

Eliberarea de fixaxii

Invatatura de astazi se numeste ‘Traind conform Dharnei’. Dharma este termenul pe care il folosim pentru a descrie Invatatura lui Buddha Shakyamuni. Dharma se refera nu numai la invaturile lui Buddha Shakyamuni dar si la invaturile tuturor Buddha-silor infiniti in numar, din cele trei timpuri, prezent, trecut si viitor.

Multi oameni trag concluzii gresite – ca a fi Buddhist inseamna sa nu te distrezi, sa nu ai o viata normala sau ca trebuie sa te calugaresti; nu este asa. Un Buddhist este cel care urmeaza invatatura lui Buddha si toti Buddha-sii ne invata acelasi lucru. Metoda de predare poate fi diferita in functie de conditia fiecaruia, asa cum un doctor prescrie o reteta in functie de boala fiecarui pacient, dar esenta este aceeasi. Asa cum exista mai multe limbi prin care se exprima acelasi lucru pentru ca persoane diferite inteleg limbi diferite.

Sunt multi practicanti laici – adica au o viata de familie – au nevasta si copii, au multe proprietati dar nu sunt obsedati de fixatii. Fixatia inseamna sa fii obsedat de propria ta viziune. Oricand esti concentrat doar pe viziunea ta pierzi restul din vedere. E ca si cum te focusezi intr-un singur punct, o singura perspectiva. Si pentru ca esti focusat intr-un singur punct nu mai vezi nimic in rest, nici macar in jur nu poti sa vezi. Ochii tai vad un lucru dar nu poti intelege semnificatia acelui lucru; urechile tale aud ceva dar nu pot cu adevarat sa inteleaga care este semnificatia. Care semnificatie? Semnificatia acelui lucru, ce este, ce inseamna, si de asemenea ce implicatii are.

De cele mai multe ori cand aveti fixatii cu anumite lucruri, de fapt, de fiecare data cand sunteti fixatii pe anumite lucruri cautati lucruri care sa va califice obsesia. Din acest motiv ignorati lucrurile care nu se potrivesc scenariului din mintea voastra. In felul acesta mintea experimenteaza fenomenul de elevare si apoi prabusire; de asteptari si dezamagiri. Aceasta fixatie, aceasta obsesie cu o anumita viziune, focusare pe un lucru sau altul este cauza tuturor suferintelor oamenilor, este de asemenea cauza suferintei zeilor si cauza suferintei spiritelor flamande, este suferinta animalelor, este si suferinta celor aflati in iad. Fixatia este cauza tuturor suferintelor.

Cand nu aveti aceasta dorinta de a poseda; treceti prin viata fara sa vreti sa controlati fenomenele externe, fara sa incercati sa controlati felul in care incadrati lucrurile in mintea voastra, si in acest fel mintea dumneavoastra devine foarte relaxata si deschisa, foarte expansiva. Cand mintea este expansiva vedeti si auziti totul. Din acest motiv vorbim despre importanta naturii vidului, pentru ca aceasta natura a vidului se afla in toate.

Natura vidului

‘Vidul’ inseamna a nu fi fixat.

Cand intelegem vidul intelegem totul

Cand avem o fixatie, avem doar acea fixatie, care nu ne este neaparat necesara, de multe ori nu ne este folositoare. Daca suntem fixati sa ajungem in taramul pur, nu vom ajunge

niciodata acolo. Daca suntem prea fixati pe un anumel lucru de regula ni se intampla opusul.

Daca vreti cu adevarat sa aratati ca va pasa acest lucru devine o reprezentatie care sa demonstreze ca va pasa, un spectacol de conventia care sa va sustina fixatia; acest lucru nu inseamna ca va pasa, cu cat mai mult ajutati cu atat mai multe probleme cauzati; cu cat mai mult va impuneti punctul de vedere cu atat creati mai multe probleme, doar obsesii.

Cheia este sa nu intervenim asupra naturii lucrurilor. Dinamica lucrurilor se va schimba intr-o tara unde introducem o specie de plante sau animale care nu apartine locurilor. De exemplu, cand vererita gri din America a fost adusa in Marea Britanie, vererita rosie care se afla deja acolo, mai mica in dimensiuni, nu a putut concura pentru hrana cu cea gri, aceasta din urma maturizandu-se mai repede si fiind mai mare in dimensiune. Ca rezultat vererita rosie s-a imputinat.

Cand auzim, *“Persoana asta are nevoie de ajutor, are nevoie de mancare, are nevoie de bani.”* Toate fenomenele pe care le experimentam in viata – ‘fenomenele’ nu sunt permanente, nimic nu este permanent, corpul tau se va degrada, frumusetea ta nu va dura la nesfarsit, asa zisa suferinta deasemenea nu dureaza pentru totdeauna, nimic nu este permanent. Din acest motiv fenomenele sunt ca un miraj in desert, ca o bula de oxigen in apa, o vezi si apoi a disparut. Nu dureaza niciodata si nici nu conteaza foarte mult. Pentru un moment este acolo, apoi nu o mai gasesti niciodata, este un fenomen. Dar datorita fixarii pe care o avem, crezand ca fenomenele sunt reale, ne incapatanam *“Trebuie sa avem asta; trebuie sa avem cealalta”*. Cu cat intervenim mai mult in natura lucrurilor cu atat mai multe probleme cauzam.

O persoana care afirma ca se afla intr-o stare de saracie, ca nu are bani - nu o putem ajuta dandu-i bani. Dandu-i bani ii poti rezolva problema doar *temporar*. Motivul pentru care se afla intr-o stare de saracie este datorita legii cauzei si efectului. Poate fi atitudinea nepasatoare cu privire la bani, ca nu isi poate pastra slujba deoarece este o persoana lenesa careia nu-i place munca. Acestea sunt aspectele pe care trebuie sa le analizam. A-i da bani este doar un ajutor temporar. Daca este o persoana lenesa va fi lenesa pana cand se va hotari sa schimbe acest lucru.

Exemple

Sfaturile; de multe ori oamenii vin pentru a primi sfaturi pentru problemele lor personale. Cand vii sa asculti Invatatura in speranta ca vei invata ceva ca sa ii poti manipula pe ceilalti nu vei avea succes, chiar daca functioneaza temporar, nu va dura.

Un student m-a contactat acum cativa ani in timp ce eram in India, *“Seful meu mi-a spus sa plec deoarece nu e multumit de performanta mea la munca. A spus ‘te platesc pana la sfarsitul lunii. Poti pleca acum sau la sfarsitul lunii, e alegerea ta.’* M-a intrebat ce sa fac, si i-am spus, *“Din moment ce esti platit pana la sfarsitul lunii ar trebui sa stai pana atunci si constientizand ca performanta ta este sub asteptarile sefului tau ar trebui sa te straduiesti sa iti imbunatatesti performanta. Cel putin straduieste-te sa faci lucrurile cat de bine poti pana ce pleci.”* Si asta a facut, doua saptamani mai tarziu seful sau i-a spus *“Performanta ta la munca s-a imbunatatit intr-un mod impresionant, m-am decis sa ti mai*

dau o sansa, poti ramane.” O luna jumătate mai târziu a venit din nou la mine, “ Seful mi-a spus din nou a plec”. De data asta mi-a spus, “Nu mai sta, pleaca acum.”

Ce înseamnă asta? Când a primit sfatul să se străduiască să își îmbunătățească conduita, s-a străduit și a reușit, în momentul în care condițiile au revenit și el a revenit la comportamentul său de dinainte. Acum seful său nu mai are încredere în el știind că atitudinea lui a fost o prestație. Așa cum voi trăiți cu impresia că ajutați: e doar actorie. Abordați o anumită conduită și credeți că ajutați. Viziune greșită, viziunea greșită este o fixație. Gândirea greșită; obsesia greșită; fixația greșită.

Fixația asupra sinelui

Datorită fixației pe care o aveți cu voi înșivă nu ați învățat din nicio experiență și nu ați reținut esența lucrurilor. Faceți un lucru și apoi nu mai țineți minte, nu înregistrați ce s-a întâmplat. Din acest motiv faceți aceeași greșeală din nou. M-ați văzut când ajutam pe cineva și încercați și voi să ajutați? Și se face ca nici nu sunteți acolo. În aceeași zi ați uitat tot ce ați învățat pentru că nu s-a întipărit în mintea voastră. Din ce motiv? Pentru că orice faceți nu este sincer, nu este real. Când nu este real, nu este sincer, este doar un act de a pretinde.

Și eu joc teatru, o fac pentru a vă arăta un exemplu. Joc un rol cu sinceritate autentică. Când voi pretindeți o faceți ca un actor de mană a doua. Un actor slab. Fiecare parte a rolului este la fel, “Sunt fericit”, “Nu sunt fericit”, “Da te iubesc”, “Ah.Ma iubesti”. Este ca și când te-ai uita la un zid, e la fel, nu te atinge deloc. Când încerci să faci un lucru asupra căruia nu ai o înțelegere completă, ori exagerezi făcând prea mult ori prea puțin. Iar primul lucru pe care îl spui când lucrurile nu ies așa cum trebuie“ A, da nu eu sunt de vină, tu ești cel vinovat” Obsesie cu noi înșine – fixație. Când avem fixații, chiar dacă suntem calugăr sau nu, încă suntem obscuri.

Un Maestru a făcut o remarcă despre un Centru pe care îl știe în Taiwan. A spus “ *De-a lungul anilor numărul membrilor înregistrați la Centru se ridică la 20 sau 30 de mii de oameni, care vin să practice, dar cu adevărat doar câțiva dintre ei vor avea sansă să se nască în tărâmul pur”*.

Când practici fără să fii implicat în ceea ce faci este ca și cum nu ai practica. Din acest motiv trebuie să începem cu motivația corectă. Dacă nu avem motivația corectă nu ne putem menține practica.

Viata ca Buddhist în lumea modernă.

Este posibil să ne trăim viața în lumea modernă ca Buddhiști, putem avea o profesie, propria noastră carieră, e posibil să fim și bogați. Putem avea toate lucrurile pe care lumea modernă ni le poate oferi, tot ce este mai de pret. Dar ca practicant Buddhist trebuie să înțelegem ce este benefic și ce nu; ce este pe termen scurt și ce este pe termen lung; ce este esențial și ce nu este esențial.

Chiar dacă trăim în lume, nu trebuie să fim afectați de problemele lumesti. Protejându-ne mintea, înțelegând ce este benefic și ce nu, indiferent de tărâmul în care ne naștem –din

cele trei taramuri in care avem posibilitatea sa ne nastem – nu trebuie sa fim obsedati de asta.

Am putea trai acasa, in conditii lumesti, totusi nu trebuie sa avem fixatii cu privire la niciunul din cele trei taramuri.

Cele trei taramuri

Ce sunt aceste trei taramuri?

Taramul dorintelor: Lumea in care existam acum apartine taramului dorintelor. In aceasta lume totul se reduce la atasamente, dorinte, totul tine de obsesia pe care o avem cu privire la somn, odihna, nevoia de satisfacere a dorintelor sensuale.

Taramul formei: Daca ne ridicam la un nivel superior, un nivel mai inalt, mai rafinat ajungem in taramul formei. In taramul formei focusul este asupra mintii; chiar daca inca mai avem fixatia asupra corpului, nu mai avem preocuparea cu satisfacerea dorintei de a manca, de a dormi; nu mai avem preferinte; nu mai exista suisuri si coborasuri.

Taramul lipsei de forma: La un nivel si mai inalt nu mai suntem preocupati de corp dar inca avem preocuparea cu mintea.

In toate cele trei taramuri exista suferinta: De exemplu unii dintre voi spuneti, “*Vreau sa merg in Retragere. Sa merg pe munti, sa merg in vai, sa merg pe o insula si sa stau acolo.*” Un loc unde nu sunt oameni si stai acolo cincizeci de ani, mintea iti este calma; in momentul in care o persoana ajunge pe insula mintea i se tulbura.

Este ca si cum ai avea un MP4, MP3, muzica pe iPhone, ascultand muzica o gasesti putin cam deranjanta, nu-ti place, te irita, pui dispozitivul pe pauza, apesi butonul ‘stop’. Atitudinea ta cu privire la asta nu s-a schimbat. Doar ai pus pauza desfasurarii lucrurilor. Cand iei degetul de pe butonul de pauza muzica incepe din nou si din nou esti deranjat.

Cel care practica sarguincios Dharma Buddhista, poate avea toate bogatiile pe care lumea i le poate oferi, totusi iubeste fara atasament, detine fara sa fie atasat, si actioneaza fara atasamente sau aversiuni. Nici nu ii place, nici nu ii displace. Daca ai bine, daca nu ai, e bine si asa. Daca esti bolnav, e bine. Daca esti sanatos nu devii mandru sau fericit ca “sunt atat de puternic” sau ca “viata mea este groaznica, sunt bolnav” sau “primesc mai multi bani la servicii acum, sau mai putin”.

Simplitatea este o binecuvantare

Simplitatea este o binecuvantare. Fericirea nu se masoara prin cat de multe inveti sau prin marimea casei in care locuiesti, sau daca porti haine de firma sau haine care au gauri peste tot. De cele mai multe ori hainele de firma au gauri peste tot! Cu cat mai multe gauri, cu atat mai scumpe; asa este. Pentru moment lucrurile sunt in felul acesta, peste cateva luni se schimba. Daca pantalonii au o gaura ii trimiteti inapoi la magazin spunand “vreau sa schimb perechea asta de pantaloni”. Apoi lucrurile se schimba si cu cat mai gauriti sunt pantalonii cu atat sunt mai scumpi.

De ce? Mintea umana. Mintea umana vede lucrurile ‘in felul asta’ sau ‘in felul acela’. De ce? Din cauza nesigurantei. Oamenii au nevoie de un scop. Dar acel scop este doar un fenomen, o amagire, nu te ajuta si nu ajuta pe nimeni altcineva.

Primul lucru pe care trebuie sa il faci este sa te ingrijesti de mintea ta. Dupa ce iti cultivi mintea iti schimbi propria energie. Energia pe care o proiectezi este influentata direct de ceea ce este in mintea ta. Poti proiecta bunatate sau ura si manie; toate au de-a face cu mintea.

Cum traiesti avand viziunea corecta?

Deci cum traiesti avand viziunea corecta?

Buddha nu le-a spus adeptilor sai *“Stati departe de bani. Stati departe de faima. Stati departe de profituri. Stati departe de iubire si ingrijire.”* Nu este asa. Dar daca trebuie sa faci bani atunci trebuie sa urmezi calea corecta. Nu prin inselatorie sau amagire, nu prin prefacatorie.

Modul de existenta corect

O persoana care duce o existenta corecta, o fiinta nobila, atunci cand muncesti sa faci bani, sa genereze resurse, o face intr-un mod corect. Un mod prin care si altii pot beneficia; un mod prin care sa nu-i raneasca pe ceilalti.

Daca sunt comercianti atunci preturile bunurilor pe care le vand reflecta intru totul valoarea pe care acestea o au. Nu prea mari, nici prea mici. Marja corecta de profit. Iar marfa este conforma cu specificatiile pe care le are.

Ca rezultat clientul este fericit. Pentru ca acesta este fericit va reveni sa cumpere de la tine: afacerea continuitatii. In afaceri cel mai important lucru este reintoarcerea clientului, repetabilitatea afacerii. Daca marca pe care o comercializezi este de buna calitate oamenii au incredere si vor veni sa cumpere de la tine.

Unele marci sunt cunoscute pentru produsele ieftine, le porti o data sau de doua ori si se destrama. Asa este. Pentru unele platesti putin mai mult dar te tin mult mai mult. Platesti multi bani pentru o pereche buna de pantofi, dar pentru ca pielea este de calitate, daca ii ingrijesti corespunzator pot fi buni si vreme de zece ani. Daca in schimb cumperi o pereche de pantofi la o cincime din pretul celor de mai sus dupa cateva purtari forma lor deja s-a schimbat. Nu tin vreme asa indelungata pentru ca sunt de alta calitate.

Deci cu siguranta poti fi o persoana bogata care duce o existenta corecta. Modul corect de existenta inseamna sa fie benefic pentru tine cat si pentru ceilalti.

Faima

Sa vorbim despre faima. Faima nu este un lucru de evitat pentru ca cei care au renume au puterea sa ii influenteze pe ceilalti.

Cel cu reputatie poate influenta oamenii si sa ii incurajeze sa invete Dharma.

Poti face asta. Cand esti o persoana renumita si afirmi “eu folosesc aceasta marca de produse”, pentru acea marca de produse cresc vanzarile. Vedeti in toate revistele. Actori si actrite diferite “Eu folosesc Chanel Nr.5”, “folosesc aceste produse cosmetice”. Mergi imediat si cumperi produsul. Subscrii si tu.

Deci reputatia folosita asa cum trebuie – in loc sa ii incurajezi sa cumpere Chanel Nr.5 sau un anume fel de crema de fata sau un anume fel de branza, sau orice altceva, ii incurajezi sa fie o persoana mai buna; nu trebuie sa spui “Asta este Dharma Buddhista”.

Doar incurajeaza-i sa fie o persoana mai buna. Astfel sunt multe sanse sa se intample in felul asta, oamenii au nevoie de un model de urmat.

Pentru cei care sunt parinti, este bine de stiut ca motivul pentru care copiii dumneavoastra adopta un anume tip de comportament este pentru ca dvs ca model de urmat i-ati indreptat in acea directie. Daca parintii se cearta in fata copilului, atunci cand acestia cresc mari si ei se vor purta la fel. Atunci cand tatal se poarta intr-un anume mod, atunci cand mananca un sandvis si arunca invelitoarea pe jos spunand, "Nu-ti fa griji, nu conteaza" sau refuza sa plateasca biletul de autobuz spunand "Asa facem o mica economie", si copilul va deveni asa mai tarziu.

Daca ii arati copilului exemple de lipsa de respect, va ajunge sa nu te respecte in viitor, apoi va avea aceasi atitudine lipsita de respect si catre societate. Si apoi nu va fi respectuos cu nicio persoana cu care va intra in contact.

Cu totii suntem modele de urmat, deci daca va aflati intr-o pozitie influenta, este important sa stiti cum sa va comportati. Deci renumele poate avea multe beneficii.