Če imate čas, da ste pozorni, potem imate čas za meditacijo.

83.

Pred kratkim me je nekdo vprašal, "Ko se med meditacijo v umu pojavijo različne stvari, ali bi jih morali raziskovati ali pa je dovolj, da jih opazimo, kako pridejo in grejo?" Če vidite nepoznano osebo, se običajno začnete spraševati, "Kdo je to? Kam gre? Kaj namerava narediti?" Če pa vidite nekoga znanega, je dovolj, da ga samo opazite, kako gre mimo.

84.

Želja v praksi je lahko naš prijatelj ali pa sovražnik. Če nas želje spodbujajo k praksi, k razumevanju in h končanju trpljenja, potem so naš prijatelj. Če si želimo nečesa, česar nimamo, če si želimo, da naj bodo stvari drugačne kot so, nam to povzroča samo več trpljenja, in v tem primeru so želje naš sovražnik. Vendar se moramo na koncu koncev naučiti opustiti prav vse želje, celo željo po razsvetljenju. Samo potem lahko dosežemo popolno svobodo.

85.

Nekoč je nekdo vprašal Ajahna Chahja, kakšen je njegov način učenja: "Ali uporabljate metodo dnevnega intervjuja z učenci, da preverite njihovo stanje uma?" Ajahn Chah je odgovoril: "Jaz učim učence, kako naj sami sebe intervjujajo, da preverijo svoje stanje uma. Morda je danes učenec jezen, ali pa ima kakšno željo v svojem umu. Jaz o tem ne vem nič, on pa bi to moral vedeti. Ni potrebe, da pride k meni in me sprašuje o tem, ali ne?"

90.

Na novo posvečen menih je vprašal učitelja Ajahna Chahja kakšen je njegov nasvet za začetnike v meditacijski praksi. "Nasvet je enak kot za tiste, ki že dolgo časa prakticirajo." je odgovoril učitelj. "In kakšen je to?" "Samo nadaljuj s prakso."

91.

Ljudje mi včasih potarnajo, da je Buddhovo učenje sicer dobro, vendar ga v družbi ni mogoče prakticirati. Porečejo na primer, "Zdaj sem mlad in zato nimam možnosti za prakso, ko bom starejši, pa bom prakticiral." Ali bi lahko rekli, "Mlad sem in zato nimam časa jesti, ko bom starejši, pa bom jedel?" Če vas s palico sunim med rebra, ali bi rekli: "Res je, da trpim, vendar pa ker živim v družbi, temu ne morem ubežati in narediti konec?"

TF - 35

Ko je vaš um miren in zbran, postane zelo močno in uporabno orodje. Vendar, če meditirate le z namenom, da se počutite srečne in zadovoljne ob tem, potem zapravljate čas. Pravilna praksa meditacije je, da najprej umirimo in zberemo um, ter nato takšen jasen um uporabimo kot orodje za spoznavanje narave uma in telesa. Če umirite um brez namena raziskovanja, potem bo um sicer za nekaj časa miren in brez nečistoč. Toda to je podobno kot, če bi s kamnom prekrili luknjo s smrdečimi odpadki. Ko kamen nato odstranimo, je luknja še vedno smrdeča in polna odpadkov. Koncetracijo in zbranost morate uporabiti za temeljito raziskovanje narave uma in telesa, in ne zato, da začasno dosežete spokojno stanje uma. Le tako pridobljena modrost vas resnično osvobodi.

NE-JAZ

93.

Neka pobožna starejša ženica iz sosednje province je prišla na romanje v učiteljev samostan Wat Pah Pong. Povedala je Ajhnu Chahju, da lahko tu ostane samo za kratek čas, saj se mora vrniti domov in poskrbeti za svojega vnuka, in ker je stara in šibka, je prosila učitelja za kratek Dhamma govor. Ajhan Chah je ostro in glasno odgovoril: "Hej, poslušaj! Tukaj ni nikogar, je samo to, kar je! Ni lastnika, ni nikogar, ki bi bil star, mlad, ni dobrega in slabega, ni šibkega in močnega. Je samo to, kar je, to je vse - samo skupek različnih naravnih elementov, ki sledijo svoji naravni poti, in so brez lastne biti. Ni nikogar, ki se rodi in umre! Tisti, ki govori o rojstvu in smrti, govori v jeziku nevednega otroka. V jeziku srca, to je Dhamme, ne obstaja ničesar takega kot rojstvo ali smrt."

94.

Pravo bistvo učenja je uvideti, da je jaz prazen. Vendar si nekateri ljudje, ki se učijo Dhammo, le povečujejo svoj jaz ter nočejo izkusiti trpljenja ali težav. Želijo si, da je vse udobno in prijetno. Morda si res želijo osvoboditi trpljenja, vendar kako lahko to sploh dosežejo, če je jaz še vedno prisoten?

95.

Je zelo enostavno, ko enkrat razumete. Je zelo preprosto in neposredno. Ko se pojavijo prijetne stvari, jih uvidite, da so prazne. Ko se pojavijo neprijetne stvari, jih uvidite, da niso vaše. Te stvari same odidejo. Naj ne postanejo del jaza, ne jemljite jih za svojo lastnino. Če mislite, da je papaja drevo del jaza, zakaj se potem ne počutite prizadete, ko je podrto? Ko enkrat to jasno razumete, bo vaš um postal uravnotežen. Ko je um v ravnotežju, potem prakticirate pravilno in ste na pravi poti Buddhovega nauka, ki vodi k osvoboditvi.

97.

Ko enkrat spoznate ne-jaz, potem breme življenja odpade in postanete pomirjeni s svetom. Ko gremo preko jaza, lahko postanemo resnično srečni, saj se ne oklepamo ničesar več, nismo več navezani na srečo in zadovoljstvo. Naučite se opustiti stvari brez boja, samo preprosto jih opustite, ter postanite to, kar resnično ste - brez oklepanja na karkoli, brez navezanosti, resnično svobodni.

98.

Vsa telesa so zgrajena iz štirih osnovnih elementov narave: zemlje, vode, zraka in ognja. Kadar se ti štirje elementi združijo v telo, mu pravimo, to je moški, to je ženska, mu damo ime, itd., in se na takšen način ločimo med seboj. Vendarle v resnici telo nismo mi, je samo skupek zemlje, vode, zaka in ognja. Ne postanite prevzeti nad telesom ali slepo zaljubljeni vanj. Če resnično globoko pogledate vanj, tam ne boste našli nikogar.

MIR

99.

"Kaj je mir?"

Odgovor učitelja, "Kaj pa je nemir? No torej, mir je odsotnost nemira."

100.

Mir je potrebno poiskati znotraj nas, na istem mestu, kjer se pojavita nemir in trpljenje. Ni ga mogoče najti v gozdu ali na vrhu gore, niti ga nam ne more dati učitelj. Tam, kjer izkušate trpljenje, je mogoče doseči tudi osvoboditev od trpljenja. Poskus bežanja od trpljenja je v resnici korak k še večjemu trpljenju.

101.

Če opustite malo, potem boste pridobili majhen mir. Če opustite veliko, potem boste pridobili velik mir. Če pa opustite popolnoma vse, boste pridobili popoln mir.

102.

V resnici ne obstaja nič takšnega kot človeško bitje. Kdorkoli naj bi že bili, to nekaj obstaja le v navideznem svetu pojavov. Če stopimo iz sveta navidezne resničnosti in spoznamo pravo resnico, potem bomo vedeli, da ne obstaja nič drugega razen univerzalnih značilnosti - to je rojstvo na začetku, spreminjanje v sredini in smrt na koncu. To je vse, kar obstaja. Če vse vidimo na takšen način, potem nimamo nobenega problema. Ko enkrat to dokončno spoznamo in razumemo, potem postanemo resnično mirni in zadovoljni.

105.

Vsakdo si lahko iz lesa in opeke zgradi dom, vendar je Buddha učil, da to ni naš pravi dom. Je dom v posvetnem pomenu, ki sledi naravi sveta. Naš pravi dom je notranji mir.

106.

Gozd je miren, ali ne, zakaj pa vi niste mirni? Navezani ste na stvari in to vam povzroča nemir. Dopustite, da vas uči narava. Poslušajte ptičje petje brez navezanosti. Če poznate naravo, potem boste vedeli kaj je Dhamma. Če veste kaj je Dhamma, potem boste poznali naravo.

107.

Iskanje miru je podobno iskanju želve z brkami. Ni ga mogoče najti. Vendar pa bo mir sam našel vas takrat, ko bo vaše srce dozorelo.

108.

Krepost, zbranost in modrost so trije faktorji, ki skupaj tvorijo Pot. Toda ta Pot še ni pravo vedenje, ni tisto, kar učitelj pravzaprav želi od vas, ampak je samo pot, ki vas bo pripeljala do tja. Recimo, da ste potovali po cesti od Bankoka do samostana Wat Pah Pong; cesta je bila neobhodna za vaše potovanje, vendar iskali ste samostan, ne cesto. Podobno lahko rečemo, da krepost, zbranost in modrost ne predstavljajo Buddhove resnice, ampak predstavljajo Pot, ki vodi do te resnice. Ko tri faktorje Poti dovršite, sledi najbolj čudovit mir, ki ste ga kdajkoli doživeli.

TRPLJENJE

109.

Obstajata dve vrsti trpljenja: prvo, ki vodi k še večjemu trpljenju, ter drugo, ki vodi h koncu trpljenja. Prvo vrsto trpljenja sestavlja boleče hrepenenje ob prenehanju prijetnega in odpor do neprijetnega, kar večina ljudi doživlja kot nenehno mučno bojevanje s svetom. Drugo vrsto trpljenja izkusimo, ko si dopustimo, da popolnoma občutimo stalno se spreminjajoča doživetja - zadovoljstvo, bolečino, veselje, žalost, itd. - brez strahu in bežanja. Ta vrsta trpljenja nas naredi pogumnejše in nas vodi k notranjem miru.

110.

Vedno si želimo ubrati lažjo pot, ampak če ne izkusimo težav in trpljenja, potem ne pridobimo modrosti. Da ste zreli za modrost, se morate med vašim prakticiranjem vsaj trikrat popolnoma zlomiti in zjokati.

111.

Menihi in nune ne postanemo zato, da bi dobro jedli, udobno spali in živali lagodno življenje, temveč da spoznamo trpljenje: kako ga sprejeti, kako se ga znebiti, kako ga ne povzročiti. Zato ne počnite stvari, ki povzročajo trpljenje, na primer predajanju pohlepu, sicer vas trpljenje ne bo nikoli zapustilo.

112.

Sreča v resnici predstavlja trpljenje v preobleki, vendar v zelo prefinjeni obliki, tako da tega ni mogoče zlahka spoznati. Če se oklepate sreče, je enako kot bi se oklepali trpljenja, vendar vi tega ne vidite. Če se oklepate sreče, se ne morete izogniti prirojenemu trpljenju ob tem. Preprosto sta obe stvari neločljivi. Zato je Buddha učil, da naj spoznamo trpljenje kot prirojeno nevarnost tudi v sreči, da vidimo srečo in trpljenje enakovredno. Zatorej bodite previdni! Kadar se pojavi sreča, se ne veselite preveč in naj vas ne zanese. Ko se pojavi trpljenje, ne postanite obupani in se ne izgubite v njem. Uvidite, da imata sreča in trpljenje enako vrednost.

113.

Kadar se pojavi trpljenje, razumite, da ni nikogar, ki bi ga sprejel. Če mislite, da je trpljenje vaše, da je sreča vaša, potem ne boste mogli najti pravega miru.

114.

Ljudje, ki trpijo, bodo temu primerno pridobili modrost. Če ne trpimo in smo brez težav, potem ne kontempliramo. Če ne kontempliramo, ne pridobimo modrosti. Brez modrosti smo nevedni. Biti neveden pomeni, da se ne moremo osvoboditi trpljenja - takšna je narava stvari. Zato je potrebno pravilno prakticirati in potrpežljivo prenašati težave. Tako nič več ne bežimo pred svetom, kadar preišljujemo o njem. Buddha je postal razsvetljen na tem svetu in ne nekje drugje .

118.

Ne bodite bodhisatta, ne bodite arahant, sploh ne bodite nič. Če ste bodhisatta, boste trpeli, če ste arahant, boste trpeli, če ste sploh kdorkoli, boste trpeli.

120.

Kadar ste jezni, ali se počutite dobro ali slabo? Če se počutite slabo, zakaj jeze ne opustite? Čemu bi se mučili s tem, da jo obdržite? Kako lahko rečete, da ste modri in dobri, če se oklepate takšne slabe stvari? Nekoč bo takšen um povzročil, da se bo vaša družina skregala med seboj, ali pa vas bo spravil v jok vso noč. In kljub temu se še naprej jezite in trpite. Če spoznate trpljenje, ki ga povzroči jeza, potem jezo enostavno opustite. Če jo ne, vam bo v nedogled povzročala trpljenje, brez možnosti odloga. Svet nezadovoljnega obstoja je pač takšen. Če to vemo, potem problem lahko rešimo.

122.

Če vidite zanesljivost v stvareh, ki so nezanesljive, potem bo vam to povzročilo trpljenje.

124.

Če kontempliramo srečo in trpljenje ter ju primerjamo, potem lahko ugotovimo, da sta si v resnici enakovredna na podoben način kakor vročina in mraz. Ognjena vročina nas lahko opeče do smrti, ledeni mraz nas lahko podhladi do smrti. Nič od tega ni boljše. Podobno je s srečo in trpljenjem. Na svetu si vsak želi srečo, nihče si ne želi trpljenja. Nibbana pa nima nobene želje. Tu obstaja le popoln mir.

TF - 77

Vse stvari so takšne, kakršne pač so. Ne povzročajo trpljenja nikomur. Kot primer si pogledjmo zelo oster trn. Ali nam povzroča trpljenje? Seveda ne, je le trn, ki se briga zase

in nikomur ne škoduje. Ampak, če hodimo in stopimo nanj, potem bomo trpeli. Zakaj je nastalo trpljenje? Ker smo mi stopili na trn. Mi sami smo si povzročili bolečino. Telo, občutki, zaznave, mentalno stanje, zavest,..., vse stvari na svetu so preprosto to, kar so. Mi smo tisti, ki se začnemo bojevati z njimi. In če jih udarimo, nas bodo udarile nazaj. Če jih pustimo na miru, nas tudi one pustijo na miru. Samo nevednež si povzroča z njimi težave.

UČITELJ

125.

Vi ste sami sebi učitelj. Drugi učitelji ne morejo rešiti vaših dvomov. Raziskujte sami sebe in boste našli resnico - je znotraj in ne zunaj vas. Najpomembnejše je razumevanje samega sebe .

126.

Eden izmed mojih učiteljev je imel navado zelo hitro jesti, pri čemer je glasno cmokal. Nas pa je učil naj jemo počasi in pozorno. Navado sem imel, da sem ga pri jedi opazoval, pri čemer sem postal zelo jezen. Ob tem sem trpel jaz, ne pa on! Gledal sem le na zunanost. Kasneje sem se naučil: nekateri ljudje vozijo hitro vendar previdno, drugi vozijo počasi vendar nevarno z veliko nesrečami. Ne navežite se na pravila, na zunanji izgled. Če druge ljudi opazujete največ deset odstotkov časa, ter sami sebe preostalih devetdeset odstotkov, potem je vaša praksa v redu.

128.

Če bi bilo mogoče tako zlahka spoznati resnico Buddhovega nauka, potem ne bi potrebovali toliko učiteljev. Ko enkrat sprejmemo nauk, potem ni težko narediti tistega, kar od nas zahteva učitelj. Kar naredi poučevanje težavno je, da ljudje ne sprejmejo nauka in se prepirajo z učitelji ter njihovim učenjem. Ko so pred učiteljem se sicer obnašajo malo bolje, takoj ko pa stopijo za njegov hrbet postanejo zopet lopovi! Ljudi je res izredno težko učiti.

129.

Jaz ne učim svoje učence naj živijo nepazljivo in naj malomarno prakticirajo. Vendar točno to počnejo, kadar me ni zraven. Ko je policaj prisoten, se lopovi lepo obnašajo. Če jih policaj vpraša, ali so videli kakšnega lopova, seveda vsi odgovorijo, da ne, da sploh še nikdar niso videli nobenega. Vendar pa takoj, ko policaj odide, postanejo lopovi spet takšni kot prej. Tako je bilo tudi v času življenja Buddhe. Zato je bolje, da se ukvarjate sami s seboj in se ne ozirate preveč na to, kaj delajo drugi.

130.

Pravi učitelji poučujejo le najbolj zahtevno prakso, to je, kako opustiti in se znebiti jaza. Karkoli se vam pripeti, nikar ne zapustite takšnega učitelja. Dopustite mu, da vas vodi in usmerja, kajti sami lahko zelo hitro skrenete s Poti.

133.

Učitelji nas usmerjajo in vodijo na Pot. Potem ko smo slišali napotke učitelja, je samo od nas samih odvisno ali bomo res šli po Poti ter poželi sadove prakse.

134.

Včasih je poučevanje ljudi zelo težavno. Učitelj je kakor kanta za smeti, v katero ljudje odvržejo svoje nezadovoljstvo in probleme. Več ljudi ko poučujete, večje odlagališče odpadkov s problemi postanete. Po drugi strani pa je poučevanje čudovit način za prakticiranje Dhamme. Tisti, ki poučujejo, razvijajo potrpežljivost in razumevanje do

drugih.

135.

V resnici učitelj ne more rešiti vaših problemov. Nudi vam samo podporo pri vašem raziskovanju Poti. On jo ne more odkriti namesto vas. Pravzaprav njegovim besedam sploh ni vredno zaupati. Buddha ni nikoli odobral, da slepo verjamemo drugim. Naučiti se moramo zaupati sebi. Res je, to je zelo težko, vendarle takšna je narava stvari. Če gledamo le drugim, nikoli resnično ne vidimo. Zato se moramo odločiti in resnično prakticirati. Naši dvomi ne bodo izginili s spraševanjem drugih, ampak le preko naših lastnih spoznanj, ki so plod potrpežljive prakse.

TF - 40

Včasih se morda nekaterim od vas zdi, da je moje učenje nasprotujoče si, vendar je moja metoda poučevanja zelo preprosta. Metoda je enaka kot, če bi videl nekoga prihajati po cesti, ki jo ne pozna, jaz pa sem jo že neštetokrat prehodil. Če bi videl, da bo padel v jarek na desni strani ceste, mu bom zavpil naj gre na levo. Podobno, če bi videl, da bo nekdo drug padel v jarek na levi strani ceste, mu bom zavpil naj gre na desno. Navodili sta si nasprotujoči, toda oba popotnika sem podučil, kako naj varno potujeta po isti cesti v pravo smer. Na takšen način učim svoje učence naj opustijo oba ekstrema in se vrnejo na sredino, kjer bodo prispeli do prave Dhamme.

RAZUMEVANJE IN MODROST

136.

Nihče in nič drugega vas ne more osvoboditi kot le vaša modrost.

137.

Tako norec kot arahant se smejeta, vendar arahant ve zakaj, medtem ko norec tega ne ve.

138.

Pameten človek opazuje druge ljudi, vendar jih opazuje z modrostjo, ne z nevednostjo. Če nekdo opazuje z modrostjo, se lahko veliko nauči od drugih. Če pa nekdo opazuje z nevednostjo, potem opazi pri drugih samo napake.

141.

Če stvari resnično vidite z modrostjo, potem v vašem odnosu do teh stvari ni prisotnega nobenega oklepanja. Sviri se pojavijo - tako prijetne kot neprijetne -, in vi jih opazujete brez kakršnekoli navezanosti. Stvari pridejo in grejo. Tudi, kadar se pojavijo najslabše stvari, kot pohlep ali jeza, premorete dovolj modrosti, da uvidite njihovo minljivo naravo in jim dopustite, da preprosto preminejo. Če na njih reagirate z odporom ali z željo, to ni modrost. Na ta način povzročate sebi le še dodatno trpljenje.

142.

Ko spoznamo Resnico, postanemo ljudje z vedenjem in modrostjo in nam ni potrebno več veliko misliti. Če ne vemo, kaj je Resnica, potem imamo v glavi polno misli, ter malo oziroma nič modrosti. Veliko razmišljanja brez modrosti predstavlja težko trpljenje.

143.

Ljudje dandanes ne iščejo več Resnice. Iščejo le znanje in izobrazbo, ki jim je potrebna za udobno življenje, tako da poskrbijo za svoje potrebe in potrebe družine, to je vse. Za njih je biti pameten veliko bolj pomembno kot biti moder.

TF - 73

Ko vaš um postane zbran, potem je takšen kot stoječa, tekoča voda. Ali ste že kdaj videli stoječo, tekočo vodo? No, pa smo tam. Verjetno ste že videli stoječo vodo in tekočo vodo, vendar pa še nikoli stoječo, tekočo vodo. Tam, kjer vas tok misli ne more odnesti, ravno tu v tej mirnosti, lahko pridobite modrost. Takrat bo vaš um kakor tekoča voda, vendar kljub temu miren, bo kakor stoječa voda in kljub temu nemiren. Temu jaz rečem 'stoječa, tekoča voda'. Tukaj lahko pridobimo modrost.

KREPOST

145.

Prakso lahko razdelimo na dve stopnji. Na prvi stopnji, ki je temelj vsega, razvijamo krepost in moralne vrline z namenom, da prinesemo srečo in harmonijo nam in drugim ljudem. Na drugi stopnji prakticiramo Dhammo z enim samim namenom, to je, da osvobodimo srce. Ta osvoboditev je vir modrosti in ljubezni ter predstavlja pravi namen Buddhovega učenja. Razumevanje teh dveh stopenj je temelj za resnično prakticiranje.

146.

Krepost in moralnost sta mati in oče Dhamme, ki raste v nas. Priskrbita nam potrebno hrano in nasvete za pravilno rast.

147.

Krepost je temelj za sožitje in harmonijo na svetu, v katerem lahko ljudje resnično živijo kot ljudje in ne kot živali. Razvijanje kreposti je srčika naše prakse. Upoštevajte moralna načela. Gojite sočutje in spoštovanje do vseh živih bitij. Bodite pozorni na to, kaj delate in govorite. Uporabljajte krepost, da bo vaše življenje preprosto in čisto. Če je krepost podlaga vsega kar počnete, potem bo vaš um postal prijazen, jasen in miren. Potem bo tudi vaša meditacija zlahka napredovala.

149.

Vprašanje, kaj je pravilni trud in krepost, ni stvar zunanjega obnašanja, ampak notranjega zavedanja in zmernosti. Radodarnost lahko prinese srečo nam in drugim, če je narejena z dobrim namenom. Vendar pa mora biti vir te radodarnosti krepost, da je to dejanje res čisto.

150.

Buddha je učil, da se moramo odpovedati slabemu, delati dobro in očistiti um. V naši praksi torej poskušamo odstraniti slabo in nevedno, in ohraniti dobro in dragoceno. Ali imate še vedno kaj slabega v vašem umu? Seveda! Torej, zakaj tega ne počistite? Vendar resnična praksa ne pomeni le, da se odpovemo slabemu in razvijamo dobro. To predstavlja samo del naloge. Na koncu moramo iti preko obojega, dobrega in slabega. Šele potem dosežemo popolno svobodo, ki vključuje vse, in brezželjnost, iz katere naravno izhajata ljubezen in modrost.

152.

Upoštevane moralnih načel lahko razdelimo na tri stopnje. Na prvi stopnji jih sprejmemo kot pravila za urjenje, ki nam jih je postavil učitelj. Drugo stopnjo dosežemo, ko jih sprejmemo sami in tako postanejo del nas. Vendar tistim, ki so na najvišji duhovni stopnji, ni potrebno razmišljati o moralnih pravilih, o pravilnem in napačnem. Resnična in čista krepost izvira iz modrosti, ki do potankosti razume Štiri plemenite resnice, tako da so krepostna dejanja le naravna posledica takšnega razumevanja.

153.

Nekateri menihi se razmenišijo zato, da lahko odidejo na fronto, kjer so ves čas izpostavljeni smrtni nevarnosti. To se jim zdi boljše in si resnično želijo iti tja, kljub temu da iz vseh smeri na njih preži nevarnost. Zakaj ne vidijo tega? Pripravljeni so umreti pod streli pušk, vendar pa ni nihče pripravljen umreti za ceno razvijanja kreposti. To je res čudno, ali ne?

RAZNO

154.

Eden izmed učencev Ajahna Chahja je imel zdravstvene probleme s koleno, ki jih je bilo mogoče odpraviti le z operacijo. Čeprav so mu zdravniki zagotovili, da bodo kolena ozdravljena v nekaj tednih, so minili meseci, kolena pa se še vedno niso pravilno pozdravila. Ko je srečal svojega učitelja, se je pritožil, "Zdravniki so mi rekli, da zdravljenje ne bo trajalo tako dolgo. Ne bi smelo biti tako, kot je." Ajahn Chah se je zasmejal in rekel, "Če ne bi smelo biti tako, kot je, potem tudi ne bi bilo tako, kot je."

157.

Vedno smo nezadovoljni. V sladkem sadežu pogrešamo kislost, v kislem sadežu pogrešamo sladkost.

159.

Dandanes je Budizem na vzhodu podoben velikemu staremu drevesu, ki morda izgleda veličastno, vendar pa lahko obrodi le majhne, neokusne sadeže. Budizem na zahodu pa je podobno mladikavemu drevesu, ki še ni sposoben roditi, vendar pa obeta, da bo kmalu obrodil velike, sladke sadeže.

160.

Ljudje dandanes preveč mislijo. Preveč je stvari, ki se jim zdijo privlačne in zanimive, vendar pa nobena ne vodi do resnične izpolnitve.

163.

Nekateri ljudje se med prakso pričnejo dolgočasiti ali se je naveličajo in utrudijo ter postanejo leni. Izgleda kot da ne morejo ohraniti Dhamme v svojih glavah. Če pa jih morda kdaj oštejem, tega ne pozabijo. Nekateri mi tega morda ne bodo nikoli odpustili in se bodo spominjali do konca življenja. Vendar pa ti isti ljudje vedno znova pozabljajo Buddhovo učenje, ki pravi, da moramo biti skromni, potrpežljivi in marljivi v praksi. Zakaj tega ne ohranijo v svojih glavah?

164.

Misliti, da smo boljši od drugih, ni pravilno. Misliti, da smo enaki drugim, ni pravilno. Misliti, da smo slabši od drugih, ni pravilno. Če mislimo, da smo boljši od drugih, postanemo ponosni. Če mislimo, da smo enaki drugim, ne znamo pokazati spoštovanja in ponižnosti, ko je to potrebno. Če mislimo, da smo slabši od drugih, postanemo depresivni misleč, da smo manjvredni, rojeni pod nesrečno zvezdo ali kaj podobnega. Opustite vse takšne predstave!

167.

Nekateri ljudje se bojijo biti radodarni. Mislijo, da jih bodo drugi ljudje izkoristili ali zlorabili njihova čustva. Pri razvijanju radodarnosti zatremo naš pohlep in navezanost. S tem omogočimo, da se izrazi naša prava narava, in tako postanemo lahkotnejši in svobodnejši.

169.

Morda si ljudje zunaj samostana mislijo, da smo nori, ker živimo na takšen način v gozdu ter ure in ure sedimo nepremično kot kamen. Vendarle, kako pa živijo oni? Včasih se na ves glas krohotajo, včasih bridko jokajo, in so tako zelo vkljenjeni v svoj svet, da se zaradi pohlepa in sovraštva začnejo včasih celo pobijati med seboj. Kdo je potem resnično nor?

171.

Ajahn Chah je nekega svojega učenca vprašal, če se bo kdaj razmenišil ali pa bo do konca življenja ostal v rjavorumeni meniški obleki. Učenec je odgovoril, da je o tem težko govoriti, da sicer nima namena za razmenišenje, vendar pa ne more zagotoviti, da se to resnično nikoli ne bo zgodilo. Vendarle, če stvar bolj globoko pretehta, potem se mu zdiyo te misli brez pomena. Ajahn Chah je dodal, "To, da so brez pomena, to je prava Dhamma."

172.

Ko je nekdo vprašal učitelja Ajahna Chahja, zakaj je toliko kriminala na Tajskem, ali zakaj je v Kambodža takšna zmešnjava, ko pa sta vendarle obe deželi budistični, je odgovoril, "Tisti, ki v teh dveh deželah povzročajo gorje drugim, niso budisti. Ni budizem tisti, ki počne takšne stvari. To počnejo ljudje. Buddha ni nikoli učil karkoli takšnega."

173.

Nekoč je obiskovalec vprašal učitelja Ajahna Chahja, če je arahant. Odgovoril je, "Jaz sem kot drevo v gozdu. Morda priletijo ptiči na drevo, se vsedejo na veje in začnejo jesti plodove z drevesa. Ptičem se lahko plod zdi sladek ali grenak ali kako drugačen, vendar pa drevo o tem ne ve ničesar. Ptiči lahko rečejo sladko ali grenko, vendar je to iz perspektive drevesa samo ptičje čebljanje."

178.

Eden izmed učencev je izklopil kasetofon in pri tem po nesreči prijel za kovinski del vtikača, ko je bil le ta še vedno priklopljen na elektriko. Streslo ga je in v trenutku je vse izpustil iz rok. Ko je Ajahn Chah to opazil, je rekel, "Oh! Kako to, da si tako zlahka opustil stvari in jih odvrgeš? Kdo ti je to rekel?"

179.

Menihi tujci so se odločili, da bodo praznovali Božič. Na to praznovanje so povabili učitelja Ajahna Chahja ter nekatere laike. Vendar so bili laiki glede te zamisli dokaj nejevoljni in zadržani. Spraševali so se, zakaj bi budisti praznovali krščanski praznik? Ajahn Chah je nato podal govor o religijah, v katerem je povedal, "Kolikor jaz razumem krščanstvo, ta uči ljudi naj delajo dobro in opustijo slabo, enako kot budizem. Torej, v čem je težava? Toda, če so ljudje nejevoljni glede zamisli o praznovanju Božiča, je to mogoče zlahka popraviti. Praznovanje ne bomo imenovali Božič, ampak ga poimenujmo 'Kristus-Buddha-žič'. Vse kar nas inspirira, da spoznamo resnico in da delamo dobro, je pravilna praksa. To lahko poimenujete kakorkoli si pač želite."

180.

V času begunske krize, ko je mnogo ljudi iz Laosa in Kambodže pribežalo na Tajsko, je priskočilo na pomoč mnogo človekoljubnih organizacij. Nekateri izmed menihov so se začeli spraševati, ali je prav, da budistični menihi in nune samo sedijo v gozdu in ne naredijo nič, medtem ko so druge verske organizacije aktivno udeležene pri pomoči beguncem. Pristopili so k učitelju Ajahnu Chahju in mu razložili svoje dvome glede tega. Odgovoril jim je, "Pomagati ljudem v begunskih taboriščih je hvalevredno človekoljubno dejanje. To je naša človeška dolžnost do soljudi, ki so v stiski. Vendar je resnično zdravilo za takšna dejanja le, da gremo najprej sami preko naših slabosti in norosti, saj lahko potem preko norosti popeljemo še druge. Vsakdo gre lahko razdeljevati obleke,

zasilne šotore in hrano, toda koliko ljudi je sposobno iti v gozd in sedeti z namenom spoznati svoj lastni um. Dokler ne bomo znali 'obleči' in 'nahraniti' človeškega uma, toliko časa bo vedno nekje na svetu begunski problem."

183.

Nekdo je vprašal Ajahna Chahja, če lahko pove kaj več o razsvetljenju; ali lahko opiše svojo izkušnjo razsvetljenja? Vsi so napeto pričakovali njegov odgovor, on pa je rekel, "Razsvetljenja ni težko razumeti. To je podobno, kot če vzamete sladko, sočno banano v usta, saj boste le potem spoznali njen okus. Morate prakticirati, če želite postati razsvetljen, in pri tem morate biti vztrajni in potrpežljivi. Če bi bilo tako lahko postati razsvetljen, potem bi to že vsak storil. Jaz sem začel zahajati v budistični samostan pri osmih letih, menih sem že več kot štirideset let. Vi pa si želite, da bi meditirali eno ali dve noči, potem pa boste že šli naravnost v nibbano. Ne gre tako lahko, da se samo vsedete in - hop - ste že tam. Tudi nekdo drug vas ne more narediti razsvetljenega."

184.

V posvetnem načinu delovanja počnemo stvari z namenom, da pridobimo nekaj v zameno, v budizmu pa počnemo stvari brez pričakovanja kakršnegakoli povračila. Ampak, če si ničesar ne želimo v zameno, kaj potem sploh dobimo? Ne dobimo ničesar! Če karkoli dobimo, je samo povod za trpljenje, zato prakticiramo, da ne dobimo ničesar. Zatorej umirite svoj um in končajte z vsem.

185.

Buddha je učil, da naj odložimo vse, kar nima resnične lastne biti. Če opustite vse, potem boste spoznali Resnico. Če tega ne storite, pač ne. Takšna je narava stvari. Potem, ko se v vas prebudi modrost, boste videli Resnico kamorkoli se boste uzrli. Resnica je vse, kar vidimo.

188.

Sreča večine ljudi je pogojena s tem, ali so stvari takšne, kot si jih želijo. Vsi ljudje jim morajo govoriti samo prijetne stvari. Ali boste na takšen način našli srečo? Ali je sploh mogoče, da vam vsi ljudje na svetu govorijo samo prijetne stvari? Če to ni mogoče, kdaj boste potem sploh našli srečo?

189.

Drevesa, gore, trta, vse biva v skladu z njihovo lastno resnico. Vse se pojavi in odmre sledeč naravni poti, brez aktivne udeležbe pri tem. Vendar smo mi ljudje drugačni. Mi naredimo problem iz vsega. Vendar tudi naše telo sledi svoji naravni poti, rodi se, raste, postara in na koncu umre. Na ta način samo sledi naravi. Kdorkoli si želi drugače, si bo povzročil le trpljenje.

192.

Sami morate spoznati Dhammo, zato morate prakticirati. Pri tem se lahko na učitelja zanesete samo petdeset odstotkov. Celo učenje, ki sem ga vam podal, je samo po sebi neuporabno, vendarle ga je vseeno vredno poslušati. Če verjamete učenju samo zato, ker sem jaz tako rekel, potem učenja ne uporabljate pravilno. Če mi slepo verjamete, potem ste nespametni. Ko slišite učenje, spoznajte njegove koristi, preverite ga v svoji praksi, sami odkrijte pravilnost in koristnost učenja, ... na ta način je učenje neprimerno bolj koristno.

193.

Ko sem prakticiral meditacijo v hoji, je začelo rahlo deževati in sem želel prenehati ter oditi pod streho. Vendar sem se spomnil na čase, ko sem še kot otrok delal na riževih poljih. Vstati sem moral pred zoro ter si obleči hlače, ki so bile mokre še od prejšnjega dne. Nato sem šel v spodnji del hiše po bivola, kjer je bilo po tleh veliko blata. Pograbil

Nammo tassa bhagavato arahato samma sambuddhasa

sem za povodec, ki je bil prekrit z bivoljim blatom. Nato je bivol zamahnil z repom ter me povrh tega poškopil še s svežim blatom. Ko sem nato hodil naokoli z oteklimi nogami, sem se spraševal, "Zakaj je življenje tako mizerno?" In sedaj sem želel končati z meditacijo v hoji..., kaj pa je malo rahlega dežja za mene? S takšnim razmišljanjem sem se spodbujal v praksi.

194.

Ne vem, o čem naj vam govorim. Govorim o stvareh, ki jih je potrebno razviti, ter o stvareh, ki jih je potrebno opustiti. Vendarle v resnici ne obstaja ničesar, kar je potrebno razviti ali opustiti.

POVABILO

Vse kar sem povedal do sedaj, so bile le besede. Kadar me obiščejo ljudje, jim je treba nekaj povedati. Vendar je še najbolje, da ne govorim preveč. Bolje je takoj začeti s prakso. Jaz sem kakor dober prijatelj, ki vas povabim na Pot. Ne odlašajte, le brž se odpravite. Tega ne boste nikoli obžalovali.

(zadnja platnica)

Na obisk k učitelju Ajahnu Chahju je prišel učenec Zena ter ga vprašal, "Koliko ste stari? Ali vsa leta živite tukaj?" "Jaz ne živim nikjer," je odgovoril učitelj. "Ni kraja, kjer me je mogoče najti. Nimam starosti. Imeti starost pomeni, da morate obstajati, in samo misel, da obstajate, že to je problem. Ne delajte problemov, potem tudi svet nima problemov. Ne ustvarite si jaza. To je vse."

■ Slovar

Ajahn (tajska) - učitelj

Arahant - svetnik, razsvetljeno bitje, ki je osvobojeno vseh nevednosti in iluzij ter ponovnega rojstva

Buddha - zgodovinska oseba Siddhata Gotama, ki je dosegel popolno razsvetljenje; tudi stanje razsvetljenja

Bodhisatta - bitje, ki je na poti k popolnemu razsvetljenju

Dhamma - Buddhov nauk, najvišja Resnica

Štiri plemenite resnice - Buddhovo prvo učenje, v katerem je podal resnico o trpljenju, njenem vzroku, prenehanju ter o poti, ki vodi k prenehanju trpljenja

Kamma - dejanja z namero; v širšem pomenu naravni zakon vzroka in posledice

Nibbana - razsvetljenje, stanje brez navezanosti; dokončna in popolna osvoboditev od nevednosti, pohlepa in sovraštva

Samsara - neskončen krog ponovnega rojevanja in umiranja

Wat (tajska) - budistični samostan, tempelj

LE ZA BREZPLAČNO DISTRIBUCIJO

Ajahn Chah; Ne Ajahn Chah
Naslov izvirnika: No Ajahn Chah

Copyright © Dhamma Garden, 2005

Prevod: Anagarika Simon

Vse pravice pridržane.

*Objavljanje in tiskanje, celotega ali le del tega besedila, v katerikoli obliki, za prodajo, dobiček ali materialne koristi, je prepovedano.
Dovoljeno je za prosto distribucijo s predhodnim pisnim oznanilom prevajalcu.*

©SloTHERA