

ΤΟΝ ΒΛΕΠΕΤΕ ΑΥΤΟΝ ΤΟΝ ΒΟΥΒΑΛΑ;

Του Τζόγκτσεν Πόνλοπ Ρίνποτσε

Μόνο όταν έχουμε μία γνήσια, ακατάλυτη επιθυμία να απελευθερώσουμε τους εαυτούς μας από την δυστυχία και όλες τις αιτίες της ξεκινάει το πνευματικό μας ταξίδι. Αυτή η αρχική επιθυμία είναι πολύ ισχυρή και πολύ αληθινή. Παρ' όλα αυτά, σύμφωνα με την άποψη των παραδόσεων του Μαχαμούντρα και του Τζόγκτσεν δεν υπάρχει κάποιος προορισμός σε αυτό το μονοπάτι, κάποιο τέλος διαδρομής όπου κάποια μέρα θα ικανοποιήσουμε τη δίψα μας για ελευθερία. Γιατί; Επειδή αυτό ακριβώς που ψάχνουμε – ελευθερία, αφύπνιση, φώτιση – είναι εξαρχής μαζί μας.

Ανακαλύπτοντας το βουβάλι μας

Υπάρχει μία ιστορία στην παράδοση του Μαχαμούντρα για έναν χωρικό που έχει ένα βουβάλι. Μην ξέροντας ότι το βουβάλι είναι στο στάβλο του, ο χωρικός πάει να το ψάξει, νομίζοντας ότι αυτό έφυγε. Ξεκινώντας την αναζήτησή του, βλέπει πολλά χνάρια βουβαλιών έξω από την αυλή του. Χνάρια βουβαλιών βρίσκονται παντού! Ο χωρικός τότε αναρωτιέται «Που πήγε το βουβάλι μου;».

Αποφασίζει να ακολουθήσει κάποια από τα ίχνη που τον οδηγούν στα ψηλά βουνά των Ιμαλαΐων, αλλά δεν βρίσκει το βουβάλι του εκεί. Μετά, ακολουθεί κάποια άλλα ίχνη που τον οδηγούν ως τον ωκεανό. Αλλά όταν φθάνει στον ωκεανό και πάλι δεν βρίσκει το βουβάλι του. Το βουβάλι του δεν βρίσκεται στα βουνά ή στην παραλία. Γιατί; Επειδή είναι στον στάβλο του.



Με τον ίδιο τρόπο, ψάχνουμε για τη φώτιση έξω από εμάς. Ψάχνουμε για τη φώτιση στα βουνά των Ιμαλαΐων, σε γαλήνιες παραλίες και σε υπέροχα μοναστήρια, όπου υπάρχουν παντού ίχνη. Στο τέλος, μπορεί να βρείτε ίχνη της φώτισης του Μιλαρέπα στα σπήλαια όπου διαλογιζόταν ή ίχνη της φώτισης του Ναρόπα στις όχθες του ποταμού Γάγγη. Μπορεί να βρείτε σημάδια της φώτισης πολλών δασκάλων σε διάφορες πόλεις ή μοναστήρια. Αυτό που δεν θα βρείτε όμως, είναι αυτό ακριβώς που

ψάχνετε – τη φωτισμένη σας φύση. Μπορεί να βρείτε τη φώτιση κάποιου άλλου, αλλά δεν είναι το ίδιο με το να βρείτε τη δικιά σας.

Όσο κι αν θαυμάζετε την πραγμάτωση των Βούδα, των Μποτισάτβα και των γιόγκι άλλων εποχών, το να βρείτε την δικιά σας ελευθερία μέσα σας, την δικιά σας φώτιση, το δικό σας ξύπνημα, είναι πολύ διαφορετικό. Όταν φθάσετε στη δική σας πραγμάτωση, είναι σαν να βρίσκετε το βουβάλι σας. Το βουβάλι σας αναγνωρίζει εσάς και εσείς αναγνωρίζετε το βουβάλι σας. Η στιγμή που συναντάμε το βουβάλι μας είναι πολύ φορτισμένη συναισθηματικά και χαρμόσυνη.

Για να βρούμε τη δικιά μας φώτιση, πρέπει να ξεκινήσουμε από εκεί που βρισκόμαστε. Πρέπει να ψάξουμε προς τα μέσα, αντί για προς τα έξω. Σύμφωνα με το Μαχαμούντρα και το Τζόγκτσεν, η κατάσταση της ελευθερίας ή της φώτισης υπάρχει στο νου μας άχρονα. Σαν το βουβάλι που ξεκουράζεται στο στάβλο του, δεν έφυγε ποτέ από εμάς, παρά το ότι έχουμε την εντύπωση ότι έχει φύγει. Νομίζουμε ότι είναι κάπου εκεί έξω και πρέπει να τη βρούμε. Με τόσα ίχνη που οδηγούν σε διαφορετικές κατευθύνσεις, τόσα πιθανά σημεία όπου μπορεί να βρίσκεται, μπορεί να αρχίσουμε να έχουμε παραισθήσεις. Μπορεί να νομίζουμε ότι κλάπηκε από έναν γείτονα και χάθηκε για πάντα. Αρχίζουμε να έχουμε όλων των ειδών τις παρανοήσεις και λανθασμένες αντιλήψεις.

Για να συνοψίσουμε, μπορούμε να πούμε ότι: Δεν υπάρχει τίποτα που να ονομάζεται «Βούδας» ή «βουδότητα» που να υφίσταται έξω από το νου μας. Μπορούμε να πούμε το ίδιο για τη σαμσάρα: Δεν υφίσταται εκτός του νου μας. Αυτός είναι ο λόγος που ο Μιλαρέπα τραγούδησε:

Η Νιρβάνα δεν είναι κάτι που εισάγεται από κάπου αλλού

Η σαμσάρα δεν είναι κάτι που εκδιώκεται προς κάπου αλλού

Ανακάλυψα με βεβαιότητα ότι ο νους είναι ο Βούδας...¹

Σύμφωνα με το Μαχαμούντρα και το Τζόγκτσεν, η σαμσάρα, η κατάσταση της δυαδικής μας σύγχυσης, δεν εμπεριέχει τίποτα προς εγκατάλειψη και απόρριψη, και η νιρβάνα, η κατάσταση της φώτισης, δεν είναι ένας προορισμός στον οποίο πάμε από εδώ που βρισκόμαστε. Δεν είναι μία τοποθεσία που υφίσταται έξω από εδώ που βρισκόμαστε αυτή τη στιγμή. Εάν θέλατε να αποκηρύξετε τη σαμσάρα, να την εγκαταλείψετε σαν τόπο, που θα πηγαίνατε? Στο Διεθνή Διαστημικό Σταθμό, στη

¹ Τα Τρία Καρφιά: Τραγουδισμένο στο Σπήλαιο της Τίγρης, Φρούριο του Λιονταριού στο Γιόλμο, Νεπάλ. Σύνθεση του Αρχοντα Μιλαρέπα από το Θιβετανικό κείμενο στη σελίδα 259. Μεταφρασμένο από την Επιτροπή Μετάφρασης Μάρπα. © 2002 Επιτροπή Μετάφρασης Μάρπα. Εκδόθηκε στα *Τραγούδια της Πραγμάτωσης*.

Σελήνη ή στον Άρη? Ακόμα και εκεί, θα βρισκόσασταν εντός της σαμσάρα. Άρα, πώς μπορείτε να εγκαταλείψετε τη σαμσάρα;

Αυτό που προσπαθούμε να αφήσουμε πίσω μας είναι η δυαδικότητα, ο νους της σύγχυσης, η συνεχής κατάσταση δυστυχίας. Σωματικά, ναι, μπορείτε να εγκαταλείψετε την πόλη σας και να πάτε σε απομονωμένα μέρη όπως ένα σπήλαιο σε βουνό ή ένα μοναστήρι. Το σώμα σας θα είναι κάπου αλλού, αλλά ο νους σας θα βρίσκεται σε διαφορετική κατάσταση; Ο τρόπος με τον οποίο λειτουργεί ο νους σας όταν είστε σε ένα σπήλαιο, ένα μοναστήρι ή στο σπίτι σας είναι αυτό που καθορίζει το αν βρίσκεστε στη σαμσάρα ή τη νιρβάνα.

Σύμφωνα με τις διδασκαλίες του Μαχαμούντρα και του Τζόγκτσεν, η φώτιση βρίσκεται ακριβώς εδώ, στη φύση του νου μας. Αυτή τη φύση προσπαθούμε να ανακαλύψουμε και να συνδεθούμε μαζί της. Αυτή τη φύση προσπαθούμε να αναγνωρίσουμε, να πραγματώσουμε και να τελειοποιήσουμε. Αυτό ακριβώς είναι το ταξίδι σε αυτό το μονοπάτι.

Πώς μπορούμε να αναγνωρίσουμε αυτή τη φύση του νου; Την εμπειρία της αφύπνισης, της ολοκληρωτικής φώτισης, μπορούμε να την αποκτήσουμε με πολλές διαφορετικές μεθόδους. Υπάρχει η προσέγγιση της Χιναγιάνα, η προσέγγιση της Μαχαγιάνα και η προσέγγιση της Βατζραγιάνα ή Μαχαμούντρα-Τζόγκτσεν. Αυτές οι τρεις προσεγγίσεις οδηγούν στον ίδιο στόχο. Η διαφορά τους δεν έγκειται στο αποτέλεσμα που επιτυγχάνουν, αλλά στο χρόνο που απαιτείται για την επίτευξη του αποτελέσματος και στις μεθόδους που χρησιμοποιούν. Από αυτές τις τρεις, μόνο η τελευταία θεωρείται ότι κατέχει τις μεθόδους που μπορούν να οδηγήσουν στην πραγμάτωση της αληθινής φύσης του νου στη διάρκεια μίας ζωής. Στη μέθοδο της Βατζραγιάνα, ο τρόπος επίτευξης της κατάστασης της αφύπνισης ονομάζεται «πλήρης φώτιση σε μία στιγμή». Όταν ακολουθούμε τις οδηγίες με θέρμη, όταν χρησιμοποιούμε τις μεθόδους σωστά, βήμα προς βήμα, και όταν επικεντρωνόμαστε στο μονοπάτι και δεν ξεστρατίζουμε, τότε αυτή η αφύπνιση μπορεί να συμβεί οποιαδήποτε στιγμή. Τη μία στιγμή μπορεί να είμαστε σε πλήρη σύγχυση, ένα κοινό αισθανόμενο ον, και την επόμενη στιγμή να είμαστε ένα ολοκληρωτικά φωτισμένο ον. Αυτή η εξωφρενική αλλά πολύ ρεαλιστική έννοια είναι γνωστή ως ξαφνική φώτιση ή «άγρια αφύπνιση».

Το μονοπάτι της αφοσίωσης

Το μονοπάτι του Μαχαμούντρα είναι γνωστό και ως το μονοπάτι της αφοσίωσης. Μέσα από την αφοσίωση – προς τον δάσκαλο μας, τη γενεαλογία και τις διδασκαλίες μας – μπορούμε να δούμε την αληθινή φύση του νου. Τί ρόλο παίζει ο δάσκαλος στην αναζήτηση σας για τη φώτιση; Από τη μία πλευρά, λέγεται ότι η φώτιση βρίσκεται μέσα σας, και από την άλλη λέγεται ότι δεν υπάρχει φώτιση χωρίς αφοσίωση στο δάσκαλο ή στη γενεαλογία φωτισμένων δασκάλων. Ακούγεται λίγο αντιφατικό.



Γιατί είναι τόσο σημαντική η αφοσίωση; Πώς λειτουργεί; Η αφοσίωση είναι ένα μονοπάτι, ένα επιδέξιο μέσο, μέσω του οποίου αναπτύσσετε τη βασική εμπιστοσύνη - εμπιστοσύνη στη δική σας φωτισμένη καρδιά, εμπιστοσύνη στο ότι το μυαλό σας είναι εντελώς, ολοκληρωτικά αγνό και γνώριζε τι είναι σωστό από την αρχή. Η εμπιστοσύνη αυτή είναι η αφοσίωση. Αυτό μπορείτε να το δείτε μέσα από το δάσκαλο και τη γενεαλογία. Η σχέση σας με το δάσκαλό σας είναι προσωπική, αλλά είναι και κάτι πέρα από προσωπική. Είναι τόσο στενή που αισθάνεστε ότι μπορείτε να την ελέγξετε, και ταυτόχρονα συνειδητοποιείτε ότι είναι πέρα από τον έλεγχο σας. Μοιάζει με τις συνηθισμένες σας σχέσεις, με συντρόφους, φίλους και οικογένεια, αλλά ξεπερνάει αυτές τις εγκόσμιες σχέσεις. Εάν μπορείτε να δουλέψετε με αυτή τη σχέση, αυτό θα σας δώσει τη δυνατότητα να δουλέψετε με οποιαδήποτε σχέση στον κόσμο. Η σχέση αυτή γίνεται ένα έξοχο όχημα μετατροπής των αρνητικών συναισθημάτων και της δυστυχίας μας.

Η ουσία εδώ είναι ότι ο δάσκαλος απλά παίζει το ρόλο του καθρέφτη. Όταν κοιτάτε σε έναν καθρέφτη, αυτό που αντανακλάται είναι το πρόσωπο σας. Ο καθρέφτης δεν αντανακλά τον εαυτό του. Σας δείχνει αν το πρόσωπό σας είναι καθαρό ή βρώμικο, ή αν χρειάζεστε κούρεμα. Ο καθρέφτης είναι αμερόληπτος. Αντανακλά τα θετικά και τα αρνητικά χαρακτηριστικά εξίσου ξεκάθαρα.

Κατά τον ίδιο τρόπο, όταν βλέπετε το δάσκαλο με αφοσίωση, βλέπετε τόσο τα θετικά όσο και τα αρνητικά χαρακτηριστικά σας. Βλέπετε τις αποτυχίες σας, τους αγώνες σας, τα ενοχλητικά συναισθήματά σας, με τον ίδιο τρόπο που βλέπετε τη σκόνη στο πρόσωπό σας σε ένα συνηθισμένο

καθρέφτη. Ταυτόχρονα, βλέπετε πέρα από τις επιφανειακές ακαθαρσίες που απλά μπορούν να ξεπλυθούν. Βλέπετε το αληθινό πρόσωπο σας, την πραγματικότητα σας, η οποία είναι η τέλεια αγνή φύση του νου σας.

Τι συμβαίνει όμως αν βρίσκεστε μπροστά σε ένα καθρέφτη μέσα σε ένα σκοτεινό δωμάτιο; Ο καθρέφτης εξακολουθεί να έχει την ικανότητα να αντανακλά και εσείς εξακολουθείτε να έχετε χαρακτηριστικά. Εάν όμως δεν υπάρχει φως, όσο και να μείνετε στο δωμάτιο δεν θα αλλάξει κάτι. Δεν θα δείτε τίποτα. Άρα, δεν είναι αρκετό να κάθεται μπροστά σε ένα καθρέφτη. Πρέπει να ανάψετε το φως. Σε αυτή τη περίπτωση το φως είναι το φως της αφοσίωσης. Όταν αυτό το φως είναι αναμμένο και όταν ο καθρέφτης του δασκάλου βρίσκεται μπροστά σας, τότε μπορείτε να δείτε την αντανάκλαση της φύσης του νου σας ξεκάθαρα και με ακρίβεια, αλλά με έναν τρόπο πέρα από έννοιες. Αυτός είναι ο ρόλος του δασκάλου και της γενεαλογίας ως προς τη φώτιση μας, την πραγμάτωση της φύσης του νου. Ο δάσκαλος δεν είναι ο δημιουργός της φώτισής σας, είναι απλά μία προϋπόθεση για την επίτευξή της.

Ο καθρέφτης δεν πρόκειται να ανάψει το φως για λογαριασμό σας. Δεν θα σας φέρει στο δωμάτιο, ούτε θα σας πει να κάτσετε μπροστά του. Δεν θα πει «Κοίτα εδώ!». Ο καθρέφτης είναι απλά ένας καθρέφτης που καταλαμβάνει κάποιο χώρο. Εσείς πρέπει να μπειτε στο δωμάτιο, να ανάψετε το φως, να περπατήσετε προς τον καθρέφτη και να τον κοιτάξετε. Άρα, ποιος κάνει τη δουλειά; Εμείς. Εμείς είμαστε ενεργοί σε αυτή τη σχέση.

Μερικές παραδόσεις λένε ότι κάποιος πρέπει να είναι παθητικός για να λάβει τη θεία χάρη ή για να έχει μυστικιστικές εμπειρίες, αλλά εδώ είναι το αντίθετο. Για να επικαλεστείτε τις ευλογίες της γενεαλογίας πρέπει να είστε ενεργοί. Τα πάντα γίνονται από εσάς. Ο δάσκαλος είναι απλά μία συνθήκη, ένας καθρέφτης που επιλέξατε να έχετε στο δωμάτιο σας. Το γνωρίζετε ότι ο καθρέφτης δεν εμφανίστηκε μυστηριωδώς εκεί. Τον επιλέξατε και τον τοποθετήσατε με προσπάθεια.

Οι διδασκαλίες των γενεαλογιών επίσης δεν είναι ο δημιουργός της φώτισης σας. Είναι απλά ακόμη μία συνθήκη. Είναι ισχυρά και εμβριθή εργαλεία που πρέπει να χρησιμοποιήσετε. Οι διδασκαλίες είναι σαν οδηγίες για να πάτε εκεί που θέλετε. Για παράδειγμα, αν είστε μέσα σε ένα κτίριο και θέλετε να φύγετε αλλά δεν ξέρετε που είναι οι έξοδοι, ρωτάτε. Εάν είστε τυχεροί, κάποιος θα μπορεί να σας πει ποιοι τρόποι υπάρχουν για να βγείτε. Ο ένας τρόπος μπορεί να είναι εύκολο να τον βρεις αλλά πιο περίπλοκος στο να τον ακολουθήσεις. Οι οδηγίες που σας δίνουν είναι: Πρώτα ανεβείτε στη σοφίτα που είναι λίγο σκοτεινή, αλλά θα βρείτε ένα άνοιγμα στον τοίχο, περνάτε μέσα από το άνοιγμα και

κατεβαίνετε κάτι σκάλες που σας οδηγούν στο ισόγειο, και μετά συνεχίζετε ευθεία προς το πίσω μέρος του δωματίου, όπου θα βρείτε κάτι άλλες σκάλες που αν τις ανεβείτε θα πάτε στο δεύτερο όροφο, και εκεί θα βρείτε την έξοδο. Αυτός είναι ένας τρόπος, ο τρόπος της Χιναγιάνα. Θα πάρει λίγο καιρό, αλλά οι οδηγίες είναι πολύ συγκεκριμένες και θα βρείτε την έξοδο οπωσδήποτε.

Οι οδηγίες της Μαχαγιάνα είναι λίγο πιο ξεκάθαρες. Υπάρχει και ένας άλλος τρόπος: Θα βγείτε από αυτή την πόρτα και θα συναντήσετε μία άλλη πόρτα, θα την περάσετε και θα βρείτε άλλη μία, που αφού την περάσετε θα βγείτε στο πάρκινγκ, όπου μάλλον είναι το αυτοκίνητο σας.

Οι οδηγίες της Βατζραγιάνα λένε ότι εξοδοί υπάρχουν εδώ, εκεί και παντού. Οι οδηγίες είναι οι εξής: Υπάρχει εδώ ένα παράθυρο από το οποίο μπορείτε να πηδήσετε και θα βρεθείτε έξω αμέσως. Υπάρχουν επίσης παράθυρα εκεί ή αν προτιμάτε υπάρχει και μία πλαϊνή πόρτα – στην πραγματικότητα υπάρχουν πολλές εξοδοί εδώ. Δεν χρειάζεται να ψάξετε αλλού. Μπορείτε να διαλέξετε την έξοδο της αρεσκείας σας ανάλογα με το πόσο γρήγορα θέλετε να βγείτε έξω.

Αυτές οι οδηγίες μοιάζουν με τις διδασκαλίες της γενεαλογίας. Τι μπορούν να κάνουν; Όχι και πολλά πράγματα από μόνες τους. Τις ακούμε συνέχεια – τη μία μετά την άλλη. Ακόμη κι έτσι, ο μόνος τρόπος για να βγούμε από το κτίριο είναι να σηκωθούμε και να περπατήσουμε με τα δικά μας πόδια – όχι με τα πόδια του δασκάλου ή της γενεαλογίας. Δεν υπάρχουν ούτε «πόδια της γενεαλογίας», ούτε «πόδια του δασκάλου» με τα οποία μπορείτε να περπατήσετε. Πρέπει να έχετε τη θέληση να σταθείτε στα πόδια σας και να περπατήσετε. Όταν μπορέσουμε να το κάνουμε αυτό, τότε αρχίζουμε να βρίσκουμε την έξοδο από τη σαμσάρα προς την ελευθερία. Αρχίζουμε να βρίσκουμε το μονοπάτι προς τη φώτιση.

Από αυτά τα παραδείγματα, μπορείτε να δείτε ότι οι διδασκαλίες έχουν ένα σημαντικό ρόλο, αλλά όχι πιο σημαντικό από το δικό σας. Τον πιο σημαντικό ρόλο στο μονοπάτι τον έχετε εσείς. Εσείς δράτε σύμφωνα με τις διδασκαλίες. Σας δίνουν όλες τις πληροφορίες προκειμένου να βγείτε έξω, ποια διαδρομή είναι πιο ασφαλής, ποια είναι λίγο επικίνδυνη, ποια είναι η πιο γρήγορη αλλά και πιο επικίνδυνη. Παρ' όλα αυτά, εάν δεν αναλάβετε δράση, τότε σε μερικούς αιώνες από τώρα θα περιπλανιέστε ακόμη στο ίδιο κτίριο.

Έχουμε απόλυτη επιλογή, πλήρη δυνατότητα να επιλέξουμε την πορεία του προσωπικού μας ταξιδιού. Αυτή είναι η Βουδιστική θεώρηση. Ακόμη και σύμφωνα με το Μαχαμούντρα και το Τζόγκτσεν, είστε

το επίκεντρο του μονοπατιού και η φώτιση σας εξαρτάται από την προσωπική σας προσπάθεια. Δεν εξαρτάται από οποιονδήποτε και οτιδήποτε έξω από εσάς.

Χρησιμοποιώντας το Νου για την Ανακάλυψη της Αληθινής Φύσης του Νου

Η βασική φύση του νου μας και η βασική φύση όλων των φαινομένων που αντιλαμβανόμαστε ως εξωτερικά προς το νου μας, είναι η φωτεινή κενότητα. Με άλλα λόγια, όλες οι μορφές, ήχοι κλπ. όπως και οι σκέψεις και τα αισθήματα μας, εμφανίζονται αλλά είναι κενά, είναι κενά αλλά εμφανίζονται. Υπάρχουν διαφορετικές προσεγγίσεις για την ανακάλυψη αυτής της φύσης του νου, η οποία είναι μέσα/μαζί μας συνεχώς.

Σύμφωνα με το Μαχαμούντρα και το Τζόγκτσεν, πρέπει να εξετάσουμε απευθείας τις εμφανίσεις των σκέψεων και των συναισθημάτων και διαπιστώσουμε την κενότητα τους. Είναι εύκολο να δούμε τη φύση της εμφάνισης-κενότητας, γιατί τέτοιου είδους νοητικές δομές είναι εφήμερες και επουσιώδεις. Από τη στιγμή που αυτό έχει ειπωθεί με σιγουριά, κοιτάμε τις εξωτερικές εμφανίσεις. Από τη στιγμή που έχουμε διεισδύσει στη φύση των σκέψεων και των συναισθημάτων, το να διακρίνουμε την αληθινή φύση του εξωτερικού κόσμου – τα εξωτερικά αντικείμενα που εμφανίζονται στις συνειδήσεις της αίσθησης – γίνεται πολύ πιο εύκολο. Βλέπουμε ότι είναι εξίσου κενά.

Στη γενική προσέγγιση Χιναγιάνα-Μαχαγιάνα ή Σουτραγιάνα, η σειρά αυτή αντιστρέφεται. Αρχικά εστιάζουμε την ανάλυση μας εξωτερικά και ρωτάμε: Πως είναι κενή η μορφή; Πως είναι κενός ο ήχος; Πως είναι κενή η μυρωδιά; κ.ο.κ. Μέσα από τη συλλογιστική διαδικασία της Μαχαγιάνα ανακαλύπτουμε ότι η αληθινή φύση όλων αυτών των μορφών είναι η κενότητα. Από τη στιγμή που ανακαλύπτουμε ότι η φύση όλων των αντικειμένων που αντιλαμβανόμαστε είναι κενή, τότε καταλήγουμε ότι η φύση του υποκειμένου που αντιλαμβάνεται είναι επίσης κενή εκ φύσεως. Το υποκείμενο και το αντικείμενο υπόκεινται μόνο σε εξάρτηση το ένα από το άλλο. Έτσι, η προσέγγιση της Μαχαγιάνα ξεκινάει αναλύοντας εξωτερικά φαινόμενα, τον εξωτερικό κόσμο, ενώ το Μαχαμούντρα και το Τζόγκτσεν ξεκινούν αναλύοντας το νου μας. Αυτή είναι η διαφορά τού πως ή που ξεκινάει η κάθε μέθοδος.

Σύμφωνα με το Μαχαμούντρα και το Τζόγκτσεν, είναι πιο εύκολο και πιο απλό να αναλύσετε πρώτα το νου σας. Ο δικός σας νους είναι ξεκάθαρος. Γνωρίζετε τις σκέψεις και τα αισθήματα σας πολύ καλά και τα βιώνετε άμεσα. Δεν κρύβονται από εσάς. Δεν είναι κάτι το οποίο πρέπει να ανακαλύψετε μέσω

της ανάλυσης. Τα αισθήματα σας, οι σκέψεις σας βρίσκονται μπροστά σας. Οπότε, όταν τα κοιτάτε η εξέταση σας είναι βιωματική. Δεν είναι απλά θεωρητική ανάλυση, όπως όταν αναλύετε μία εξωτερική μορφή – μία μικρή πέτρα ή μία οροσειρά. Όταν αναλύετε μία σκέψη ή μία νοητική διαδικασία, πρόκειται για άμεση εμπειρία. Συχνά, το πρόβλημα μας δεν έγκειται στο ότι βλέπουμε. Έγκειται στο ότι βλέπουμε πάρα πολύ – οι χονδροειδείς σκέψεις και συναισθήματα μάς αποκαλύπτονται ξαφνικά.

Όταν αναλύουμε μία μορφή ή έναν ήχο, ή ασχολούμαστε με τη μεταφυσική των σπόρων και των βλαστών, δεν έχουμε τέτοιο πρόβλημα. Είναι μία διανοητική, ακαδημαϊκή άσκηση. Μέσα από αυτή τη διαδικασία, καταλήγουμε στο να «ξέρουμε», αλλά το να ξέρουμε δεν είναι άμεση γνώση. Άρα, σύμφωνα με το Μαχαμούντρα και το Τζόγκτσεν, η προσέγγιση αυτή θεωρείται έμμεση ανάλυση. Δεν πρόκειται για άμεση εμπειρία. Γι αυτό το λόγο, τα στάδια του μονοπατιού της Χιναγιάνα και της Μαχαγιάνα ονομάζονται τα «οχήματα του αιτιατού». Μας κάνουν να αποκτούμε ή μας οδηγούν στην άμεση εμπειρία αργότερα. Οι μέθοδοι των οχημάτων του αιτιατού μας οδηγούν σε αυτή την εμπειρία κάποια στιγμή, αλλά όχι τώρα.

Αυτός ο τρόπος ανάλυσης είναι παρόμοιος με τις μεθόδους της φυσικής ή άλλων επιστημών, όπου η έρευνα γίνεται σε περιβάλλον εργαστηρίου. Ο Βούδας παρέμεινε σε σαμάντι και ανέλυσε τα φαινόμενα που εμφανίστηκαν στο νου του, εξετάζοντας τα με διαπεραστική διορατικότητα. Οι επιστήμονες μπαίνουν στη δικιά τους κατάσταση συγκέντρωσης και αναλύουν τα φαινόμενα του εξωτερικού κόσμου χρησιμοποιώντας τεχνολογικά μέσα και εργαλεία. Έχουν καταφέρει να στείλουν τα εργαλεία τους στον Άρη.

Όταν ο σκοπός της ανάλυσης είναι η εξεύρεση της απόλυτης φύσης του αντικειμένου υπό εξέταση, και οι δύο μέθοδοι φθάνουν σε αντίστοιχα συμπεράσματα. Κανένα δεν βρίσκει κάποια συγκεκριμένη, πραγματική ύπαρξη. Οι σύγχρονοι φυσικοί δεν βρίσκουν κάποια πραγματική ή ουσιαστική ύπαρξη των ατόμων, και εναλλακτικές μορφές ενέργειας όπως οι χορδές και τα κουωρκ, μπορούν να υποστηριχθούν μόνο θεωρητικά. Ο Βούδας αποκαλεί αυτή τη κατάσταση κενότητα ή *σουνιάτα*. Οπότε, η σύγχρονη επιστημονική προσέγγιση είναι αρκετά παρεμφερής με την προσέγγιση της Σουτραγιάνα.

Το Μαχαμούντρα και το Τζόγκτσεν χρησιμοποιούν την προσέγγιση της άμεσης ανάλυσης, που είναι γνωστή ως ο «αναλυτικός διαλογισμός του απλού διαλογιστή» ή *κουσούλου*. Το απλός δεν έχει την έννοια της διανοητικής ανεπάρκειας, αλλά απλός με την έννοια του διανοητικής «απλότητας». Η προσέγγιση της Σουτραγιάνα στην ανάλυση είναι γνωστή ως ο «αναλυτικός διαλογισμός του λόγιου»

ή *παντίτα*, και είναι ξεκάθαρα θεωρητική ή ακαδημαϊκή ανάλυση. Αν και η ακαδημαϊκή προσέγγιση είναι απαραίτητη, εάν χρησιμοποιηθεί από μόνη της, δεν αποφέρει κατευθείαν την άμεση εμπειρία.

Η ανάλυση του απλού διαλογιστή, κατά την οποία αρχίζουμε να ψάχνουμε για τις άμεσες εμπειρίες του νου, είναι σαφής και αποφέρει άμεση εμπειρία. Χρησιμοποιώντας αυτή τη μέθοδο, όταν εξετάζετε προσεκτικά μία σκέψη ή ένα συναίσθημα, μπορείτε να δείτε τη φύση της αδιαχώριστης φωτεινότητας και κενότητας. Δεν θα βρείτε κάτι συμπαγές ή ουσιαστικά υπαρκτό. Ο λόγος που δεν βρίσκουμε κάτι συμπαγές είναι γιατί, στο απόλυτο επίπεδο της πραγματικότητας, δεν υφίσταται τίποτα με αυτόν τον τρόπο. Κατά συνέπεια, όταν το ψάχνουμε δεν το βρίσκουμε.

Η αληθινή κενότητα όμως, δεν είναι το να μη βρίσκουμε τίποτα. Εάν για παράδειγμα, ψάχνατε για να βρείτε εάν υπάρχει ένας ελέφαντας στο σπίτι σας – στο πατάρι, στο ισόγειο, την κουζίνα, το σαλόνι – και δεν βρίσκατε ελέφαντα, αυτό θα σήμαινε ότι οι ελέφαντες δεν υπάρχουν; Όχι. Υπάρχουν ελέφαντες σε ζωολογικούς κήπους και στη φύση.

Το να ψάχνουμε για κάτι και να μην το βρίσκουμε δεν είναι το είδος ανάλυσης που μας οδηγεί στην αληθινή εμπειρία της κενότητας. Προκειμένου να φτάσουμε στην αληθινή εμπειρία της κενότητας, η ανάλυση μας βασίζεται στο να κοιτάζουμε κάτι το οποίο μπορούμε να δούμε, που μας φαίνεται ότι υπάρχει, είτε είναι ένα εξωτερικό ή ένα εσωτερικό αντικείμενο. Όταν αναλύουμε αυτό το αντικείμενο, έναν ελέφαντα για παράδειγμα, το κοιτάζουμε προκειμένου να ανακαλύψουμε την αληθινή του φύση, τη θεμελιώδη του πραγματικότητα. Ψάχνουμε για αυτή τη φύση αναλύοντας διεξοδικά την ύπαρξη του ελέφαντα και κάθε μέρους του – αυτιά, προβοσκίδα, μάτια, μεγάλο σώμα, πόδια και ουρά – μέχρι να την εξαντλήσουμε. Σε αυτό το σημείο, φτάνουμε στο συμπέρασμα ότι δεν μπορούμε να βρούμε την αληθινή ύπαρξη αυτού του όντος, το οποίο όμως έχει μία συμπαγή εμφάνιση. Παρ' όλα αυτά, μπορούμε να δούμε, να μυρίσουμε, να ακούσουμε και να αγγίξουμε αυτόν τον κενό, αν και εμφανιζόμενο ελέφαντα. Αυτή είναι η μέθοδος της ανάλυσης που οδηγεί στην εμπειρία της κενότητας.

Αντίστοιχα, όταν κοιτάζουμε απ' ευθείας μία σκέψη ή ένα συναίσθημα, είναι δύσκολο να βρούμε οτιδήποτε στέρεο, συμπαγές. Μπορεί να βιώνουμε έντονο θυμό, αλλά αν εξετάσουμε αυτά τα έντονα συναισθήματα επιθετικότητας, δεν μπορούμε να τα εντοπίσουμε με ακρίβεια. Δεν μπορούμε να τα προσδιορίσουμε. Μπορεί ακόμη και να μην είμαστε σίγουροι γιατί είμαστε θυμωμένοι. Τη μία στιγμή μπορούμε μετά βίας να μιλήσουμε ή να αναπνεύσουμε γιατί είμαστε εξαγριωμένοι. Την επόμενη

στιγμή, η οργή έχει φύγει χωρίς να αφήσει ίχνη. Ακόμη και αν θα θέλαμε να διατηρήσουμε το θυμό μας, να συνεχίσουμε να βασανίζουμε τον αντίπαλο ή τον εχθρό μας, είναι πολύ αργά. Ο κενός - εμφανιζόμενος θυμός έχει εξαφανιστεί. Στην πραγματικότητα δεν υπήρξε ποτέ.

Κοινός νους

Το πραγματικό νόημα όλων των προσπαθειών στο πνευματικό μονοπάτι, είτε μελετάμε, διαλογιζόμαστε ή ασχολούμαστε με κοινωνικές δραστηριότητες, είναι να επιστρέψουμε στην πραγματική κατάσταση του νου μας, στην εγγενή κατάσταση αφύπνισης, η οποία είναι πολύ απλή και απόλυτα συνηθισμένη. Αυτός είναι ο στόχος και των τριών οχημάτων ή γιάνα του Βουδιστικού μονοπατιού.

Η σχολή της Χιναγιάνα αποκαλεί αυτήν την κατάσταση 'απουσία εγώ', 'απουσία εαυτού' ή κενότητα. Η σχολή της Μαχαγιάνα την αποκαλεί μεγάλη κενότητα ή *σουνιάτα*, ελευθερία από όλες τις επεξεργασίες, όλες τις εννοιολογίες. Είναι επίσης γνωστή ως η κενότητα που είναι προικισμένη με την ουσία της συμπόνιας ή *μποντιτσιτά*, την ένωση της κενότητας με τις αρετές της συμπόνιας και της καλοσύνης που πηγάζουν από την αγάπη. Επιπλέον, είναι γνωστή ως βουδική φύση ή *ταταγκαταγκάρμπα*, η ουσία όλων των Βούδα, «αυτών που έχουν περάσει». Στη Βατζραγιάνα,² ονομάζεται η βάτζρα-φύση ή μερικές φορές ο βάτζρα-νους ή καρδιά, που αναφέρεται στην άφθαρτη ποιότητα της επίγνωσης. Στο Μαχαμούντρα ονομάζεται κοινός νους ή *τάμαλ γκνί σέπα* και στο Τζόγκτσεν ονομάζεται γυμνή επίγνωση ή *ρίγκπα*. Οι έννοιες όλων αυτών των όρων δείχνουν προς την ποιό θεμελιώδη πραγματικότητα του νου μας και των φαινομένων, την φωτεινή κενότητα. Με άλλα λόγια, όλες οι μορφές, ήχοι κλπ., όπως και όλες οι σκέψεις και τα συναισθήματα εμφανίζονται αν και είναι κενά, είναι κενά αν και εμφανίζονται. Αν και διδάσκονται πολλές διαφορετικές μέθοδοι για να φτάσει κανείς σε αυτή τη βασική κατάσταση του νου πολλές από αυτές τις μεθόδους μπορεί να μοιάζουν ακριβώς το αντίθετο. Υπό μία έννοια είναι



² Όταν κοιτάζουμε το Βουδιστικό μονοπάτι από την οπτική γωνία των τριών οχημάτων ή γιάνα, τη Χιναγιάνα, τη Μαχαγιάνα και τη Βατζραγιάνα, τότε οι γενεαλογίες του Μαχαμούντρα και του Τζόγκτσεν γενικά κατηγοριοποιούνται με τη Βατζραγιάνα. Επίσης, η Βατζραγιάνα μπορεί να θεωρηθεί ως μία πτυχή του Μαχαμούντρα γνωστή ως Μάντρα ή Τάντρα Μαχαμούντρα. Υπάρχουν διάφορα συστήματα κατηγοριοποίησης. Όποιο και αν χρησιμοποιηθεί, η ουσία είναι ότι και τα τρία, Βατζραγιάνα, Μαχαμούντρα και Τζόγκτσεν είναι «οχήματα του αποτελέσματος», εξαιρετικά αποτελεσματικές και ταχείες μέθοδοι για την πραγμάτωση της φύσης του νου.

ασυνήθιστες και όχι συνηθισμένες. Αφύσικες και όχι φυσικές. Περίπλοκες και όχι απλές. Το μονοπάτι της Χιναγιάννα για παράδειγμα, είναι γνωστό για τις λεπτομερείς οδηγίες του σε σχέση με την άσκηση και τη συμπεριφορά μετά από αυτήν. Για τους μοναχούς, υπάρχουν τα έθιμα του να ξυρίζουν το κεφάλι τους και να φοράνε όμορφα ράσα, τα οποία είναι τελετουργικά που έχουν στόχο την πραγμάτωση της απουσίας του εαυτού. Με τον ίδιο τρόπο, οι ασκούμενοι στο σύστημα της Μαχαγιάννα προκειμένου να πραγματώσουν την μεγάλη κενότητα, δεσμεύονται στην άσκηση των παραμίτα, των 6 υπερβατικών δραστηριοτήτων: γενναιοδωρία, πειθαρχία, υπομονή, επιμέλεια (ή ζήλος), συγκέντρωση (ή διαλογισμός) και διακρίνουσα γνώση (ή πράζνα). Στη Βατζραγιάννα υπάρχουν πολλές περίπλοκες πρακτικές, όπως ο οραματισμός θεοτήτων και μάνταλα, τα οποία οδηγούν στην πραγμάτωση του βάτζρα-νου.

Οπότε, με όλες αυτές τις ασκήσεις, ερχόμαστε καθόλου πιο κοντά στη φυσική μας κατάσταση; Εφόσον είναι φυσικό να μακραίνουν τα μαλλιά μας, η πρακτική της Χιναγιάννα να ξυρίζουμε το κεφάλι μιάς φαίνεται αφύσικη. Επίσης, δεν είναι σύμφωνη με τα έθιμα της κοινωνίας. Στη Μαχαγιάννα, υπάρχουν πολλές υπερβολικά διανοητικές και μερικές φορές 'ενάντια στη διαίσθηση' μέθοδοι για τον εξαγνισμό αρνητικών νοητικών καταστάσεων, όπως το να εισπνέουμε τις μολύνσεις του νου των άλλων.³ Στη Βατζραγιάννα, σε αντίθεση με την πρακτική της Χιναγιάννα του να ξυρίζουμε το κεφάλι μας, δεν οραματιζόμαστε μόνο επιπλέον μαλλιά, αλλά και επιπλέον κεφάλια, επιπλέον χέρια και επιπλέον πόδια. Γιατί το κάνουμε αυτό, εφόσον τέτοιες μέθοδοι μας απομακρύνουν όλο και περισσότερο από τη συνηθισμένη, φυσιολογική και απλή κατάσταση του νου; Πρέπει να υπάρχει κάποια λογική εξήγηση! Η απάντηση απλά είναι ότι για να φτάσουμε στο επίπεδο του κοινού νου, για να φτάσουμε πραγματικά στη βασική κατάσταση απλότητας, πρέπει να αποκόψουμε το από συνήθεια δυαδικό μοτίβο του να χαρακτηρίζουμε κάποια πράγματα φυσιολογικά και κάποια μη φυσιολογικά. Εάν έχουμε εμμονή με το φυσιολογικό, με τις συνηθισμένες συμβατικότητες, τότε πρέπει να κόψουμε πέρα για πέρα αυτή την εμμονή, για να βιώσουμε το νου μας όπως πραγματικά είναι.

Συνεπώς, προκειμένου να διαλύσουμε και να υπερβούμε αυτές τις συμπαγείς, δυαδικές έννοιες, δημιουργούμε «αφύσικες» καταστάσεις με τις οποίες ασκούμε στο μονοπάτι. Στην άσκηση γιόγκα της θεότητας στη Βατζραγιάννα, μπορεί να οραματίζεστε τον εαυτό σας με τη μορφή ενός φωτισμένου

³ Αναφέρεται στην άσκηση του τόνγκλεν ή του 'δίνω και παίρνω', κατά την οποία δίνουμε όλη την ευτυχία και την ευεξία μας στους άλλους και σε αντάλλαγμα, παίρνουμε νοητά όλο τον πόνο και τη δυστυχία τους. Κατά τη διαδικασία αυτή, ξεπερνάμε τον εγωισμό και την προσκόλληση στο εγώ μας, τα οποία είναι η πηγή της δικιάς μας δυστυχίας και επισκιάζουν τη δικιά μας φώτιση.

όντος με πολλά κεφάλια, χέρια και πόδια, όταν ξαφνικά συνειδητοποιείτε ότι δεν έχετε την παραμικρή ιδέα του ποιο είσαστε – που είναι μία υπέροχη εμπειρία. Συνήθως έχουμε πάρα πολλές προκαταλήψεις σχετικά με το ποιο είμαστε, και τον κόσμο «εκεί έξω». Είμαστε τόσο απασχολημένοι με την διαδικασία των χαρακτηρισμών, που δεν βλέπουμε πέρα από αυτούς – στη μη διανοητική πραγματικότητα, που είναι η βάση τους.

Όταν δουλεύουμε με βαθιές και επιδέξιες μεθόδους, όπως αυτές της Βατζραγιάννα, κόβουμε πέρα για πέρα την ίδια τη ρίζα των δυαδικών εννοιών μας. Συνεπώς, υπό μία έννοια, μπορούμε να πούμε ότι με αυτές τις μεθόδους στηριζόμαστε σε έννοιες προκειμένου να πάμε πέρα από τις έννοιες, σε σκέψεις για να πάμε πέρα από τις σκέψεις. Ένα καλό παράδειγμα είναι ένα πουλί που ετοιμάζεται να αφήσει το έδαφος. Όταν ένα πουλί θέλει να πετάξει, πρέπει είτε να τρέξει λίγο πρώτα ή να σπρώξει το έδαφος ώστε να κάνει άλμα προς τα πάνω. Πρέπει να βασιστεί στη γη για να πάει πέρα από τη γη – να κάνει άλμα προς τον ουρανό. Με τον ίδιο τρόπο, στην αρχή, πρέπει να βασιστούμε σε δυαδικές έννοιες για να κάνουμε άλμα στο διάστημα της μη-διανοητικότητας, της μη-δυαδικότητας.

Αυτό κάνουν για εμάς όλες αυτές οι διδασκαλίες. Μέσα από λέξεις και έννοιες, μας δείχνουν τη φύση των φαινομένων που είναι η κενότητα πέρα από λέξεις και έννοιες. Εάν ο Βούδας, όταν συνειδητοποίησε την πραγματική φύση του νου και του κόσμου, δεν είχε μιλήσει ποτέ για αυτή, δεν είχε μεταδώσει τη σοφία του σε εμάς μέσα από λέξεις, δεν θα μπορούσαμε να μπούμε σε αυτό το βαθυστόχαστο μονοπάτι.

Όταν, εντούτοις, ερχόμαστε στο μονοπάτι του Μαχαμούντρα και του Τζόγκτσεν, οι δάσκαλοι αυτών των παραδόσεων διδάσκουν τον κοινό νου ή γυμνή επίγνωση με την ύψιστη απλότητα. Ένας τέτοιος δάσκαλος μπορεί να πει στο μαθητή «Κοίτα, ένα λουλούδι. Το βλέπεις;». Ο μαθητής θα πει «Ναι, το βλέπω το λουλούδι». Ο δάσκαλος θα πει «Βλέπεις τι όμορφη λιακάδα έχει σήμερα;». Ο μαθητής θα πει «Ναι, βλέπω την όμορφη λιακάδα». Τότε ο δάσκαλος θα πει «Αυτό είναι».

Αυτή είναι η υψηλότερη διδασκαλία του Μαχαμούντρα και του Τζόγκτσεν. Η υψηλότερη διδασκαλία είναι τόσο απλή, χωρίς πολυπλοκότητες. Όταν σπούδαζα στη Σέντρα, το μοναστικό κολέγιο, έφτασα σε ένα σημείο όπου ένιωθα ότι οι έννοιες πολλαπλασιαζόντουσαν πολύ γρήγορα στο μυαλό μου. Κάθε μέρα, καθώς απομνημονεύαμε κείμενα και συζητούσαμε δημόσια για φιλοσοφικές απόψεις, οι νοητικές κατασκευές έμοιαζαν να επεκτείνονται – σε σημείο που ένιωσα ότι έπρεπε να μιλήσω με το

δάσκαλο μου. Έτσι πήγα στον Κένπο Ρίνποτσε.⁴ Του είπα ότι είχα δει στις διδασκαλίες ότι μέσα από την άσκηση και τη μελέτη, οι έννοιες/ιδέες θα εξασθενίσουν και θα διαλυθούν σταδιακά – μέχρις ότου είμαστε ελεύθεροι από αυτές. Παρ’ όλα αυτά, εγώ βίωνα την ακριβώς αντίθετη εμπειρία! Όσο πιο πολύ μελετούσα, τόσο πιο πολλές έννοιες ανέπτυσσα. Όταν το είπα στο δάσκαλο μου, αυτός είπε «Ναι, μπορεί να το βιώνεις έτσι, αλλά στην πραγματικότητα οι έννοιες γίνονται πιο λεπτοφυείς».

Πως μπορούμε να το κατανοήσουμε αυτό; Όταν κοιτάμε μία κούπα για παράδειγμα, συνήθως βλέπουμε το συνολικό σχήμα και χρώμα της κούπας. Αν όμως την εξετάσουμε με ένα μικροσκόπιο, θα δούμε όλο το φάσμα των χρωμάτων και την υφή της, πέρα από οτιδήποτε βλέπαμε έως τώρα – θα δούμε ακόμη και τα βακτήρια που ζουν πάνω στην κούπα. Κατά τον ίδιο τρόπο, όταν εξετάζουμε τις σκέψεις και τις νοητικές κατασκευές μας με το μικροσκόπιο της διακρίνουσας επίγνωσης, τις βλέπουμε σε ένα πολύ πιο λεπτοφύες επίπεδο. Άρα τις βλέπουμε με μεγαλύτερη λεπτομέρεια. Αντί να απομακρυνόμαστε από την πραγματικότητα, η πιο εκλεπτυσμένη εννοιολογική κατανόησή μας μας φέρνει πιο κοντά σε μία άμεση εμπειρία της πραγματικότητας. Μπορούμε να δούμε την εμφάνιση και την παύση των σκέψεων. Μπορούμε να δούμε πως εκρήγνυνται σε συναισθήματα, χρωματίζοντας τον νου μας με την ενέργεια του πάθους, του θυμού και της ζήλιας.

Σε αυτό το στάδιο μπορεί να σκεφτούμε «Δεν υπάρχει ελπίδα. Δεν θα μπορέσω ποτέ να ηρεμήσω τις αδιάκοπες, εξαναγκαστικές κινήσεις του νου». Σύμφωνα όμως με το Μαχαμούντρα και το Τζόγκτσεν, το ότι βλέπουμε τις δραστηριότητες του νου τόσο ξεκάθαρα είναι ένα δείγμα επιτυχίας στο διαλογισμό, όχι αποτυχίας. Συνήθως δεν βλέπουμε την συνεχή εμφάνιση των σκέψεων ή το πως αλλάζουν από στιγμή σε στιγμή. Δεν βλέπουμε το πως τις ακολουθούμε ή δεν παρατηρούμε τη στιγμή που η επίγνωσή μας ξεγλιστράει –και χανόμαστε τελείως. Κατά συνέπεια, όταν αναγνωρίζουμε τα πρότυπα των σκέψεων μας είναι μία σημαντική στιγμή -μια στιγμή που θα μας οδηγήσει στο να βιώσουμε άμεσα τον κοινό νου.

Συνήθως, πιστεύουμε ότι οι αντιλήψεις, οι σκέψεις και τα συναισθήματα μας παραείναι κοινά για να σημαίνουν κάτι σημαντικό. Κοιτάζοντας απλά ένα λουλούδι ή την λιακάδα μια όμορφη μέρα είναι κάτι το πολύ απλό για να είναι βαθυστόχαστο. Σαν διαλογιστές, θέλουμε ότι είναι βαθυστόχαστο και παραβλέπουμε τις κοινές εμπειρίες μας. Ψάχνουμε για κάτι εξαιρετικό. Κάτι μεγάλο. Θέλουμε την

⁴ Κένπο Τσούλτριμ Γκυάμτσο Ρίνποτσε, επικεφαλής δάσκαλος στο Ινστιτούτο Κάρμα Σρι Ναλάντα, στο μοναστήρι του Ρούμτεκ στο Σικκίμ, κατά τα φοιτητικά χρόνια του Πόνλοπ Ρίνποτσε. Η Σέντρα είναι ένα θετές πρόγραμμα εντατικών σπουδών.

«μάχα» ή «μεγάλη» θρησκευτική εμπειρία, που ξέρουμε ότι είναι κάπου εκεί έξω, σε ένα μυστηριώδες μέρος που λέγεται «ιερός κόσμος». Οποτε προσπαθούμε να κοιτάξουμε προς τα έξω όμως, αυτή είναι η στιγμή που απομακρυνόμαστε από τη φωτισμένη φύση μας. Αρχίζουμε να απομακρυνόμαστε από τη φυσική κατάσταση του νου μας – τη βασική κατάσταση του Μαχαμούντρα και του Τζόγκτσεν.

«Κοιτάζοντας προς τα έξω» δεν σημαίνει ότι κυριολεκτικά φεύγουμε από το σπίτι μας και ψάχνουμε στην αυλή του γείτονα, ή ότι μαζεύουμε τα πράγματα μας και παίρνουμε το λεωφορείο για την επόμενη πόλη ή ξυρίζουμε το κεφάλι μας και μπαίνουμε σε ένα μοναστήρι. Κοιτάζοντας προς τα έξω σημαίνει το να κοιτάζουμε έξω από οποιαδήποτε εμπειρία βιώνουμε αυτή τη στιγμή.

Σκεφτείτε το από την άποψη της δικιάς σας εμπειρίας. Τι κάνετε όταν μία επιθετική σκέψη εμφανίζεται ξαφνικά; Μπορεί να προσπαθήσετε να σταματήσετε αυτή τη σκέψη, να εκτρέψετε την ενέργεια της δικαιολογώντας την ή ακόμη και να τη διορθώσετε – να την αλλάξετε από «αρνητική» σκέψη σε «θετική». Όλα αυτά τα πράγματα τα κάνουμε επειδή νιώθουμε ότι αυτή η σκέψη, με τη μορφή που έχει, δεν είναι αρκετά καλή σαν αντικείμενο διαλογισμού. Θα διαλογιστούμε πάνω στην επόμενη αγνή σκέψη που θα έχουμε. Η ακόμη καλύτερα, θα αναπαυθούμε στο κενό μεταξύ των σκέψεων μας, το επόμενο κενό που θα αναγνωρίσουμε. Με αυτό τον τρόπο, χάνουμε συνέχεια τη στιγμή που είμαστε ζύπνιοι τώρα. Το πρόβλημα είναι ότι δεν θα προλάβουμε ποτέ την εγρήγορση της επόμενης στιγμής, της εγρήγορσης που θα έχουμε στο μέλλον. Εάν η επιθετικότητα είναι εδώ τώρα, τότε η επιθετικότητα είναι στο επίκεντρο, στην καθαυτού της φύση, ολοζώντανη, κενή και φωτεινή. Όπως θα έλεγε ο απλός δάσκαλος του Μαχαμούντρα και του Τζόγκτσεν, «Το βλέπεις; Αυτό είναι».

Μπορεί να προτιμάτε να διαλογίζεστε πάνω στο Βούδα, παρά στα συναισθήματα σας. Ο Βούδας είναι πάντα τέλεια χαλαρός και γαλήνιος. Οπότε αισθάνεστε πολύ άνετα. Όταν διαλογίζεστε πάνω στα συναισθήματα σας μπορεί να αρχίσετε να αισθάνεστε άβολα και ανήσυχοι. Μπορεί να νομίζετε ότι η ψυχική υγεία σας βρίσκεται σε κίνδυνο ή ότι το περιβάλλον του νου σας δεν είναι σε μία ιερή, ανυψωμένη ή πνευματική κατάσταση. Έως ένα βαθμό, στην αρχή της εκπαίδευσης μας βοηθάει το να διαλογιζόμαστε σε αγνά αντικείμενα όπως εικόνες του Βούδα, θεοτήτων ή μεγάλων δασκάλων. Εάν όμως αποκτήσετε εξάρτηση από το να βασίζεστε σε τέτοια αντικείμενα, τότε μπορεί να υπάρξουν αρνητικές επιπτώσεις. Όταν αισθάνεστε ότι δεν μπορείτε να επικαλεστείτε την εμπειρία της ιερότητας ή να συνδεθείτε με το βασικό φωτισμένο σας νου μέσα από τις καθημερινές σας εμπειρίες και αντιλήψεις σκέψεις και συναισθήματα, τότε έχετε αρχίσει να αναπτύσσετε ένα σοβαρό πρόβλημα. Τα συναισθήματα μας είναι τόσο γνώριμα, τόσο κοινότυπα, όσο και η λιακάδα και τα λουλούδια, και

αυτά είναι πολύ καλά νέα για την πραγμάτωση του κοινού νου. Έχουμε τόσες πολλές ευκαιρίες. Θα πρέπει να τις εκτιμούμε και να τις αξιοποιούμε.

Αυτό που ψάχνετε – η αληθινή φύση του νου – είναι μαζί σας εξ αρχής. Είναι μαζί σας τώρα, αυτή τη στιγμή. Οι διδασκαλίες λένε ότι εάν μπορούμε να διεισδύσουμε στη φύση της σκέψης του τώρα – ότι κι αν είναι αυτή – εάν μπορούμε να την κοιτάξουμε απ' ευθείας και να αναπαυθούμε στη φύση της, τότε μπορούμε να πραγματώσουμε τη σοφία του Βούδα: τον κοινό νου, τη γυμνή επίγνωση, τη φωτεινή κενότητα, την απόλυτη αλήθεια. Το μέλλον θα είναι πάντα άφταστο. Δεν θα συναντήσουμε ποτέ το Βούδα του μέλλοντος. Ο παρών Βούδας είναι πάντα προσιτός. Τον βλέπετε αυτόν το Βούδα; Που κοιτάτε;

Το «Τον βλέπετε αυτόν το Βούδα;» του Τζόγκτσεν Πόνλοπ Ρίνποτσε είναι προσαρμογή της σειράς διαλέξεων "Άγρια Αφύπνιση" που έγιναν στο Βανκούβερ και στο Τορόντο το Φεβρουάριο του 2004 © 2006 Τζόγκτσεν Πόνλοπ Ρίνποτσε