

Dharma Wykład 01

CO JEST ISTOTĄ BUDDA DHARMY ?

Tak więc, co jest istotą nauczania Buddy? Co stanowi istotę Budda Dharmy?

Można to podsumować w trzech punktach:

1. Nauczanie zachęca studenta, osobę praktykującą Budda Dharma, aby **porzucić negatywne działania**, ponieważ negatywne działania powodują negatywne reakcje.
2. Robiąc to, jednocześnie staramy się **gromadzić zasługi**, poprzez szlachetne działania.
3. **Opanować swój umysł**, tak żeby powstrzymać go od bycia ciągle zajęтым i w rezultacie tworzenia nowych problemów.

Kilka miesięcy temu byłem w Hong Kongu i rozmawiałem z Lamą, który prowadzi Centrum w Hong Kongu – on zawsze był dla mnie jak dziadziu. Jest Tybetańskim Lamą w wieku ponad osiemdziesięciu lat.

Powiedział, „*Jak zdrowie studentów?*” Odpowiedziałem, „*Ich zdrowie ma się dobrze – ich umysły mają problemy!*” Powiedział „*Oh! Powinni więc robić dużo khorwa, dużo okrążeń, dużo pokłonów i podobnych praktyk.*” Odpowiedziałem „*Tak, robią to. Ale problem polega na tym: ich stary dług jeszcze nie został spłacony, a oni zaciągają więcej nowych długów!*”

Stara karma, którą wciąż doświadczasz, efekty (za które płacisz) – jeszcze nie skończyłeś spłacać. To jest tak jak ze spłatą karty kredytowej, która jeszcze się nie skończyła – a ty w międzyczasie wzięłeś inne karty kredytowe i zaciągnąłeś więcej długów. Tak, że stare nie obniżają się tak szybko, ale nowe wzrastają bardzo szybko.

Tak więc to jest bardzo ważne żeby ujarzmić swój umysł, żeby powstrzymać tworzenie takich samych problemów jak wcześniej.

Porzucić negatywne działania

To polega na unikaniu krzywdzenia innych ludzi. Więc o jakim rodzaju negatywnych działań mówimy, które mamy porzucić?

To dotyczy unikania działań polegających na ranieniu innych, lub opartych na złych intencjach – zamiarach spowodowania problemów, zamiarach prowokowania

krzywdzącej sytuacji. Takich jak destruktywne motywacje – dobrym przykładem może być: złość, albo przywiązanie, albo ograniczone horyzonty myślowe:

- **Złość** powstaje w wyniku rzeczy, które postrzegasz jako niesprawiedliwe według swojego własnego pojmowania, albo rzeczy, które postrzegasz jako nie fair względem ciebie lub innych.
- **Przywiązanie** ma miejsce ponieważ twoja pragnienie czegoś jest tak mocne, że musisz to mieć, chcesz to osiąść. Nawet jeśli stanie się to kosztem innych.
- **Ograniczone horyzonty myślowe** polega na: „*Ponieważ nie rozumiem na czym to polega, to ja to odrzucam*”.

To są w przybliżeniu te trzy rzeczy, które powodują problemy doświadczane przez nas na tym świecie.

Ufaj ale Zweryfikuj

Właśnie ktoś mnie zapytał: „*Co to jest wiara? Jam możemy w coś uwierzyć?*”

Wszystkie wierzenia powinny być traktowane z zaufaniem, ale to samo nie wystarczy. Chociaż im ufasz to musisz je zweryfikować.

„*Ufaj ale zweryfikuj*” to jest coś o czym mówiłem od wielu lat. „*Ufaj ale zweryfikuj*” oznacza: „*Chociaż akceptuje twoje rozumowanie dlaczego rzeczy mają się w ten sposób, to zamierzam poddać je procesowi sprawdzenia jak ono jest prawdziwe lub nie.*”

Wszystko czego uczyć nie przyniesie ci żadnego pożytku, dopóki chociaż temu ufasz w pierwszym kroku, to cały czas musisz to zweryfikować żeby zobaczyć jak to jest prawdziwe lub nie. Zastosuj to. Zamiast po prostu mówić „*Ten komputer działa!*” Wypróbuj go. Włącz go . Użyj go.

Przyznawanie się do błędów.

A jeśli popełniłeś błąd bezzwłocznie się do niego przyznaj. Jak radzić sobie z błędami? Właśnie tak:

Musisz najpierw się przyznać do błędu. Jeśli się do czegoś nie przyznasz, to nie ma powodu żeby coś z tym zrobić.

Często mówimy, „*Ale, ja stracę twarz*”. Stracenie twarzy to nic. To co nazywamy „*Twarzą*” (twój wizerunek, lub to jak chciałbyś żeby cię ludzie postrzegali) jest tylko twoim własnym wytworem – nikogo to nie obchodzi. Większość ludzi jest tak zaabsorbowanych samymi sobą, że nikogo to nie obchodzi.

Na przykład: Wziąłem grupę uczniów do Indii, większość z nich wyjechało na sześć tygodni. Kiedy wrócili byli zaskoczeni, że nikt właściwie nie był zainteresowany tym co zrobili. Dlaczego? Są zbyt zajęci swoim własnym życiem. „*Oh wróciłeś!*” „*Gdzie byłeś?*” „*Wyjechałeś?*”.

Większość ludzi bardziej interesuje mówienie o ich własnych doświadczeniach; nie podnieca ich zbytnio słuchanie o doświadczeniach innych ludzi. Będą jednak słuchać o twoich doświadczeniach pod warunkiem, że pozwolisz im podzielić się z tobą ich doświadczeniami. Ale jeśli chodzi tylko o słuchanie ciebie, większość ludzi nie ma na to czasu. Tak więc, możesz widzieć tego przykłady wszędzie. Potrzeba żeby tak robić bierze się z umysłu. To właśnie dla tego powinniśmy opanować swój umysł.

Unikanie negatywnych działań polega na unikaniu gniewu, przywiązania i ciasnych horyzontów myślowych. Ograniczone horyzonty myślowe nie pozwalają nam widzieć czegokolwiek poza granicami tego co nazywamy logiką.

Ale poprzez stosowanie procesu „Ufaj ale zweryfikuj” – początkowo przyjmij to za słuszne i sprawdzając to zgodnie z tym jak powinno się to sprawdzać – wtedy to zadziała.

Przykład Telewizora!

Na przykład, instrukcja może mówić, „*Ten telewizor będzie działał jeśli włączysz go w ten sposób, ale nie wkładaj go pod prysznic*”.

A ty powiesz, „*Chcę zobaczyć czy nadal będzie działał pod prysznicem.*” Oni mówią, „*Twój telewizor nie będzie działał pod prysznicem!*”

Ale instrukcja mówi. „*Nie wkładaj pod prysznic!*”

Podobnie: Łódź podwodna jest przeznaczona do pracy pod wodą, a ty mówisz, „*Dlaczego samolot nie może działać pod wodą?*” Ponieważ to jest samolot!

Musisz patrzeć na rzeczy dokładnie takimi jakimi są, a kiedy sprawdzasz, musisz sprawdzać *zgodnie* z instrukcjami. W zależności czy to to jest twoje DVD, czy to jest twój magnetowid, cokolwiek – one wszystkie mają instrukcje. Oni naprawdę starają się, żeby to było dla nas proste, mimo to wiele ludzi nadal źle to zrozumie.

Przykład z komputerem

Kilka lat temu słyszałem historię, w której trzeba było użyć dyskietkę, żeby ustawić komputer. Ten człowiek kupił komputer, który wyświetlił informacje ‘Włóż wszystkie dyskietki do stacji dysków. Tak więc zrobił.

Włożył jedną , potem włożył drugą. Po drugiej zacięło się! Zrozumiał, że powinno się je włożyć do środka i powinny tam zostać. Nie zdawał sobie sprawy, że wkłada się jedną – ładuje na komputer jej zawartość – wyciąga – i wkłada się następną. On włożył jedną, drugą i wtedy powiedział, „Nie mogą włożyć więcej!”

Zadzwoił więc do wsparcia technicznego, *„Postępuję dokładnie z instrukcją, próbuję włożyć dyskiety do środka. Po dwóch się zacięło, nie mogłem włożyć więcej. Co mam zrobić?”*

To się zdarza. Nie ważne jak jasne są instrukcje. Takie rzeczy się zdarzają.

Więc jak to jest możliwe? Umysł był zbyt zajęty, chcąc zobaczyć rzeczy w inny sposób. *„Może ja wiem coś czego oni nie wiedzą. Może?...”*

Przykład Kasyna.

To jest tak jak z człowiekiem w kasynie, *„Może to jest sposób na wygraną”*. Każda jedna osoba w kasynie myśli, że zna sposób na wygraną, a każdego roku kasyna oświadczają, *„Ah! Tego roku mieliśmy większy przychód niż poprzedniego”* Kasyna zawsze zarabiają. Dlaczego? Ponieważ ludzie, którzy tam grają, grają z chciwości. Kiedy trochę wygrają, ale im więcej wygrają wtedy sobie myślą, *„Może mam dzisiaj szczęście?”* (Pozytywne myślenie) *„Mam dzisiaj szczęście, powinienem próbować więcej!”* I wtedy przegrywają i myślą, *„Może się odegram?”* (Pozytywne myślenie).

Pozytywne myślenie jest równoznaczne z rozczarowaniem. To właśnie dlatego w rezultacie przegrywają, przegrywają cokolwiek, z powodu (tego co nazywamy) pozytywnym myśleniem, a nie opartym na rzeczywistości.

Przychody kasyna w Macao, sprawiają, że ludność Macao może się cieszyć dosłownie brakiem podatków. Pieniądze (podatki) które pochodzą z hazardu wystarczają na pokrycie całej infrastruktury. W pewnym sensie kasyna są do pewnego stopnia właścicielami całego miejsca. A ty myślałeś, że możesz ograć kasyno?

Każdy myśli, że jest bystry, i oni chcą żebyś myślał, że jesteś bystry. Oni *chcieliby* żebyś myślał, że jesteś bystry. Tak długo jak myślisz, że jesteś bystry, tak długo zarabiają na tobie pieniądze. Tak więc niech wszyscy będą tak bystrzy jak tylko chcą, oni nie mają nic przeciwko temu. Ich interes nie polega na tym czy jesteś bystry czy nie, ich interes polega na tym, żebyś przychodził grać. Jeśli grasz to oni się z tego cieszą.

To dlatego oferują ci darmowy obiad, darmową kolację, śniadanie, darmowe napoje, jedzenie i picie. W międzyczasie straciłeś przegrałeś co miałeś. Albo przegrałeś wszystko to na co nie było cię stać, żeby przegrać. Cały czas myśląc, *„Darmowy obiad!”*. Nie ma darmowych obiadów, po prostu zapłaciłeś za niego w inny sposób.

Jeśli pojedziesz do Las Vegas, Steki są duże, jedzenie jest tanie, pokoje są ogromne – „Jeśli przyjechałeś z \$10 000, dam ci darmowy apartament, dostaniesz bilety na najlepsze przedstawienia!” Wszystko zostanie zapłacone z twoich pieniędzy. Nawet jeśli odejdziesz, to pozwolą Ci odejść i upewnią się, że będzie to bardzo przyjemne, tak żebyś poczuł, że są bardzo miłymi ludźmi i wrócił, wtedy zedrą z ciebie w inny sposób.

Powiedziano mi, że w Las Vegas, nawet w łazienkach, kiedy siedzisz na toalecie, tam też są maszyny do grania! I wszystko jest na kartę kredytową, tak że obecnie nie ma potrzeby używać pieniędzy – karta kredytowa. Z kartą kredytową jest tak – kiedy używasz pieniędzy to mówisz, „Skończyły mi się pieniądze!” Nie. Tak długo jak karta kredytowa mówi, „Okay” to po raz kolejny i kolejny rozkręcasz maszynę losową. Po raz kolejny i kolejny wsuwasz kartę kredytową.

Czyż nie przerażające? Nawet w łazience nie pozwolą ci spokojnie usiąść, chcą żebyś grał na maszynie losowej, chcą, żebyś wsunął kartę i grał, w którąkolwiek grę. Kiedy dojdiesz do takiego poziomu, to już jest przerażające.

Generowanie Odpowiedniego Rodzaju waloru (cnoty)

To wszystko jest spowodowane przez umysł, tak więc musimy opanować umysł.

- Pierwszy mówi porzuć negatywne działania.
- Drugi mówi wygeneruj odpowiedniego rodzaju walor.

Kiedy masz odpowiedniego rodzaju walory, to równocześnie rozwijasz korzystne nastawienie, takie jak bezwarunkowa miłość.

Nie po prostu, „Kocham ogromnie moją żonę, moją dziewczynę, mojego chłopaka...” ale kochaj wszystkie istoty. Ja zawsze zachęcam do tego: „Kochaj wszystkie istoty bezwarunkowo, ale wybieraj z kim się zaprzyjaźniasz”.

Kochaj wszystkie istoty bezwarunkowo, bez względu na to czy je znasz czy nie, ale wybieraj z kim się żywasz. Kochaj wszystkie istoty ale bądź ostrożny komu ufasz. Kochaj nawet swoich wrogów ale nie ufaj im.

Kochaj każdego. Nie mów, „Nienawidzę cię”. W momencie kiedy powiesz, że nienawidzisz, natychmiast arogancja cię zaślepi. Wtedy [ktoś cię zaatakuję], „Nóż!” i zostaniesz ugodzony. Ale jeśli powiesz, „Oh! Nóż. Cześć. Jak leci?” Możesz pomóc żeby nóż zakończył swoją trajektorię bez ugodzenia ciebie. Poprzez ignorowanie tego lub odrzucanie, to cię zaślepi, to zamroczy twój umysł.

Tak więc, kochaj wszystkie istoty, kochaj każdego, ale uważaj z kim się zbliżasz, bądź ostrożny w kim pokładasz zaufanie.

Również, działaj ze współczuciem i działaj w konstruktywny sposób. Bycie zajęтым nie jest byciem konstruktywnym. Bycie zajęтым jest byciem zajęтым. Bycie konstruktywnym właściwie polega na sprawianiu pożytku.

Opanuj swój umysł

To ma do czynienia z opanowaniem twojego umysłu poprzez zrozumienie prawdziwego stanu rzeczywistości. Nie możesz opanować umysłu poprzez tworzenie iluzji... przez zrozumienie prawdziwego stanu rzeczywistości.

Wtedy również zrozumiesz co to są złe projekcje, fałszywe projekcje. Wtedy kiedy porzucisz fałszywe projekcje na temat tego co jest właściwe, a co jest niewłaściwe, co jest dobre a co jest złe; wtedy będziesz miał spokój, wtedy będziesz miał opanowanie.

Przykład pomagania ludziom rozwijania właściwego rodzaju projekcji

Opowiadałem wam historię mojej sąsiadki, kiedy jej mąż zmarł. Była bardzo smutna. Następnego poranek spędziłem na odwiedzinach u niej i przyniosłem jej kwiaty. Przez osiemdziesiąt pięć, dziewięćdziesiąt pięć procent czasu mówiła tylko o jej smutku. To co powiedziałem było bardzo ważne, *„Jeśli na prawdę myślisz, że twój mąż patrzy na ciebie z góry, nie wydaje ci się, że to go zmartwi jeszcze bardziej widząc cię w takim stanie cierpienia i żalu? Nie byłoby lepiej pamiętać dobre chwile, które spędziliście razem, tak że pozwoliłoby mu to odejść w pokoju?”*

Jeśli masz takie myślenie...którego celem jest powiedzieć, *„To wszystko jest nie tak. Właściwie co innego ma miejsce.”* Nie. Moim celem jest to żeby ona nie zatopiła się w żalu.

To było pięć procent całej interakcji z nią tego poranka. I tego wieczoru powiedziała, *„Cieszę się, że przyszedłeś. Teraz czuje się pięćdziesiąt razy lepiej, niż o poranku.”* Pomyślałbyś, że idzie na imprezę – promieniała. Wszyscy byli w szoku, *„Czy jesteś pewien, że ona straciła męża wczoraj? Wygląda jak by wychodziła za mąż”.* Nie rozmawiałem z dziećmi na tym etapie, ale można było zauważyć, że była odmieniona.

Tak więc tego rodzaju działanie jest dobre. Poprzez to, że rozwijasz właściwego rodzaju **perspektywę/projekcję [? 13;38], odkładasz na bok tą fałszywą projekcję.**

Więc te trzy rzeczy, to są:

1. Porzuć negatywne działania
2. Generuj idealne walory
3. Opanuj swój umysł

TRZY ZASADY TEJ ŚCIEŻKI

Działanie, jeśli na nie spojrzysz, istota, prawdziwy cel nauczanej przez Buddę Budda Dharmy można zawrzeć w trzech zasadach tej ścieżki:

1. Zdeterminowanie żeby być wolnym od cierpienia.
2. We wszystkim co robisz, robisz to z altruistyczną intencją (nie dla siebie ale z pożytkiem dla innych).
3. Rozwiń mądrość, która umożliwi ci rozpoznanie braku urojonego sposobu egzystencji.

„Urojony sposób egzystencji” dotyczy świata, który sobie wymyśliłeś. Kiedy rozwinięsz mądrość, która rozpozna, że on nie istnieje. Jest powód, dla którego on istnieje, on istnieje ponieważ stworzyłeś ku temu warunki.

Dzięki tym trzem zrobisz postępy.

1. Determinacja żeby być wolnym od cierpienia

Kiedy mówimy, *„Jesteśmy zdeterminowani, żeby się uwolnić”*, mówimy o determinacji żeby się uwolnić od zagubienia, które jest spowodowane przez problemy i trudności, których doświadczamy, a także od przyczyn, które przyczyniają się do powstania tych sytuacji. Rzeczy, które są dla nas trudne. Rzeczy, które stanowią dla nas wyzwanie.

Determinacja dotyczy uwolnienia się od tego zagubienia, które jest spowodowane przez te sytuacje. Jak również, determinacja, żeby się uwolnić od *przyczyn*, które są przyczyną tych sytuacji.

2. Altruistyczna intencja

Kiedy mówimy o altruistycznej intencji, mówimy o dostrzeganiu, że wszyscy ludzie, również mają problemy, nie tylko ty masz problemy. Dostrzeganie, że inni ludzie również cierpią. Więc musimy z nimi pracować.

Jak? Musimy wchodzić z nimi w interakcję poprzez miłość i życzliwość, poprzez współczucie, poprzez altruistyczną intencję. W ten sposób rozwinięsz odpowiednią motywację chęci osiągnięcia stanu Buddy, poprzez co osiągniesz więcej możliwości by pomagać innym.

Teraz mówisz, że chcesz pomóc, mówisz, *„Mój przyjaciel ma problem zdrowotny i chcę pomóc.”* Jesteś lekarzem? *„Nie.”* To jak chcesz pomóc? Możesz potrzymać ich za rękę, zaoferować im filiżankę herbaty, zaoferować im drinka ale jest pewne ograniczenie jak dużo możesz dla nich zrobić. Ale jeśli posiadasz wiedzę taką jak lekarz to wtedy to jest możliwe, żebyś się zajął problemem zdrowotnym.

Jeśli mówisz, *„Tak ale mam kilka noży w domu, może one się przydadzą?”*

[Lekarz], *„Potrzebujesz przeprowadzić operację na otwartym sercu”,*

[Ty], *„Więc co powinienem zrobić? Oh mam kilka noży. Widziałem rzeźnika przy uboju, może to jest podobnie?”* Na pewno będziesz umiał rozciąć i otworzyć, ale żeby to poskładać albo żeby mieć pewność, które części wyciąć, a które zszyć razem, to może być problem.

Powiesz, *„Mam nic!”*

Masz nici i igłę, ale jak powstrzymasz krew przed zalaniem wszystkiego?

„Oh, mam gąbki, mam serwetki, mam ściereczki do naczyń.”

Twoja własna matka mogłaby Ci to mówić, *„Kocham Cię moje dziecko!”*

„Tak, ale w ten sposób mnie zabijesz mamo! Nie jesteś doktorem”

„Tak, ale gotowałam dla ciebie całe życie, umiem używać noża”

„Wiem, że umiesz! Problem nie polega na tym czy umiesz czy nie umiesz używać noża. Tylko w jakim będę stanie kiedy ze mną skończysz!”

To dlatego musisz być ostrożny.

Chociaż kochamy każdego, chociaż nasza miłość jest bezwarunkowa, chociaż kochamy naszą matkę, chociaż [kochamy] naszych rodziców, czy możemy ufać im w dziedzinach, w których nie mają doświadczenia?

Powinniśmy się zawsze zwracać do tych, którzy mają więcej doświadczenia niż my w danym temacie. To jest to czym nazywamy „Wzięciem schronienia”.

Czy zapytałbyś hydraulika o elektryczność? Elektryk może ci w tym udzielić wsparcia, a hydraulik jest lepszy w hydraulice. Poszedłbyś do doktora i powiedział, *„Moja toaleta nie działa, co mógłby Pan z tym zrobić?”* *„Jestem lekarzem, dlaczego do mnie się z tym zwracasz?”*

Obecnie to jest powszechne zjawisko by rodzice pisali do nauczyciela swoich dzieci, *„Moje dziecko nie chce iść do łóżka, co z tym zrobić?”* To jest Twoje dziecko! *„Czy szkoła może coś z tym zrobić?”* Zadanie szkoły polega na zapewnieniu edukacji. Ty musisz się zająć swoim dzieckiem w takich sprawach jak, o której idą do łóżka i o której mają wstać, czyż nie? Ale zdarzają się takie historie. *„Moje dziecko nie idzie do łóżka. Czy szkoła może coś z tym zrobić?”* Co szkoła może z tym zrobić? To jest normalne, słyszy się o tym. Mówią o tym jakby, *„Szkoła powinna zająć się tym, i tym, i tamtym...”* Nie do końca. To jest twoja odpowiedzialność jako ojca czy matki.

Tak więc, kiedy stajemy się bardziej zdolni do pomocy innym, kiedy masz wiedzę i mądrość jak pomagać innym, oczywiście wtedy możesz zrobić więcej. To właśnie dlatego osoba potrzebuje osiągnąć stan pełnego uświadomienia sobie rzeczy. W ten sposób możesz pomóc innym.

Dzięki uwolnieniu się od tych wszystkich wyzywających sytuacji, będziesz rozumiał jak sobie z nimi radzić, ponieważ masz doświadczenie w radzeniu sobie z nimi. Miałeś z tym do czynienia, wiesz co jest potrzebne.

3. Mądrość

Po trzecie: Żeby to zrobić, musisz rozwinąć mądrość, która rozumie prawdziwą naturę tego kim jesteśmy i czym jesteśmy, i również rozumie prawdziwą naturę innych zjawisk. Wtedy, poprzez to zrozumienie możemy wyeliminować te wszystkie fałszywe projekcje, które biorą się z naszego umysłu. W ten sposób możesz opanować swój umysł.

Cel Ścieżki Budda Dharmy

Tak więc co jest celem Buddy Dharmy, na czym polega ścieżka Buddy Dharmy?

To nie jest droga do nieba, albo podobnego rodzaju myślenie. To polega na: Odkryciu, osiągnięciu stanu *trwałego szczęścia*. Nie tymczasowego szczęścia, które jest zbudowane w oparciu o sernik, lody, albo wakacje, albo nowy samochód, który jest dzisiaj, a jutro go już nie ma.

Badania na temat szczęścia

Odkryto w Ameryce kilka lat temu, zrobiono badania na temat szczęścia na uniwersytecie (ponieważ w dniu dzisiejszym robi się badania na temat wielu różnych rzeczy). W tych badaniach odkryto, że ludzie którzy są szczęśliwi teraz, są tacy sami jacy byli rok temu.

Odkryto również, że jeśli dostaniesz awans, jeśli dostaniesz podwyżkę, to dostajesz euforii, coś w rodzaju nagłego radosnego uniesienia przez około trzy tygodnie. Przez około trzy tygodnie jesteś bardzo podekscytowany, „*Właśnie dostałem podwyżkę! Właśnie dostałem nową pracę!*” a potem po trzech tygodniach to mija.

A jeśli jesteś w okresie miodowego miesiąca, kiedy ludzie są sobą bardzo zainteresowani, to trwa, w szczycie, około 3 miesiące i potem zaczyna się obniżać. Najpierw nie mogliście się sobą nacieszyć, a potem coraz częściej się zdarza, „*Jestem zmęczona kochanie, może później!*” „*Może zaczekaj na pełny księżyc.*” „*Dzisiaj kolor księżycy jest nieodpowiedni!*” Jesteś wycieńczony innymi rzeczami.

A jeśli wygrasz na loterii (które trwa najdłużej) to trwa ponad rok, a potem powraca do stanu w jakim byłeś wcześniej. Dlaczego? Najpierw kiedy wygrasz na loterii, to masz pieniądze na te rzeczy, których nie mogłeś robić wcześniej. Kupować domy, kupować jachty, kupować samoloty, jechać to i tam, zdobywać to i tamto. Ciągłe zajęty tym i tamtym. Potem po roku niemalże wszystko się stabilizuje. Masz dom, masz jacht, i nagle zdajesz sobie sprawę, *„Zaczekaj chwilę, jak to jest możliwe, że czuje się w ten sam sposób jak czułem się wcześniej?”*

Mój uczeń, który był prawnikiem i został wspólnikiem w firmie. Zaobserwował coś co było wtedy bardzo słuszne, powiedział, *„Zarabiam więcej niż zarabiałem wcześniej, tak więc jeździmy na droższe wakacje, kupujemy większy dom. Właściwie jest tak samo jak wcześniej. Był zaskoczony, że wszystko było takie same jak wcześniej. Większy dom, lepszy samochód, droższe wakacje, ale to uczucie, to co nazywamy szczęściem, zadowolenie, nie zmieniło się.*

Szczęście naprawdę jest stanem umysłu. Więc, ten rodzaj szczęścia nie trwa długo. Jest chwilowe.

Cel Ścieżki Budda Dharmy

Celem Ścieżki Budda Dharmy jest osiągnięcie stanu trwałego szczęścia, nie tylko dla nas samych ale też dla innych istot.

Jak to zrobić? Poprzez uwolnienie się z tej cyklicznej egzystencji w Samsarze, tego powtarzającego się cyklu (tak jak) de ja vu. Ciąglemu, *„Już tu byłem..” „Oh, już tu byłem...”* Sam sobie to czynisz poprzez pewien rodzaj energii, którą posiadasz, poprzez pewien rodzaj działań, które podejmujesz.

Jest takie powiedzenie w angielskim: *„Obudziłeś we mnie diabła!”* Wszyscy mamy to nasionko. Wyciągasz w człowieku na powierzchnię jego najgorszą stronę poprzez działania, o których nawet nie wiesz. Twoja energia, po raz kolejny, przyciągasz do siebie ludzi tego samego rodzaju. Tak, że nawet jeśli na powierzchni udajesz, że wszystko jest bardzo fajnie a ty nie masz żadnych zmartwień, w rzeczywistości, nie jesteś bez zmartwień, a ty nie jesteś fajny.

Więc poprzez zrozumienie tych problemów i jak je powstrzymać, to jest celem ścieżki Budda Dharmy.

Źródło: Letnie Odosobnienie 2006 – 20 Sierpnia poranek2