

Nauczanie Audio: Postrzeganie, Medytacja i Działanie

Jesteśmy skłonni determinować nasze życie przy użyciu pewnego doświadczenia jakie posiadamy – nazywamy to doświadczenie „logiką”. Wszystko co znajduje się w granicach naszego zrozumienia, nazywamy „logicznym”; cokolwiek co wykracza poza granice naszej logiki, nazywamy „nielogicznym”. Ale w rzeczywistości, nie znajdziemy dwojga ludzi, którzy posiadaliby taką samą logikę, **logika jest słowem wymyślonym – wymyśliliśmy ten termin by dał nam poczucie normalności, używamy go by zarządzać naszym życiem.**

Więc ta, tak zwana logika, której używamy jest w rzeczywistości nieprawdziwa, jest wymyślona przez nasze umysły. Ale ponieważ nasz umysł rządzi się twoją tak zwaną logiką, to w pewien sposób twój umysł staje się nieelastyczny. Naturą logiki jest ignorancja. **Będąc logicznym musisz ignorować pewne rzeczy; to znaczy, cokolwiek nie mieści się w parametrach tego co nazywamy logicznym jest nielogiczne. Z tego powodu będziesz to ignorował. Takie podejście sprawi, że będziesz się oddalał od rzeczywistości świata.** Tak więc, jeśli spojrzysz na dzisiejszy świat to nie trzyma się on kupy: ludzie goniący za wiatrakami, w pogoni za marzeniami, które nie mają sensu, żadnego. My wszyscy to widzieliśmy, to się dzieje wokół ciebie.

Rzeczywistość pożądania

Więc, wszyscy jesteśmy w świecie, który jest nierozłączny z pożądaniem, ponieważ to jest rzeczywistość pożądania. Mówiliśmy o trzech światach; to jest świat, w którym jesteśmy, świat pożądania. W rzeczywistości pożądania, posiadasz pożądanie pewnych rzeczy: takich jak jedzenie, jak sen, jak przywiązanie, jak niechęć i tak dalej. Istnieją również dwa inne światy: świat formy, który nie posiada już przywiązania do takich rzeczy jak jedzenie i sen; mamy również bezkształtność.

We wszystkich tych różnych rzeczywistościach, w których się znajdujemy, nazywamy te rzeczywistości istnienia samsara. **Samsara** jest słowem opisującym ten powtarzający się schemat rozczarowania. Powtarzający się schemat oznacza, że występuje cyklicznie. Jak na przykład, ludzkie życie przechodzi przez cztery etapy narodzin, starości, choroby i śmierci. Więc **jak tylko pomyślałeś, że coś zrozumiałeś trochę lepiej, to już robisz się stary, następnie chorujesz a następnie umierasz.** Nawet narodziny, sam proces narodzin jest cierpieniem; życie życia jest kontynuacją pogoni za wiatrakami; tak jak za każdym razem kiedy jesz, nawet jeśli jadasz naprawdę dobrze, to nie masz z tego pożytku po kilku godzinach, pojawi się to ponownie jako ludzkie wydaliny. **Cokolwiek robisz, nieważne jak się starasz to nie możesz zadowolić kogokolwiek.** Możesz myśleć, że masz pewne uzdolnienia, stajesz się politykiem albo czujesz, że chciałbyś zająć pewną wysoką pozycję w twojej firmie; nieważne jak bardzo się starasz, zawsze ktoś jest przez ciebie niezadowolony. Im większe sukcesy odnosisz w kategoriach przyziemnych trosk – to oznacza trosk, które mają do czynienia ze sławą i dobrobytem, lubieniem i nielubieniem, materialnym zyskiem i materialną stratą, utratą reputacji i przyjemnymi słowami – te rzeczy nigdy nie trwają wiecznie. W chińskim istnieje dobre określenie, które to opisuje: nazywają to „**ośmioma rodzajami wiatrów**”, ponieważ nie jesteś w stanie schwytać

wiatru, wiatr oznacza, że nie możesz tego przytrzymać, a więc kiedy ci się wydaje, że to masz, to to już się skończyło.

Wielu ludziom od momentu, kiedy się urodzą mówi się: „Oh, musisz się pilnie uczyć, musisz się zachowywać.” Więc się zachowywałeś i uczyłeś pilnie. Następnie mówią: „Ok, musisz iść na studia,” a więc poszedłeś na studia. A kiedy skończyłeś już trzy lata studiów, zdałeś sobie sprawę, że nikt nie ustawia się w kolejce, żeby dać ci pracę; pomimo tego, że możesz być wykwalifikowany w wielu rzeczach, możesz być wykwalifikowany w szczególnym temacie, który studiowałeś na uniwersytecie, ale nikt nie ustawia się w kolejce by dać ci pracę. A potem nawet jeśli dadzą ci pracę, to zauważasz, że musisz się nauczyć wszystkiego od początku, to znaczy, że uczelnia nie przygotowała cię naprawdę do świata na zewnątrz. Jeśli się rozglądniesz i spojrzysz na ludzi, których znasz, zauważysz, że większość ludzi pracuje w zawodzie, który nie ma nic wspólnego z ich dyplomem z uniwersytetu. W ten sposób, znalazłeś pracę a teraz powiedzieli ci, że powinieneś mieć dom. Kupiłeś dom, następnie spłacasz kredyt. Teraz rozumiem, kredyty są obecnie rozłożone nawet do czterdziestu lat. Po prostu, od momentu, kiedy kupujesz dom do momentu, kiedy spłacisz dom, tak naprawdę jesteś za stary, żeby zrobić cokolwiek. W międzyczasie starzejesz się, ciało staje się coraz słabsze i chorujesz. Tracisz swój wzrok, tracisz słuch, wiele rzeczy, które lubiłeś, nie jesteś w stanie o nich myśleć, twoje ciało nie jest w stanie ich wykonać, zanim się obejrzyś nie żyjesz.

Tak, że myślenie, że rodzimy się jako ludzie, żebyśmy mogli znaleźć pracę i pracować do momentu aż osiągniemy sześćdziesiąt lub siedemdziesiąt lat albo siedemdziesiąt pięć obecnie, jakikolwiek to miałyby być wiek... dawniej, dostawałeś nawet złoty zegarek, gdy odchodziłeś na emeryturę, teraz masz szczęście, jeśli cię nie zwolnią przed emeryturą.

To co staram się powiedzieć, to że **ten świat, który znamy, cały jest oparty na wymyślonych nadziejach, wymyślonych ideałach.**

A więc, jeśli popatrzysz na świat, to zobaczysz, że **żyjemy w świecie zmyślnym**, ze zmyśloną logiką, a jeśli spróbujesz i zbadasz przy użyciu wymyślonej logiki, twój umysł oczywiście się zawiesi. Kiedy otrzymasz nauczanie Dharma – **Dharma tutaj odnosi się do prawdy**, prawda oznacza, że jest taka sama dla wszystkich, czy jesteś religijny czy nie, czy posiadasz system wiary czy nie posiadasz, czy jesteś Eskimosem lub jakiegokolwiek narodowości mógłbyś być, jest taka sama. To jest cecha prawdy, jest taka sama dla wszystkich. Logika: nie istnieją dwie takie same osoby, nawet kiedy jesteście mężem i żoną, nawet jeśli jesteście bardzo blisko, ponieważ twoje postrzeganie jest dyktowane przez doświadczenie, które posiadasz, przez fobie, które posiadasz, przez uczucia, które posiadasz, przez postrzeganie, które posiadasz i również przez karmiczne uwarunkowania, które wniosłeś ze sobą do tego życia. Z tego powodu, cokolwiek robisz, bardzo trudno jest sprawić by ludzie doceniali to co robisz. A jeśli masz nadzieję, że świat będzie sprawiedliwy, że chcesz by ludzie operowali w sprawiedliwy sposób, to śnisz. Nawet tak zwana sprawiedliwość oznacza, „*Jeśli coś jest dobre dla mnie to jest sprawiedliwe.*”

Dla pracowników, obecnie pracownicy poczty strajkują. Pracownicy poczty, co oni uważają, że jest „sprawiedliwe”, dla zarządzających jest „niesprawiedliwe”. Tak po prostu jest. Rząd nakładając tak zwany dodatkowy podatek na osób, które latają; rząd, mówi, że „*To jest sprawiedliwe dla środowiska*”

Bycie przedsiębiorcą swojego życia

Ale jeśli masz do czynienia z biznesem w tym co istotne i jeśli twoje podejście do biznesu jest jak przedsiębiorcy (przedsiębiorca zawsze myśli o przyszłości, nie tylko o szybkim zwrocie) to nie przeżywasz tak zwanych „wzlotów i upadków”. Zobacz, biznes zawsze jest na plusie a potem będzie na minusie. Ale jeśli twoje całe życie jest na plusie i minusie, oczywiście w momencie, kiedy jesteś na minusie to jesteś skończony. Ale jeśli jesteś przedsiębiorcą, rozumiesz, że biznes zawsze raz jest na plusie raz na minusie, potem na plusie a następnie na minusie, tak to już jest, zawsze tak było, narysuj linię uśredniającą, wtedy biznes jest taki sam zawsze, nie ma zmian. Tak, że jak raz jest rosnący, to potem jest malejący.

“Budowanie dobrej łodzi”

To oznacza, jeśli zbudujesz dobrą łódź to taka łódź może wypłynąć na pełne morze, bez problemów. Jeśli łódź jest słabo zbudowana, słabo skonstruowana, to zatonie, nawet w porcie. Natomiast łodzie, trochę lepiej zbudowane, są OK w porcie, ale nie przetrwają na otwartym morzu. Dobra łódź zawsze przetrwa na otwartym morzu.

Tak więc praktyka Dharma jest jak budowanie bardzo dobrej łodzi. Słowa, które często powtarzamy, „Dopłynąć do drugiego brzegu” oznaczają, że praktyka, którą stosujemy, wehikuł, którego używamy, łódź, której używasz pozwala ci przepłynąć na drugi brzeg bez zatracenia samego siebie w trakcie. Jeśli twój umysł jest zajęty światem, który sam stworzyłeś, ignorując prawdę taką jaka jest, to wtedy nawet jeśli werbalnie powiesz, „*Jestem praktykującym Dharma. Chcę robić to dla dobra wszystkich istot. Chcę coś takiego robić...*” to przez cały czas sabotujesz siebie samego.

A więc żyjemy w świecie ludzi nie będących świętymi. Żyjemy w świecie istot pożądania i wszyscy z was nie są idealni. Nikt z nas nie jest idealny. Jeśli bylibyśmy idealni to nie przyszlibyśmy na ten świat, nie ekscytował by nas „X-Factor”. Fakt, że jesteśmy podekscytowani przez “X-Factor” jest *spowodowany* tym, że nie jesteśmy idealni. Chcemy mieć ten „X” factor, czymkolwiek jest ta specjalna rzecz, która sprawi, że czujemy się lepiej ze samym sobą. Nie potrzebujesz rzeczy zewnętrznych, żeby kwalifikowały cię jako dobrego lub nie. Nie byłoby lepiej gdybyś miał dobrą relację ze samym sobą? Jeśli nawet nie masz dobrej relacji ze samym sobą [i] oczekujesz innych ludzi, czy to jest twój mąż, twoja żona, twój chłopak, twoja dziewczyna, by kwalifikowały cię do tego, że jesteś czegoś wart, czy nie jesteś w ten sposób niemądry? Czy nie jesteś głupi? Najpierw musisz mieć dobrą relację ze samym sobą. To dlatego **pierwszą rzeczą jaką praktykujący Dharma robi jest rozwinięcie dobrej relacji ze sobą samym.**

Więc we wszystkich rzeczach, które robisz rozpoczynaj od dobrego początku, dobrego środka i dobrego końca. Więc widząc, że ostatnim razem, kiedy tego nauczałem, do tej pory tego nie skończyliśmy, i ponieważ mamy tutaj również trochę nowych ludzi, to będę chciał omówić tego część wstępną, tak żeby utrzymać równość, „*Nauczanie, które jest dobre na początku, dobre w środku i dobre na końcu*”. Nic ci to nie da, jeśli przyjdiesz na końcu i nie masz pojęcia o początku i środku. A odkąd obserwuję co praktykujecie od

ostatniego razu, kiedy wyłożyłem nauczanie, osobiście, z pokorą, jestem przekonany, że rozpoczęcie od samego początku nie będzie niczym złym.

Patrul Rinpoche

A teraz, Patrul Rinpoche jest najbardziej wybitnym mistrzem Buddyjskiego nauczania. On nie koncentruje się/nie ma obsesji na swojej własnej ważności. On nie lubi słuchać hipokryzji, on nie lubi słuchać fałszywej mowy. I napisał bardzo sławną książkę zwaną Kunsang Lama'i Zhelung, która jest niezmiernie wspaniałą książką.

W czasie, kiedy pisał tę książkę, oczywiście to były czasy, kiedy ludzie nie zawsze mogli nawet zobaczyć twarz nauczyciela. W obecnych czasach możesz wejść na stronę internetową i zobaczyć fotografie i zobaczyć film. W dziewiętnastym wieku, w tamtych czasach tego nie było.

Historia o Patrul Rinpoche otrzymującym swój własny komentarz

Tak więc, pewnego dnia napotkał kogoś idącego na wzgórzu i ten facet mieszkał w jaskini. Zapytał, „*Oh? Co robisz w tej jaskini?*” „*Praktykuję.*” „*Co praktykujesz?*” „*Studiowałem tę książkę Patrul Rinpoche Kunsang Lama'i Zhelung*” i powiedział mu, „*Chcesz się tego nauczyć?*” Patrul Rinpoche powiedział, „*Oh! To by było wspaniale gdybyś mógł mi ją wyłożyć.*”

Więc każdego dnia Patrul Rinpoche, który w rzeczywistości sam napisał tę książkę, wchodził i siadał a ten facet dawał nauczał go, pomimo tego, że on sam nigdy nie otrzymał nauczania bezpośrednio od Patrul Rinpoche. Zgodnie z tradycją on się nawet nie kwalifikuje, żeby czytać tę książkę. Następnie dla uczniów Patrul Rinpoche stało się bardzo dziwnym, że ich mistrz znikał każdego dnia o pewnej porze, więc ktoś powiedział, „*Widzieliśmy mistrza idącego do jaskini rankiem.*” Wtedy poszli by zaglądnąć i znaleźli tego faceta w środku i powiedzieli, „*Nasz mistrz Patrul Rinpoche przychodzi do Twojej jaskini codziennie, czy to prawda?*” on odpowiedział „*Nie. Nie ma tu takiej osoby. Ale jest osoba, która przychodzi tu codziennie. Wykładam mu nauczanie z książki Patrul Rinpoche.*” A oni mu powiedzieli, „*Tą osobą jest Patrul Rinpoche!*” A więc on nauczał autora książki, więc to wprawiło go w szok.

Więc następnego ranka, gdy Patrul Rinpoche przyszedł to on powiedział, „*Oh! Ja naprawdę czuję się bardzo zawstydzony i zakłopotany! Jak mogłem wykladać Tobie nauczanie, ty jesteś osobą, która napisała tę książkę, a ja nawet nie otrzymałem przekazu z tej książki. Czytałem ją bez pozwolenia i nie wydaje mi się, że mogę kontynuować.*” A wtedy Patrul Rinpoche powiedział mu, „*Już zacząłeś to robić, powinieneś skończyć. Po prostu czytaj tekst a ja będę cię słuchał. Dobrze będzie, jeśli to skończysz.*” **A więc wszystkie rzeczy powinny mieć dobry początek, dobry środek i dobry koniec.**

A więc tak niekonwencjonalny był Patrul Rinpoche.

Historia o gotowości Patrul Rinpoche by opróżniać nocnik starszej pani

Pewnego dnia powiedział do swoich uczniów, „*Idę na wycieczkę. Nie chcę nauczać na ten moment.*” A następnie zniknął. W tamtych czasach w Tybecie, kiedy podróżowałeś, wszystko co potrzebowałeś wziąć ze sobą to jedną miskę. Kiedy przybyłeś do jakiegoś miejsca mogłeś zapukać do drzwi, poprosić o miejsce by zostać na noc, zaoferować swoją służbę, by pomóc w czymś swoją pracą, o oni dali ci miejsce by spędzić noc i wyżywienie.

Więc Patrul Rinpoche napotkał tą starszą panią, która potrzebowała kogoś do pomocy, więc pozostał i pomagał jej, nawet opróżniał jej nocnik każdego ranka. Ale ta kobieta nie wiedziała, że on był Patrul Rinpoche (wiecie, oni słyszeli o Patrul Rinpoche ale nigdy nie widzieli w samej osobie) aż do momentu gdy uczniowie znaleźli to miejsce. Kiedy kobieta dowiedziała się, że Patrul Rinpoche opróżniał jej nocnik, była tak zawstydzona, że uciekła.

A więc tylko wam wyjaśniam, dając dwa przykłady jak niekonwencjonalny był Patrul Rinpoche. I, że jego nauczanie jest bardzo jasne, bardzo konkretne, porusza sedno sprawy. On nie robi tego co nazywamy „owijaniem w bawełnę”, nie używa pięknych słów – próbując uczynić to pięknym i zagubisz się w procesie. Bardzo jasno. Bardzo bezpośrednio. Prosto w twarz.

Struktura nauczania

Więc kiedy napisał ten wiersz, ten wiersz ma 82 wersy. Opisuje on całą Buddyjską Ścieżkę, rozpoczynając od punktu bardzo początkującego, najbardziej podstawowej motywacji i podsumowując kończy bezpośrednim doświadczeniem absolutnej rzeczywistości, które jest poza postrzeganiem pojęciowego umysłu.

Widzicie, nasz umysł zdecydowanie opiera się na tym co określamy pojęciowo. I posiadamy pewien rodzaj ciemnoty zwanej „pojęciową ciemnotą” – wynikającą z pojęciowego określania. Używamy pojęć by dopasować [to] do naszego umysłu.

Przykłady pojęciowej ciemnoty

Jak na przykład, Brytyjscy ludzie, oni myślą brytyjskie śniadanie powinno być podawane w pewien sposób, wielkie smażenie. Albo masz Yorkshire pudding i pieczeń w niedzielę. Ale dla narodowości z innych krajów, oni mogą myśleć w inny sposób.

Tak więc wszystko to jest naszym pojęciowym umysłem. Niektórzy ludzie, pamiętam znałem pewnych przyjaciół, pewnych chińskich przyjaciół, pomyśleli sobie, że trochę zróżnicują sobie i nie będą jeść ryżu i będą jeść chleb, robić w zamian kanapki na lunch a potem mówili, że nadal są głodni. Dla nich dobry posiłek oznacza ryż. Ale jeśli pojedziecie na północ Chin, dobry posiłek oznacza makaron lub bułeczki. Więc gdziekolwiek pojedziesz jest inaczej. Dla niektórych ludzi musisz mieć chleb, dla innych, ziemniaki. To zależy skąd jesteś.

Więc są one określone pojęciowo, wymyślone i właściwie są one niekoniecznie *istotne*. Ale trzymając się takich rzeczy to daje poczucie normalności, daje to poczucie, że twoje życie biegnie w bardzo normalny sposób. Używamy logiki by zdefiniować świat, by

dać poczucie co jest słuszne a co niesłuszne. Ale ponieważ te rzeczy nie są prawdziwe – to dlatego to co myślimy, że jest słuszne nadal nie jest słuszne. To co myślimy, że jest niesłuszne może nie jest wcale takie złe.

I tak Buddyjskie nauczanie, najwspanialszą rzeczą w Buddyjskim nauczaniu jest, że przenika przez to wszystko. To nie są przesady, to nie polega na proszeniu Buddy, żeby cię chronił. To polega na tym, żebyś ty sam stawał się taki sam jak Budda. To nie jest proszenie boga, żeby cię chronił a potem kontynuujesz jak wcześniej. To polega na zmienianiu siebie, to polega na przyjściu na świat [i] doświadczaniu cierpienia bez niepokoju.

Cierpienie bez niepokoju

To polega na doświadczaniu cierpienia bez niepokoju. Ponieważ wszystkie rzeczy są cierpieniem, nic nie trwa wiecznie. To polega na doświadczaniu świata, bez znaczenia jak wyzywający może on być, ale my podchodzimy do niego bez niepokoju. “Bez niepokoju“ oznacza, “*To się zdarza, ale nie musimy robić z tego tragedii.*”

Więc jeśli naprawdę chcesz zmienić swoje życie, chcesz zmienić je dla siebie, nie możesz liczyć na rząd, żeby zrobił to dla ciebie, lub twoją matkę lub ojca by zrobił to dla ciebie, liczy się to, że ty wkładasz w to wysiłek. Tak jak, kiedy chcesz zjeść pewne rzeczy, musisz je zjeść sam. **Ale jeżeli twój umysł jest dyktowany, jest pod wpływem pojęciowych myśli takiego lub innego rodzaju, ważnym jest by znaleźć nauczyciela, którego jesteś pewien, który ma to doświadczenie i wiedzę i mądrość, żeby ci pomóc. Tak jak nie musisz być lekarzem żeby wyjść z choroby, wystarczy, że znajdziesz dobrego lekarza. Lekarza, któremu możesz ufać.**

Niektórzy lekarze, mimo, że mają dyplom lekarza, nie będą tak doświadczeni. Niektórzy, nawet jak, na przykład, lata temu, kiedy pierwszy raz przybyłem do Anglii, poszliśmy do dentysty tam, gdzie mieszkałem, [w] Sunderland. A ten pan był bardzo przyjaznym starszym Żydem, bardzo przyjazny i jest dziadkiem, więc kiedy do niego pójdziesz to będzie gadał o jego rodzinie, będzie gadał o jego wnukach i pewnego dnia tak się wciągnął w opowiadanie, że zapomniał jedną część procedury kiedy zakładał wypełnienie mojego zęba. To co zapomniał włożyć to była izolacja (coś co izoluje, żebyś nie odczuwał wysokich temperatur gorąca lub zimna). Więc był bardzo zadowolony, że tam byłem. Ja również byłem zadowolony, że tam byłem do momentu aż napiłem się herbaty, „*Wow! Za gorące!*” a potem lód, „*Uch!*” To trwało przez jakiś czas więc powiedziałem, „*Co mogło pójść nie tak?*” i poszedłem z powrotem. Sprawdził, „*Oh! Zapomniałem tego włożyć.*”

Więc, takie rzeczy się zdarzają, nasz umysł łatwo się rozprasza. Więc to jest ważne: musimy znaleźć kogoś kogo umysł się nie rozprasza i kogo umysł nie jest rozproszony. Kogo ciało, mowa i umysł nie jest oddzielony od Dharma – Dharma będąca nauczaniem ostatecznej prawdy – które nie są oddzielone od ostatecznej rzeczywistości, która jest taka sama dla wszystkich bez względu czy przyjmiesz to do wiadomości czy nie.

Zaczynając z właściwą motywacją

A więc to w ten sposób zaczynamy z właściwą motywacją. Właściwą motywacją jest motywacja nie powinna być dla nas samych i tylko i wyłącznie dla nas samych. Teraz cały ten kryzys finansowy i problemy, które doświadczamy ma miejsce ponieważ jesteśmy skoncentrowani na tym co my chcemy bez zastanawiania się co to oznacza dla innych, bez zastanowienia, „*Czy to ma sens, żeby pożyczać pieniądze ludziom, których nie stać na to by je spłacić z powrotem?*”

Więc jeśli zaczniesz brać odpowiedzialność za swoje własne działanie, brać pod uwagę implikacje jakie generujesz w relacji do innych, to wtedy twoje działanie staje się ostrożne, stanie się pełne troski, nie jest już pod wpływem przyziemnych trosk lub jakichkolwiek osobistych korzyści. Kiedy myślisz o innych ludziach, widzisz innych ludzi jako ważniejszych od siebie...

Jak powiedział wielki mistrz z VIII wieku, Shantideva,

“Całe szczęście jakie zawiera świat jest rezultatem kogoś pragnącego szczęścia dla innych a całe cierpienie jakie zwiiera świat jest rezultatem kogoś pragnącego szczęścia dla siebie.”

Więc kiedykolwiek chcesz ukoić swój umysł, szczęście dla większości ludzi oznacza „Gdy twoje popędy są zaspokojone”, „Kiedy twoje pragnienia się spełniają” jesteś szczęśliwy. Ale takie popędy nie trwają długo i wtedy nawet jeśli dostaniesz to czego chciałeś, twoje tak zwane szczęście naprawdę nie trwa długo.

Jakieś piętnaście lat temu, zrobiono badania w Stanach Zjednoczonych o szczęściu. Odkryto, że kiedy dostaniesz podwyżkę lub dostaniesz awans, jesteś podekscytowany przez około trzy tygodnie, potem wysoki poziom szczęścia ponownie opada niżej. Nawet miesiąc miodowy, dla nowożeńców, miesiąc miodowy, tak zwany „szczyt szczęścia”, ta intensywność trwa około trzy miesiące, a następnie zaczyna opadać. Dlaczego? Większość ludzi [to jest] tylko w pierwszym roku wydając pieniądze by kupić samochód, kupić dom, pojechać na wakacje, robiąc wszystkie te rzeczy, które myśleli, że dadzą im szczęście, a kiedy to masz, to zgadnij co? Nie daje to tyle szczęścia, ile ci się wydawało. Wszystko staje się takie samo jak zanim wygrali na loterii. **Więc natura szczęścia nie ma nic wspólnego z tak zwanymi materialnymi zasobami, z posiadaniem, ona w rzeczywistości bierze się z natury twojego umysłu.**

A więc Buddyjska praktyka polega na tym jak rozwijać dobrą relację z naturą twojego umysłu. To znaczy, że nie oszukujesz swojego umysłu sfabrykowanymi myślami. Tymczasem każda osoba posiada tą samą naturę Buddy, tę samą naturę, która pozwala ci stać się Buddą. Tak, że w pewien sposób, każdy tutaj wokół, każdy w tym pokoju jest przyszłym Buddą, czy jesteś Buddystą czy nie. Buddyjskie nauczanie nie polega na ignorowaniu pewnych rzeczy i preferowaniu jednej rzeczy bardziej niż innej. Ono polega na widzeniu rzeczy takimi jakie są. Widzieć rzeczy w ich całkowitej nagości, bez zmyślania, niezasłoniętych, bez ubrania, widząc je takimi jakie są bez zakłóceń, bez doświadczania niepokoju.

To oznacza, że kiedy rzeczy mają się dobrze to się zbyt nie ekscytujesz. Kiedy rzeczy nie mają się dobrze, również nie doświadczasz niepokoju. Podchodzisz do życia bez niepokoju. Cokolwiek robisz, działasz, akceptujesz to bez niepokoju. To jest różnica

pomiędzy kimś kto praktykuje a kimś kto nie praktykuje. „Ktoś kto praktykuje bez niepokoju” oznacza „widzieć wszystkie rzeczy z równowagą umysłu. Dają pokój wszystkiemu co dotyczą. Dają pokój wszystkiemu co robią. To jest Buddyjska praktyka. To nie polega na odrzucaniu kogokolwiek. Nie ma czego odrzucać. W rzeczywistości, nie ma nawet czego odrzucać. Jak oczyścisz coś co jest wymyślone? To przez, to że przestaniesz to wymyślać, sprawisz, że to zniknie. To ty jesteś tym, który nadal wymyśla to i ten popęd próbowania wyrażania siebie.

Więc, na przykład, w praktyce Shiney, w praktyce Chan-sho, to staje się bardzo jasne, tak, że nawet nie stosujesz tekstu. Dlaczego? To bierze się z **czystego światła, widzenia twojej czystej natury**, widzenia rzeczy takimi jakie są. Widzenia rzeczy takimi jakie są jednak będąc w stanie pracować z nimi, wchodzić z nimi w interakcje, zajmować się nimi, bez niepokojów. Teraz mówisz, „*Zachorowałem!*” – Niepokój. „*Jestem głodny!*” – Niepokój. „*To jedzenie nie jest takie jakie chciałem.*” – Niepokój. „*Nie zdążyłem na autobus!*” – Niepokój. „*Złapałem autobus, nie ma miejsc siedzących!*” – Niepokój. Niepokój masz po twojej prawej, po twojej lewej i po środku. Potem zauważasz, „*Nie mogę spać!*” „*Nie mogę jeść!*” – Niepokój.

Kiedy podchodzisz do życia bez niepokoju, widzisz rzeczy takie jakimi są, nie myśląc, że inni ludzie nie są idealni. Po pierwsze inni nie są idealni, ty też nie jesteś idealny. Więc oczekujesz by ludzie robili rzeczy po twojemu, by robili rzeczy, które lubisz. To co lubisz i nie lubisz jest wymyślone przez ciebie.

Bycie świadomym wrażliwości innych ludzi

Więc ta motywacja jest taka, jeśli zdasz sobie z niej sprawę i nie będziesz już koncentrował się na *twoim* tak zwanym szczęściu, które opiera się na sfabrykowanych myślach i dostrzeżesz szczęście innych ludzi jako ważniejsze, mimo, że jest zmyślone. Będąc świadomym ich wrażliwości, wiedząc, że posiadają oni pewne obawy związane z pewnymi rzeczami, to wtedy tego nie robisz, nie zaglądasz do tego, nie dotykasz tego. Nie dlatego, że to jest właściwe lub niewłaściwe, ale dlatego, że to coś znaczy dla kogoś. Są wrażliwi na to.

Jak na przykład, kiedy jadę do Włoch, jeden z moich włoskich uczniów, był przerażony, kiedy nałożyłem ser na owoce morza. „*Ah! Ser na owoce morza? To nie po włosku!*” więc nałożyłem więcej sera. Dlaczego? Chciałem sprowokować jego umysł. Sprawić by jego umysł stał się bardziej elastyczny. Dla mnie, ser dla mnie to po prostu proteiny a owoce morza to też proteiny. Ale niektórzy ludzie mówią, „*Oh nie! Nie dajemy sera na to, ser tylko na pewne rzeczy.*” Ale ja byłem w miejscach, gdzie zrobiono kisz z owocami morza i z sosem serowym.

Więc wszystkie tak zwane „upodobania” i „awersje”, „poprawne” i „niepoprawne”, są stworzone w wyniku pewnych preferencji. W nich może być trochę prawdy, jest pewne pojęcie prawdy w nich, ale w ostatecznym rozrachunku, tak naprawdę, to nie jest istotne. Kiedy ograniczysz cały nonsens, to tym czego ludzie naprawdę chcą nie jest „X-Factor”, to nie jest „BMW” to nie są „buty Jimmy-Choo” to nie jest ubieranie, wkładanie na siebie kostiumu batmana.

To po prostu polega na uświadomieniu sobie, że posiadasz prawdziwą wartość jako człowiek. Że jest pewna prawdziwa wartość w tym, że to co robisz naprawdę ma znaczenie. Jak to co robisz może mieć znaczenie, jeśli myślisz jedynie o sobie samym?

Nawet jeśli zajmujesz się biznesem, jeśli chcesz, żeby klient wracał do ciebie, musisz zaoferować usługę; musisz zaoferować produkt, z którego są zadowoleni. To oznacza, że musisz myśleć o tym co im przynosi zadowolenie, nawet jeśli jest ono wymyślone. Co im sprawi przyjemność? Jeśli są zadowoleni z twojej obsługi, jeśli są zadowoleni z twojego produktu, oczywiście, że będą do ciebie wracać.

Poświęcając więc uwagę wrażliwości innych, co postrzegają jako szczęście, dajesz im szczęście, dajesz również szczęście sobie. Ale to szczęście nie opiera się na traktowaniu ich protekcyjnie. To polega na dostrzeganiu innych poprzez ten stan umysłu, który nazywamy „Bodhicitta.”

Kiedy posiadasz Bodhicitta – to znaczy, „Bodhi” znaczy „przebudzenie”, „Citta” oznacza „stan umysłu” – kiedy przebudziłeś się z tego świata wymyślonych obrazów, dostrzegłeś to wszystko jako zmyślone i nie prawdziwe, to nie będziesz ich brał tak bardzo na poważnie, tak osobiście, żeby zaczęły wpływać na ciebie we wszystkim co robisz. To, dlatego ludzie się kłócą. To, dlatego ludzie wchodzą w konflikt. Ale najgorszy konflikt to nie konflikt pomiędzy tobą a innymi, najgorszym konflikt to ten pomiędzy tobą a *sobą samym*. Pomiędzy tobą a *twoim myśleniem*. Pomiędzy *twoim działaniem a twoimi ideałami*. My nie jesteśmy niezadowoleni z innych, w większości przypadków jesteśmy niezadowoleni z nas samych.

Więc jeśli możesz być szczęśliwy ze sobą samym dostrzegając prawdziwą naturę umysłu, będąc w stanie rozluźnić się w prawdziwej naturze umysłu, to nie ma przeszkód na świecie, nie ma kryzysu nigdzie. One istnieją, ale podchodzisz do nich bez niepokoju. To jest praktyka prawdziwego Bodhisattva.