



Nadahnuća Dhammapade

Ađan Munindo

*Kao što je jezero duboko,
prozirno i neuznemireno,
tako i mudri kad reč Istine čuju,
stišani postaju.*

Dhammapada, 82

Štampanje ove Dhamma knjige
omogućeno je
velikodušnom donacijom.

*U znak sećanja na 60. rođendan
Anne Kofoed
Perth, Australia
30. decembar 2009.*

Ađan Munindo

NADAHNUĆA DHAMMAPADE

*52 strofe iz Dhammapade
sa komentarima*

*Prevod
Branislav Kovačević*



ZA BESPLATNU DISTRIBUCIJU

Sabbadanam dhammadanam jinati
„Dar Učenja nadmašuje sve druge darove.”
© Aruna Publications 2009

Srpsko izdanje:
Theravada budističko društvo “Srednji put”
Novi Sad
www.yu-budizam.com/srednjiput
budizam@yahoo.com

PREDGOVOR

Duga je tradicija u budističkim zemljama da nezaređeni dolaze u lokalni manastir na dan mladog i punog Meseca kako bi čuli govor o Učenju (*Dhammi*). Još sâm Buda je ohrabrivao svoje učenike da održavaju ovakvu dvonedeljnu praksu. Kada mi je predloženo da iskoristim internet kako bih u dane mladog i punog Meseca poslao poruke Dhamme, nisam baš bio siguran da je to dobra ideja, ali sam ipak rešio da je isprobam. Iako živimo u svetu u kojem Mesečeve mene više nemaju veliki značaj, one ipak mnogima pomažu da se podsete drevne tradicije čiji smo deo i mi sami.

U septembru 2007. počeli smo da šaljemo stihove *Dhammapade*, te drevne antologije Budinih citata, odabrane za knjižicu *Dhammapada for Contemplation* i ob-

javljene 2006. Svakog „Mesečevog dana” je po jedna strofa bila poslata, zajedno sa kratkim refleksijama o njoj. Ovaj program je do danas postao prilično popularan, a broj primalaca se širio zahvaljujući usmenim preporukama ili prosleđivanju mejlova. Tako mi se javljaju ljudi iz različitih delova sveta da bi izrazili zahvalnost što, u isto vreme dok su zaokupljeni svojim poslovima, primaju i ove svojevrstne podsetnike na “put starih”. Drugi kažu kako jedva čekaju dane novog i punog Meseca da otvore svoj mejl kada se uveče vrate sa posla. I te poruke se zatim kopiraju, prevode i dalje cirkulišu. Čak čujem da služe i kao osnova za diskusiju u nekim nedeljnim grupnim meditacijama.

Namera mi je bila da deleći svoja lična razmišljanja na ovaj način možda ohrabrim druge da i sami isprobaju svoju sposobnost kontemplacije. Postoji tendencija među onima koji praktikuju budizam na Zapadu, da pokušavaju da pronađu mir i razumevanje tako što će zaustaviti tok

misi. Iako nam upravo Buda kaže da tek uz pomoć *yoniso manasikara* ili mudrog promišljanja uviđamo pravu prirodu svog uma, a ne tako što će on prestati da razmišlja.

Zahvalnost dugujem mnogima koji su pomogli u pripremi ovog materijala. Što se tiče samih stihova *Dhammapade*, konsultovao sam nekoliko autoritativnih izdanja. Posebno sam koristio knjige Narada There (B.M.S. 1978), Ananda Maitreya There (Lotsawa 1988), Daw Mya Tina i urednikâ Burmese Pitaka Association (1987), kao i Ađan Thanissara. Komentarske priče koje su vezane za svaku od strofa pronalazio sam www.tipitaka.net.

Kako mi je velik broj ljudi rekao da bi ova razmišljanja bilo korisno objaviti i kao knjigu, obratio sam se za pomoć svom dobrom prijatelju Ronu Lumsdenu. Njegova velika urednička veština pomogla je da se tekst prilagodi širem auditorijumu.

Neka sve zasluge za sastavljanje ove knjižice budu po-

deljene sa svima koji su bili uključeni u njezino sponzorisanje i štampanje. Neka svi koji tragaju zaista i pronadu svoj put i na kraju dožive slobodu. Neka sva bića tragaju za svojim putem.

Bhikkhu Munindo

Aruna Ratanagiri budistički manastir
Northumberland, Velika Britanija,
u osami kišnog perioda (*vassa*), 2009.

UVOD

Sjaj Budine mudrosti obasjava i nas danas, osvetljavajući put koji nas vodi ka slobodi od patnje. Blistavost Dhamme odslikava se u rečima i delima onih koji slede Budino učenje. Milioni muškaraca i žena ugledali su odblesak tog svetla u sred našeg mračnog sveta. Vođeni Učiteljevim rečima, na kraju su prepoznali srdačnost i jasnoću kao istinsku prirodu tih reči.

Ova knjiga sadrži izbor od 52 strofe preuzete iz *Dhammapade*. Uz svaku od njih je i kratak zapis Ađan Muninda, theravada budističkog monaha i trenutno starešine manastira Aruna Ratanagiri na severu Engleske. Kompletna *Dhammapada* sadrži 432 strofe, od kojih je svaka besmrtni primer Budine blistave mudrosti. One su „prastari stihovi koji na čudesan način sadrže Budine reči dubokog značenja”, kako je to napisao Tomas Džons u pogovoru izdanja *Dhammapada for Contemplation* (2006),

knjige iz koje su ove strofe i preuzete.

Poruka koju nose kako originalni stihovi, tako i komentari Ađan Muninda, dolazi nam u obliku koji nije ni propovednički, ni dogmatski. Ovi stihovi su prevod sa jednog orijentalnog jezika koji je, po svojoj prirodi, indirektan. Sama njihova forma je neobična i zanimljiva, umnogome podsećajući na japanski haiku ili stihove iz *Ji đinga*. Može se reći da je njihov metod indukcija, jer u čitaocu „indukuju” nastanak razumevanja. Ponekad sled stihova u strofi izgleda poremećen. Stiće se utisak da bi njihov početak trebalo da stoji na kraju strofe, zato što primeri dolaze pre misli koja im leži u osnovi. Uzmimo na primer strofu 377: „Kao što jasmín odbaci svoje cvetove uvele, tako i vi svoju žudnju i mržnju odbacite.” Ovakav stil je mekši nego što smo možda navikli; ovde bivamo vođeni ka glavnoj misli „... tako i vi svoju žudnju i mržnju odbacite” na jedan blaži način. Zapadni jezici generalno koriste deduktivni način, gde se čitalac čvršće usmerava ka razumevanju. Ovo je lakše razumeti ako kod iste strofe

njezinu temu stavimo na početak: „Tako i vi svoju žudnju i mržnju odbacite, kao što jasmin odbaci svoje cvetove uvele.”

Stihovi *Dhammapade* imaju estetski i istovremeno jedan nenametljivo poučan kvalitet: „Oslobodi se prošlosti, oslobodi se budućnosti, oslobodi se sadašnjosti. Sa srcem koje se ni za šta ne hvata, stižeš na mesto koje je izvan patnje” (strofa 348). Tačka dolaska (mesto koje je izvan patnje) dolazi na kraju strofe. Ovakva induktivna struktura prirodno omogućuje čitaocu da promišlja o „dolasku”, napustivši sve drugo.

Ađan Munindovi komentari izloženi su u isto takvom, induktivnom obliku; oni pozivaju na učestvovanje. Duhovni vodiči raznih usmerenja nekad su skloni da više govore o mogućnosti putovanja, nego o tome da nam se pridruže na putu kojim idemo. Čitaoci ove knjige imaju priliku da vide kako to što smo deo zajedničkog traganja može prirodno podstaći novo razumevanje; ovaj proces otkriva nam jedan novi deo nas samih. Buda je jasno re-

kao da je isključivo na nama da uložimo napor: ”Ja samo pokazujem put”. *Nadahnuća Dhammapade* nam pomažu da načinimo taj napor. U svom predgovoru Ađan Munindo ukazuje na mudro promišljanje (*yoniso manasikara*) kao na primarni element tog duhovnog puta. Njegovim komentarima upravo je zasejano to seme refleksije. Na nama je da ga dalje negujemo i posmatramo kako raste.

Možda ćete odlučiti da ovu knjižicu držite kraj svog kućnog oltara, kako biste svake nedelje razmislili o novoj strofi ili se možda odlučite da je nosite sa sobom dok putujete. Kao neko ko je ove stihove proučavao unazad mnogo meseci, siguran sam da će vam predstavljati veliku inspiraciju. Oni su zaista nešto lepo; njihov blagi ton nas usmerava na jednostavan i praktičan način. Korak po korak približavamo se Dhammi: onome što ima moć da oplemeni svaki deo našeg života.

U ime svih onih koji su svake dve nedelje primali Dhammasakačča poruke, želeo bih da izrazim zahvalnost Ađan Munindu za vreme i energiju uloženu u pri-

premanje materijala za ovu publikaciju. Ono što je putem
mejla bilo dostupno za nekoliko stotina ljudi, sada je mo-
guće širiti dalje u obliku ove divne knjige.

Ron Lumsden

Little Oakley, Essex

2009

NADAHNUĆA
DHAMMAPADE

*Od nedela se okrenuvši,
neka dobro u sebi mudrac neguje,
sopstveni dom napustivši,
neka u osami sa malo užitaka boravi,
tu mudrac zadovoljenost traži, daleko od slasti čula,
bez ičeg svoga, baš tu mudrac neka um pročišćuje.*

strofe 87-88

Buda nam nudi slike koje ilustruju cilj, koje nas nadahnjuju i ohrabruju u naporu da napustimo ono što nas ometa i ograničava. Ali ako se suviše vežemo za te slike, možemo izgubiti iz vida onaj element puta koji nazivamo „ovde i sada”: umesto da zaista vežbamo, počnemo samo da maštamo o tome. Ako ne stavimo naglasak na cilj, tada nas na stranputicu mogu odvući objekti čula – prijatni i neprijatni. Ići ka istinskoj slobodi jeste teško, ali razmislimo samo koliko mnogo više patnje nam stiže ako uopšte ne vežbamo. Uz mudro promišljanje otkrivamo da jesmo u stanju da podnesemo tamu i vreme teškoća. I kada se svetlost vrati, cenimo je i otkrivamo način kako da istinu volimo još potpunije.

*Život svoj proživi u skladu sa Putem –
izbegavaj život površnosti.
Dobro proživljen život do zadovoljenosti vodi,
kako sada, tako i u budućnosti*

strofa 169

Sa srcem ispunjenim zadovoljenošću kao temeljem, u stanju smo da se okrenemo ciljevima koji su pred nama. Postoje okolnosti kada je neophodno da budemo hrabri ratnici što vojuju protiv sila obmane, kako bismo izbegli da naše srce i um padnu u njihovo ropstvo. U drugim prilikama treba da budemo poput roditelja, požrtvovani i spremni za dobrotu koja je već tu. Agilnost je velika duhovna vrednost. Prepoznajući lepotu svojstvenu zadovoljnom srcu, prirodno ćemo njime biti privučeni. Mi tragamo za zanimljivim samo zato što ne poznajemo zadovoljenost. Ispravna praksa oslobađa energiju koju je do tada trošila prisila. Ista ta energija može se manifestovati i kao vitalnost i entuzijizam.

*Baš kao što na gomili đubreta, kraj puta bačenog,
može izrasti lotos, prekrasnog mirisa i blistav,
isto tako među nezalicama, zaslepljenom svetinom,
učenik potpuno Probuđenoga zablista mudrošću svojom.*

strofe 58-59

Skloni smo da stvari koje nam se ne dopadaju kod nas samih i kod drugih vidimo kao prepreke sopstvenoj sreći. „Koliko srećniji, koliko ispunjeniji bih se osećao, koliko mirniji bih postao samo kad ne bih imao sva ta ograničenja!” Ali sve što doživljavamo može se preokrenuti i doprineti rastu ka onome što je, već samo po sebi, večno lepo. Sve nepravde, sav taj neželjeni, nerazumljivi багаž našeg života, sve sitnice kojima se odupiremo i odbacujemo, sve to čini močvaru odbačenog đubreta. Ali prekrasni lotosi imaju svoj koren i rastu upravo iz tog mulja.

*Mudrost je ta
koja omogućuje
napuštanje manje sreće
radi postizanja sreće
koja je mnogo veća.*

strofa 290

Filteri naših sviđanja i nesviđanja na tragičan način ograničavaju naše viđenje. Želimo da se oslobodimo svega što nas sputava, ali često sama volja je nedovoljna. Mudro promišljanje može da ojača tu volju – ono je njezin najbolji prijatelj. Volja i nije ta koja bi sve trebalo da učini sama. Ovi stihovi ohrabruju nas da razmislimo kako nas napuštanje vezanosti za manju sreću može dovesti do osvajanja veće sreće. Izgubljeni u svojim vezanostima, vidimo samo ono što ćemo verovatno izgubiti napuštanjem. Mudra misao znači da vidimo to što ćemo verovatno izgubiti, ali i ono što ćemo verovatno dobiti. Mudro promišljanje otvara i širi naše vidno polje i omogućuje da dostignemo cilj.

*Stara je to stvar, a ne od juče;
ljudi kude one koji govore mnogo,
čak i one koji govore malo
i druge koji uopšte ne zbore.
Nekuđenoga na ovom svetu nema.
Nije bilo, neće biti, niti sada ima takvoga
koga bi ljudi samo kudili ili samo hvalili.*

strofe 227-228

Šta god da uradimo u životu, šta god da kažemo (ili ne kažemo), ne možemo izbeći kritiku. I Budu su optuživali i kritikovali kao i svakog drugog. Očekivati samo pohvale i plašiti se pokude besmisleno je. Jedina kritika na koju treba da se obaziremo jeste ona koju nam upute mudri. Ako nas neko ko živi čisto kritikuje, u redu je saslušati ga. Ali ako nas bilo kakva kritika od bilo koga, povređuje, onda je neophodno da pogledamo dublje. Podsetimo se da kroz kritiku ljudi daju oduška bolu koji više nisu u stanju da zadrže u sebi; svoje rane pokazuju tako što nalaze greške u drugima. Uz svesnost i sposobnost da sebe do kraja prihvatimo, nismo skloni da okrivljujemo bilo koga; ni sebe, a ni druge.

*Ako naiđeš na mudroga saputnika,
čistih dela, čvrstog u vrlini,
prevladavši prepreke sve,
takvom se obradovan i sabran pridruži.*

strofa 328

Naš um, nalik vodi, uzima oblik posude u kojoj se nalazi. Učitelj nas podstiče da pazimo koga imamo kraj sebe. Govor o najvećoj zaštiti kaže: „Ne družiti se sa budalama, družiti se sa mudrima”. Dok primenjujemo svoju moć razlikovanja, moramo voditi računa i da ne pobrkamo predrasude i mudro razmatranje. Mudro razmatranje je vođeno saosećanjem i blagošću, zainteresovano da sva bića zaštiti od povređivanja.

*Oluja ne pomera planinsku stenu
kao što i onoga ko kontemplira svoje telo,
ko razvija poverenje i energičnost,
Mara pomeriti ne može.*

strofa 8

Mara je manifestacija neprobuđenosti, pokretačka sila poricanja. Mara je izbegavanje stvarnosti i izražava se kao prisila, intenzitet, ogorčenje. Na naš manastir u ruralnom Nortamberlendu ponekad jurišaju vetrovi čija snaga može biti zastrašujuća. Ali oni nisu ništa u poređenju sa pretnjama kakva su sile Mare. Ako želimo da se odupremo nasrtajima sopstvenih nepromišljenih navika, moramo svoju kontemplaciju dobro učvrstiti u svesnosti tela, u poverenju i u energičnosti. Sposobnost i spremnost da se vratimo, uvek iznova, na naše vežbanje zasnovano na telu, imajući na umu da živimo na način koji vodi do nesebičnog poverenja, to je ono što održava naš interes za otkrivanje istine. To ima moć da nas učini nepomerljivim.

*Bolje je sebe pobediti, no pobeđivati druge,
Jer onaj ko je sebe ukrotio, zauvek živi obuzdan.
Takvu pobedu nijedno drugo biće
u poraz pretvoriti ne može.*

strofe 104-105

Kada smo čvrsto ukorenjeni u središtu svog života, ništa nas ne može pomeriti ili stvoriti razloge za patnju. To je neustrašivost. Budino učenje ukazuje na ono što blokira neustrašivost: traženje rođeno iz navike, žudnja rođena iz obmane. Obasjavajući svetlom svesnosti upravo tu aktivnost žudnje – bez njezinog kritikovanja ili uplitanja na bilo koji drugi način – učimo da vidimo kako svaki i najmanji korak u ovladavanju sobom vodi ka trijumfu nesebičnosti.

*Nije utihnuli mudrac onaj ko čuti,
ako je pun zabluda i neizvežbana uma,
već onaj ko i korisno i štetno
tačno odmerava, kao da u ruci vagu drži.
Ko prozre oba sveta, unutrašnji i spoljašnji,
taj se utihnulim mudracem zove.*

strofe 268-269

Buda je govorio o zadovoljenosti i koristi koja dolazi od življenja na tihim i lepim mestima. Manje podražaja za čula može nam pomoći na putu ka slobodi od neznanja. Međutim, on time nije hteo da nam kaže kako treba da budemo protiv sveta čula. Ađan Ča često je govorio: „Ako nisi u stanju da vežbaš u gradu, tada nećeš moći da vežbaš ni u šumi.” Takođe bi dodao: „Ako nisu u stanju da vežbaš kad si bolestan, tada nisi u stanju da vežbaš ni kad si zdrav.” Drugim rečima, sve je naša praksa; uključujući i sâm osećaj da nismo u stanju da vežbamo sa „tim”. To je mudrost koja prepoznaje istinu.

*Ko je nekada nepažljiv bio,
a sad više nije,
osvetjava ovaj svet,
kao Mesec kad iza oblaka izroni.*

strofa 172

Na dan punog Meseca, u mesecu asalha po starom indijskom kalendaru, pre više od dve i po hiljade godina, Buda je objavio Četiri plemenite istine. Srca onih koji su čuli to učenje bila su ispunjena radošću savršenog razumevanja, tako hladnog i blistavog poput Meseca koji izranja iza oblaka. Mi pretpostavljamo da su ovaj svet i naša patnja stvarniji nego što oni zaista jesu. Ali ako pažnju okrenemo ka pravim uzrocima patnje – ka žudnji ukorenjenoj u neznanju – tada Četiri plemenite istine generišu svetlost što razgoni oblake obmane i rastvara ovaj svet patnje. Naše kontemplacije bude nas iz nepromišljenosti i tako, iz trenutka u trenutak, doprinosimo okretanju ovog Točka Dhamme.

*Nek se niko ne družī sa lošima,
neka se ne družī sa propalicama.
Samo sa pravim prijateljima drugujte,
onima koji uvid podstiču.*

strofa 78

Kako gledamo na naša prijateljstva i kako naši prijatelji gledaju na nas? Želimo da zaštitimo i gajimo istinsko prijateljstvo sa onima koji potpomažu našu težnju ka življenju u istini. Istinski cenimo takve saputnike; ne čekamo da upadnemo u nevolje pre nego što im stavimo do znanja šta oni za nas znače. Čvrsto prijateljstvo mora se graditi. I kako unosimo svesnost u naše odnose sa drugima, razmotrimo i koliko se prijateljski odnosimo i prema samima sebi.

*Poljodelci kanalima usmeravaju vodu,
oružari tešu strele;
stolari drvo oblikuju,
a mudraci sami sebe krote.*

strofa 145

Zanatlije obavljaju svoj zanat. Napor da se ukroti sirova priroda srca – i to je samo po sebi jedan zanat. Spolja gledano, možemo se naći u zbunjujućim situacijama, ali duboko unutra uvek se setimo da je razvijanje te veštine naš primarni zadatak. Uz pomoć pažljivog, neprekidnog posmatranja učimo da prepoznamo hirove sopstvenog srca: „Kad bi vreme bilo makar malo toplije!” „Kad bi vreme bilo makar malo hladnije!” Ali ne reagujemo slepo na ono što je javi. Posmatramo svoje ćudljivo zanovetanje da okolnosti budu drugačije i vidimo šta to zanovetanje zapravo jeste. U nama raste hrabrost i spremnost da sebe posvetimo onome što ovog trenutka radimo, šta god da je to: čitavim srcem, čitavim telom. Kako napredujemo, taj zadatak postaje sve lakši; i obuzima nas zahvalnost, iako je čitav taj rad zaista težak.

*Otkuda smeh, otkuda radost,
kad svet bez prestanka gori?
Mrakom mrklim obavijeni,
zašto svetiljku ne tražite?*

strofa 146

Obično se događa da se kada nas život opeče okrenemo Učenju. Možda osetimo olakšanje kad otkrijemo da se u naporima da se oslobodimo tame pridružujemo milionima drugih ljudskih bića. Patnja je osnovno svojstvo neprobuđenog čovečanstva. „Ne očajavaj ako patiš. Svi pate”, govorio bi nam Ađan Ča. Pre probuđenja i budući Buda je patio. Razlika je u tome što probuđena bića znaju da patnja nije neizbežna – ona je samo jedna od mogućnosti koje su nam na raspolaganju u ovom svetu ljudi. Tu je takođe mogućnost obitavanja u svetlosti ne-patnje.

*Postepeno, malo-pomalo,
od prilike do prilike,
mudrac u sebi nečistoće čisti,
kao što zlatar srebro čisti.*

strofa 239

Ni najjača želja da stvari budu drugačije nego što jesu ne pruža nam ono za čime žudimo. Mi želimo čisto zlato neprekidne svesnosti i zato moramo da uđemo u vatru pročišćenja. Ova nas strofa upućuje kako da gledamo na sagorevanje: suviše toplote – previše se upinjemo – i svojom tvrdoglavošću sami sebe vežbajući povređujemo. Premalo toplote – uzmičemo pred poteškoćama – i idući za sklonostima, ka udobnosti i lakoći, ne napredujemo u svojoj praksi. Kako godine prolaze, samo postajemo još veća neznalica. Naše navike su nečistoća na srebru i postepenim podešavanjem napora učimo da se ne vezujemo. Cilj čitavog ovog posla jeste postizanje stanja blistave svesnosti. Tada posedujemo nešto istinski vredno, što možemo da podelimo sa drugima.

*Bolji od vlasti nad zemljom,
bolji od odlaska na nebo
i od gospodarenja svim svetovima,
jeste nepokolebljivi hod ka probuđenju.*

strofa 178

Neuslovljena sloboda: to znači biti nezavistan od bilo kakvih okolnosti. Kakva god da je situacija, srećna ili nesrećna, srce ostaje mirno, zrači, jasno vidi, prijemčivo je i snažno. To je taj hod koji je nepokolebljiv, nezaustavljiv i stvaran; on ide iza svake opsesije obmanutog ega. Da bismo stigli na taj nivo neophodno je neprekidno posmatranje naših starih navika. Na primer: želje da sve kontrolišemo, zavisnosti od prolaznih zadovoljstava, opsednutosti moći. Radimo sa onim što imamo. Svaki put kada uočimo da smo skrenuli, saberemo se i iznova fokusiramo na svoju posvećenost Putu.

*Kao otkrivač blaga gledaj,
onoga ko ti mane vidi
i na njih ti ukazuje.
Sa takvim znalacem,
sa mudracem takvim se druži.
Iza takvoga druženja boljitak,
a ne gubitak sledi.*

strofa 76

Postoje dva pristupa našoj praksi: jedan je pretpostavka da još nešto treba da osvojimo; drugi je pretpostavka da mi već imamo sve što nam treba – i da samo još nismo u stanju da ga tačno lociramo. U ovoj strofi Buda nam daje sliku skrivenog blaga koje čeka da bude otkriveno. Nećemo ga pronaći izvan sebe; ono mora biti otkriveno u našim srcima. Mi ne prepoznajemo to blago zato što toliko toga već imamo – toliko vezivanja, toliko opiranja. Istinski je blagoslov sresti one sa uvidom, bogate saosećanjem, voljne da nas povedu ka slobodi od navika koje nas sputavaju. Možda će nas povesti kroz nepouzdanu močvaru sumnje ili preko opasnih planina žudnje, ali jedino blagoslovi mogu slediti ako cenimo njihov primer i put pređemo do samoga kraja.

*Um je izvor svih stvari, on im prethodi, on ih stvara.
Ko sa rđavom namerom govori il' radi,
tog nesreća u stopu prati,
kao točak volovsku zapregu.*

strofa 1

Premnogo razmišljanja može da zakomplikuje duhovnu praksu; premalo razmišljanja nas može ograničiti. Ovde vidimo jedan primer mudro odmerenog razmišljanja. Ono pomaže da uočimo kako nismo nemoćna žrtva okolnosti – da razumemo kako namera koja stoji iza naših postupaka učinjenih telom i govorom određuje naše stanje bića. Ono nas stavlja u poziciju sa koje imamo moć da napravimo istinsku promenu. Prihvatajući ovo učenje kao svoje polje istraživanja, time pokazujemo da cenimo vrednost svesnog obuzdavanja i pronalazimo za sebe novi izvor pouzdanja i veštine. Na taj način pokazujemo i da nas vodi srce/um.

*Ako čovek učini dobro,
neka to ponavlja,
neka u tome uživa.
Prijatno je gomilanje dobročinstava.*

strofa 118

Dhamma nas ohrabruje da u srce unesemo sećanje na dobra dela koje su učinili telo, govor i um, kao i da boravimo u osećanju radosti koje se javlja sa takvim podsećanjem. Ako pri tome postoji i svesnost, tada nismo u opasnosti da se previše uljuljkamo u samozadovoljstvo. Ako smo razvili sposobnost mudrog promišljanja, na sličan način možemo kontemplirati i svoje greške i nedostatke, ne gubeći pri tome iz vida i sopstvenu dobrotu. To što smo u stanju da posmatramo svoje navike, pokazuje da smo mi zapravo mnogo više od tih navika. Šta je to što posmatra? To je naše utočište – svesnost – put izvan patnje. Uz pomoć upravo te svesnosti, u stanju smo da se slobodno prepustimo radosti prisećanja dobrote. Ah, kakvo je samo to olakšanje kad otkrijemo da možemo da pravimo greške i da ujedno učimo od njih.

*Oslobodi se prošlosti,
oslobodi se budućnosti,
oslobodi se sadašnjosti.
Sa srcem koje se ni za šta ne hvata
stižeš na mesto koje je izvan patnje.*

strofa 348

Vrlo se komotno osećamo među idejama o budućnosti. Možemo ugodno boraviti u sećanjima na prošlost. I lako se gubimo u doživljajima ovde i sada. A kada se izgubimo, tada patimo. Ali ta patnja nije konačna: postoje uzroci te patnje i postoji sloboda od njih. Stizanje do te slobode zahteva da napustimo svoja omiljena boravišta. Često nas savetuju da ovo ili ono „napustimo” i to nam može zazvučati kao da treba nečega da se otarasimo ili da je pogrešno da budemo takvi kakvi smo sada. Ali ako prepoznamo moć ispravne sabranosti, vidimo kako se to napuštanje događa samo od sebe. U ovoj strofi Buda nas sreće na mestu naše patnje i usmerava nas ka otvorenim vratima, izvan nje.

*Sunce sija danju,
Mesec svetli noću,
ali Budni čudesnim sjajem blista,
i danju i noću.*

strofa 387

Gde god da postoji čvrsto ukorenjena svesnost, tu su i lepota, jasnoća i mogućnost produbljenog razumevanja. Ako postoji stalna svesnost, postoji i stalna jasnoća. I danju i noću, srce svesnosti blista veličanstvenim sjajem.

*Ne potcenjuj snagu dobra:
„Ništa od toga neće biti.”
Kap po kap se napuni vodom i vedro,
a mudar sebe dobrotom,
čak i ako je sakuplja malo pomalo.*

strofa 122

Više je bolje”, „što veće to slađe”. Malo-pomalo ovakva uverenja možemo preispitivati na mudar način. Veruj da svaki trenutak svesnosti ima svoj značaj. Vredan je svaki i najmanji napor da se setimo i vratimo sebi, da sa svesnošću lišenom zanovetanja iznova počnemo. Nijedan takav napor nikada nije uzaludan. I jednoga dana otkrivamo da nas uopšte ne dotiče ono što nas je do tada držalo za gušu. Umesto da odmah reagujemo na nešto što bi nas u prošlosti uznemirilo, mi ga napuštamo. Mudrost razume put istinske dobrote.

*Ako ti govore žučno,
utihni, kao naprsli gong.
Neuzvaćanje je znak slobode.*

strofa 134

Kada nas nepravedno kritikuju, može biti teško obuzdati navalu besa. Potiskivanje snažnih osećanja nadole, u nesvesno, ne pomaže. Vežbanje znači pronalaženje dovoljno prostora u sebi da osetimo ono što osećamo, a da ne „postanemo” taj osećaj. To se zove veštinom. Motrimo na svaki glas koji u nama pridikuje: „Ne treba da budeš takav, trebalo bi da si mnogo bolji”. Prihvatamo to što jeste u ovom trenutku. Puštamo stvarnost u polje svesnosti, znamo je takvu kakva jeste; ne zanosimo se njome, ne odgurujemo je. I tada energija strasti može pokrenuti proces pročišćenja, sagorevanja otrova, umesto da sagori nas same ognjem slepe samokritičnosti.

*Svako od štapa strahuje,
svakom je život drag,
pošavši od samoga sebe,
ne ubijaj, niti ubijanju uzrok budi.*

strofa 130

Time što smo otvoreni prema drugima i sebi donosimo dobrobit. Proučavajući sopstveno srce i um, stvaramo dobrobit i za druge. Dhamma nas uči da vežbamo na oba nivoa. Na jednom, negujemo uvid koji rastvara čvrsto okamenjene stavove o „meni” i „drugima”. To je naša formalna praksa. U međuvremenu, naše vežbanje u svakodnevnom životu poziva nas da prihvatimo relativnu valjanost gledišta kao što su „ja” i „drugi”; njihovo uključivanje u razvijanje saosećanja i blagosti. Empatija je saputnik uvida i pomaže da naše vežbanje ostane u ravnoteži.

*Ne zadobija čovek svojim rečima ili lepotom poštovanje,
ako je uz to zavidan, sebičan, lažljiv.*

*Ko je presekao, uklonio i uništio koren svega toga,
takvog mudraca, što odbaci mržnju, poštovanim zovu.*

strofe 262-263

Neophodno je sebe podsetiti da se to kako stvari izgledaju ne poklapa nužno sa tim kakve one zaista „jesu”. Ako punim srcem slušamo nekoga dok govori, umesto da ga slušamo samo uvetom, čućemo nešto sasvim drugo. Kada druge posmatramo sa tihog, izbalansiranog mesta duboko u sebi, tada vidimo mnogo više nego što vide naše oči.

*Naša nas zlodela potpuno obuzmu,
kao puzavica salovo stablo,
i tako sami sebi činimo
upravo ono što nam naši neprijatelji žele.*

strofa 162

Ova strofa odnosi se na monaha koji je tri puta pokušao da ubije Budu i na kraju su ga njegova zlodela odvela u smrt. Kada izneverimo onu posvećenost stvarnosti za koju se odlučilo naše srce, lagano ali sigurno udaljujemo se od svetla istine i tonemo u tamu. Puzavice se penju uz visoko, odraslo drveće i ponekad ga potpuno uguše. I mi možemo tražiti utočište u Budi, a ipak biti osvojeni izlivi-ma jarosti. Sati, dani, čak godine nam prolaze u pokušajima da opravdamo svoje bolne postupke učinjene telom i govorom. Kad ipak sagledamo istinu tih postupaka, korisni osećaj kajanja se javi; istinski poželimo da se zaustavimo. I tada je ispravan postupak prirodan izbor.

*Strpljiva istrajnost je najviši asketizam,
utrnuće krajnji cilj, kažu Bude.
Nije monah onaj ko povređuje druge,
niti asketa ko ih zlostavlja.*

strofa 184

Dok napredujemo Putem ka cilju, Buda nas ohrabruje da ne zaboravimo kako se odnosimo prema drugima. Negovanje *mette* ili prijateljske ljubavi uči nas da sva bića obuhvatimo dobrotom svoga srca. Ponekad se događa da smo u stanju da budemo obzirni prema drugima, ali ne i prema samima sebi. Ako se sa tim borimo, pokažimo beskrajnu blagost prema onome ko se bori, prema sebi. Naslage samokritizerstva, prezira, samoodbacivanja zahtevaju od nas strpljivost i istrajnost; i ovo ne treba porbrkati sa trpljenjem uz škrgut zuba. Strpljivost je ključna osobina onih koji idu Putem. I ne postoji apsolutno nikakva šansa da tu ključnu osobinu razvijamo onda kada nam dobro ide. Zato, kada naiđu teški dani, pomislimo da je to savršeno mesto, jedino mesto, na kojem možemo razvijati taj temeljni kvalitet.

*Mnogi u želji za svađom
zaborave da svi umiremo;
ali oni koji to shvate,
svađe svoje smiruju lako.*

strofa 6

U redu je misliti na smrt i razgovarati o činjenici da će svako od nas umreti. To je zaista mudro činiti. Ako poričemo svest o sopstvenoj smrtnosti, strah od nje ostaje skriven duboko. Sa takvim izbegavanjem stvarnosti dolazi umanjena životnost i sve veća konfuzija. Negujući svesnost u vezi sa temom smrti (*maranasati*), otkrivamo da u onoj meri u kojoj priznajemo stvarnost, srazmerno tome se uvećavaju i jasnoća i zadovoljenost. To je ona zadovoljenost koja nas odvodi do mesta smisla.

*Um je izvor svih stvari,
on im prethodi, on ih stvara.
Ko sa dobrom namerom
govori il' radi,
tog sreća nikad ne napušta,
kao ni sopstvena senka.*

strofa 2

Jeste li ikada pokušali da pobjegnute od sopstvene senke? Koliko god se upinjali, ona nas nikada ne napušta. Svako delo učinjeno telom, govorom i umom, a iza kojeg stoji dobra namera, zaista vodi do sve većeg blagostanja. Ovo vredi zapamtiti ako nameravamo da učinimo nešto dobro i onda bi da se predomislimo, jer smatramo da sve to nije vredno truda. Kako god se malim i beznačajnim to delo činilo, iza njega sledi sreća. I otuda, vredno ga je učiniti.

*„Psovao me je, tukao me je,
pobedio me je, opljačkao.”
Koga takve misli opsedaju,
u njemu se mržnja ne stišava.*

*„Psovao me je, tukao me je,
pobedio me je, opljačkao.”
Koga takve misli ne opsedaju,
u njemu se mržnja stišava.*

strofe 3-4

Na različite načine svi mi trpimo nepravde u životu. Ponekad bol prodire duboko i može tu ostati godinama. Učenje o Dhammi naglašava ne toliko taj bol, koliko naš odnos prema njemu. Sve dok smo obuzeti mržnjom i otporom, to utiče na naše rasuđivanje. I iako bi možda trebalo nešto da učinimo, ako nam se srce nije oslobodilo mržnje, ne možemo tačno znati šta je to. Zato Buda savetuje da napustimo misli pokretane mržnjom. Potrebni su snaga, strpljenje i odlučnost da bismo im okrenuli leđa. Mi ih ne napuštamo zato što nam je neko drugi rekao da bi trebalo. Napuštamo ih zato što razumemo kakve su posledice ostajanja sa njima.

*Kao što jasmin odbaci
svoje cvetove uvele,
tako i vi odbacite
svoju žudnju i mržnju.*

strofa 377

Ađan Ča je u Londonu boravio u Hempsted vihari. Monahe u njegovoj pratnji nervirala je buka koja je dopirala iz paba prekoputa. Onda im je rekao da je pravi uzrok patnje to što svoju pažnju šalju izvan, do tog zvuka. Sam po sebi, zvuk je samo to što jeste. Patnja dolazi jedino kada „izađemo” i dodamo nešto suvišno. Kad uvidimo svoju ulogu u stvaranju problema, menja se način na koji gledamo na borbu. Umesto da okrivljujemo, u trenu jednostavno „vidimo” šta radimo. Ne krećemo u borbu gonjeni mržnjom; oslanjajući se na pažljivo obuzdavanje i mudro promišljanje, „napuštamo” sve to. U početku ovo uviđamo tek pošto smo reagovali i stvorili patnju. Ali ako vežbamo, postajemo sposobni da sve to shvatimo ranije. I onda, jednoga dana, uhvatićemo sebe baš u trenutku dok se spremamo da stvorimo problem.

*Ko ne prijanja za slasti čula,
baš kao ni kap kiše za lotosov list
ili seme gorušice za vrh igle,
njega ja velikim bićem zovem.*

strofa 401

Veliko biće je veliko zato što se oslobodilo prepreka u svom odnosu prema životu. Mi lično nismo toliko veliki, zato što bivamo zarobljeni osećajima i od života stvaramo problem. Stvaramo prepreke načinom na koji se odnosimo prema osam ovozemaljskih stvari: pohvali i kritici, dobitku i gubitku, zadovoljstvu i bolu, slavi i anonimnosti. Iz neznanja, odnosimo se nepromišljeno prema ovim vetrovima što duvaju svetom – oduševljavamo se onim što volimo i odupiremo onome što ne volimo. Mudrost, naprotiv, jednostavno vidi stvarnost sveta čula. Ona poznaje taj prostor unutar kojeg sva iskustva nastaju i nestaju. Takvo znanje znači da veliko biće čak ne mora ni da se trudi da se ne vezuje; sve sklonosti za vezivanjem u njemu su nestale. I ono oseća čulna zadovoljstva, ali im ništa ne dodaje, niti im bilo šta oduzima.

*Mržnjom se mržnja zaista nikad ne smiruje,
mržnja se samo ljubavlju smiruje.
To je zakon večni.*

strofa 5

Pobediti mržnju „samo ljubavlju” može izgledati tek kao uzvišeni ideal. Možemo sebi prebacivati (i pri tome pokušavati da sebe opravdavamo) da smo suviše ograničeni – ili jednostavno čitavu ovu ideju odbaciti kao utopiju. Svakako da deo nas kaže: „Da”. A drugi deo možda kaže: „Da, ali šta ako...” Za Budu ne postoje ovakve dileme; mržnja jednostavno nikada ne daje rezultat. A šta je ta reč „ljubav”? Stvaranje jedne neuslovljene prijemčivosti? I te naše percepcije onih koji možda u nama bude mržnju: gde te percepcije egzistiraju? Ljubav je potencijalno u stanju da sve to primi u polje svesnosti, potpuno, do kraja, čak toplo. To je večni zakon.

*Raskošna spoljašnjost
po sebi nije prepreka slobodi.
Onaj ko srca smirenog, čistog i zadovoljnog,
pažljiv, ne daje povoda za prekor,
taj je veliko biće.*

strofa 142

Spoljašnji izgled nije ono što je zaista bitno. Buda je uvek ukazivao na srce kao na mesto na koje treba da se fokusiramo. Naglašavao je to, jer lako zaboravimo, postanemo preokupirani time kako stvari spolja izgledaju. Ova strofa tiče se jednog kućedomaćina kojeg je veliko razočarenje nagnalo na očaj. Budino učenje, ukazujući direktno na ono što je zaista važno, uspeo je da transformiše taj očaj; umesto da se slomi, dostigao je potpuno neuslovljeni mir. Kada je fokus naše prakse samo na oblicima i spoljašnjem, tada je njen smisao doveden u pitanje. Previše insistiranja na potpunom objašnjavanju pet pravila morala, na primer, može nas sprečiti da uvidimo nameru koja stoji iza svakog postupka. Forma tih pravila postoji da bismo postali svesni svojih motiva. I kada se na taj način pridržavamo pravila morala, postoji mogućnost da će ona poslužiti svojoj pravoj svrsi. Ispravno življenje čini veliko biće.

*Ima onih koji otkriju da mogu
ostaviti pogrešne reakcije za sobom
i postati trpeljivi poput zemlje;
takve bes ne pokreće,
čvrsti su poput tvrđave,
nezamućeni poput mirnog jezera.*

strofa 95

Buda je živeo u istom ovom svetu u kojem i mi živimo. I uprkos svim peripetijama, ostvario je stanje nepomerljivosti – postao je „trpeljiv poput zemlje”. Šta god da neko prospe na nju, spali na njoj ili joj uradi, zemlja je i dalje ono što jeste, čini ono što čini. Strpljiva istrajnost ne znači slabost; ona predstavlja snagu i blagost. Uz pomoć strpljive istrajnosti otkrivamo u sebi mogućnost da dopustimo sadašnjem trenutku da bude, takav kakav jeste, sve dok od njega ne naučimo to što treba da naučimo.

*Nije neko pravednik zato što prebrzo o dobru sudi;
kad znalac dobitak i gubitak pažljivo odvagne,
vodi druge bez žurbe, pravedno i bez naklonosti;
tek takvog mudraca, čuvara zakona, pravednikom zovu*

strofe 256-257

Pod pritiskom ste da donesete odluku. Je li moguće ostati miran i sabran kada drugi žele od vas da odlučite u njihovu korist? Možete li ostaviti po strani naklonosti i doneti pravednu odluku? Koliko smo vezani za svoja uverenja? Biti potpuno uveren u nešto jeste odličan osećaj; može nam se to učiniti kao samouverenost. Ali takva je i priroda fundamentalizma; isto takvo je i davanje pojednostavljenih odgovora na kompleksna pitanja. Rigidnost i brzopleta rešenja nisu karakteristike prostranog uma; uma koji je u stanju da dilemu razmotri iz raznih uglova. Obično je potrebno neko vreme da se stigne do izbalansiranog, dobro promišljenog stava. Za to je takođe potrebna sposobnost slušanja iz pozicije unutrašnje tišine. Ako dok nam neko govori svoj stav već smišljamo kako da ga pobijemo, tada ga zapravo uopšte ni ne slušamo.

*Čak i oni koji žive časnim životom
mogu patiti, sve dotle dok njihova dela
ne donesu plodove.*

*Međutim, kada ti plodovi dozreju
radost i sreća jesu neminovni.*

strofa 120

Imati poverenja u istinske principe nije uvek lako. Povediti se za mišljenjem većine nije uvek mudro. Ako nas ne obeshrabre sumnje i puke spekulacije, vidimo kako nas naša najdublja pitanja o stvarnosti vode do uvida. Poverenje jeste sila transformacije, baš kao i strpljenje. Skoro je nezamislivo da jedan običan žir može da izraste u ogroman hrast, ali to je tako. Neophodno nam je poverenje. Neophodno nam je strpljenje. Poput drveta, i sile transformacije moguće je razvijati, a one će nas voditi ka onome što je samo po sebi veliko i samo po sebi oslobođeno od patnje.

*Pažljivi marljivo vežbaju,
u vezivanju radost ne nalaze,
a onda dom svoj napuštaju,
kao labudovi kad sa jezera polete.*

strofa 91

Vreme je da krenemo dalje. Možda to i znamo na jednom nivou, ali se ipak drugi deo nas opire. Ako pokušavamo da nešto napustimo zato što mislimo da bi trebalo – a ne zato što nas to napuštanje uvek iznova nadahnjuje – javiće se otpor. Ali u redu je osetiti i razočarenje, ako smo budni za istinske potrebe našeg srca. Naša najdublja potreba jeste da se oslobodimo neznanja. Ne postoji mesto na kojem možemo da se istinski zaustavimo sve dok do kraja ne razumemo ko i šta smo mi. Ovaj put svesnosti poseduje moć da apsolutno sve transformiše u razumevanje. I labudovi poleću – otpora nema.

*Mirom bes pobeđi,
rđavo dobrim pobeđi,
tvrđičluk darovima pobeđi
i lažova rečju istinitom.*

strofa 223

Ako nam je hladno, pronalazimo način da se zagrejemo – ne izlažemo se još većoj hladnoći. Ako smo gladni, jedemo – ne uskraćujemo dalje sebi hranu. Ako smo ljuti, ne borimo se protiv toga jarošću – pokušavamo da budemo blagi prema tom biću koje muči ljutnja. Ako vidimo loše postupke, stvaramo istinsku dobrotu i obeshrabrujemo svaki impuls koji bi nas naveo da olako odbacimo počinioca. Ljudima koji veruju da je egoizam put ka zadovoljenju darujemo velikodušnost. I sa onima koji obmanjuju govorimo istinu. To možda nije lako. Ali to jeste put transformacije.

*Nije neko znalac
samo zato što priča mnogo;
ko je stišan, bez mržnje i straha,
toga znalцем zovu.*

strofa 258

Borba da postanemo mirni obično samo još više uzburka stvari, dok obazrivo dopuštanje aktivnostima srca i uma da prirodno utihnu te iste stvari smiruje. Mudrost se ne otkriva prepuštajući se navici traganja za stvarima koje nam se dopadaju. Kada naiđu bol i razočarenje, možemo naučiti da se sa njima sretnemo uz jedan kvalitet otvorenosti i svesnosti koji vodi ka razumevanju. I kada nam sreća i ushićenje dođu, možemo tim iskustvom biti obodreni i osveženi, a da u isto vreme ne budemo njime opijeni. Neprijateljstvo i strah nisu nužno prepreke. Oni mogu biti naši učitelji, koji nam ukazuju na jedan način življenja sa mnogo više slobode i mudrosti.

*Kao što je jezero duboko,
prozirno i neuznemireno,
tako i mudri kad reč Istine čuju,
stišani postaju.*

strofa 82

Možda pomislimo: „Kad bi se sad odnekle pojavio Buda da me poduči, verovatno bih se prosvetlio”. Međutim, i u vreme Bude bilo je mnogih koji su ga sreli, čuli, živeli sa njim, pa ipak nisu prepoznali njega ili Istinu na koju je ukazivao. Pri kraju života, jedan monah ga je upitao ko će zauzeti njegovo mesto kad umre. Odgovorio je da će njegovo Učenje ili Dhamma zauzeti njegovo mesto. Jednom prilikom rekao je da videti Dhammu znači isto što i videti Budu. Osluškiivati Dhammu znači posvetiti joj potpunu pažnju i mudro promišljati ono što se događa upravo sada. Zato se ne moramo osećati loše što nismo u prilici da čujemo Budu lično. Umesto toga, učimo da budemo prijemčiviji za sam život.

*Ko učinjeno rđavo delo
kasnije nadvlada dobrim,
osvetljava ovaj svet,
k'o Mesec kad iza oblaka izroni.*

strofa 173

Tama ovoga sveta dolazi od navika izbegavanja i vezivanja. Dobra dela otkrivaju svetlost koja je već ovde. Okretanje pažnje ka dobro utabanim putevima postupanja, na pravi način, u pravom trenutku i sa svesnošću tela i uma, koja je uvek u ovde i sada, koja ne presuđuje, takva svesnost vodi ka transformaciji. Mi ne moramo da se svega otarasimo. Ničeg lošeg u nama nema. Bolna sećanja, bolni osećaji ne moraju da se pretvore u patnju. Uz ispravnu pažnju, sve to nas vodi ka sve većoj svetlosti.

*Žeđ čula ugasiti se ne može ni kišom zlatnika,
a mudrac, razumevši da od toga radosti nema,
već samo bol,
u sebi sklonosti čak i za nebeske užitke ne nalazi.
Učenik Budnih se samo iskorenjivanju žeđi raduje.*

strofe 186–187

Da li mi to što činim sa svojim životom daje ono za čime tragam? S vremena na vreme uspevamo da ispunimo svoje želje, ali trajna sreća dolazi samo ako smo se oslobodili iritiranosti žudnjom. Ako sebi postavimo prava pitanja u pravom trenutku, otkriva se jedna radikalno drugačija perspektiva: put ka zadovoljenosti vodi nas ka unutra, a ne ka napolje. Umesto da sledimo impuls da želimo još, možemo pogledati pravo u samu tu želju. I za trenutak žao ka žudnje nestaje. Malo više smo naučili o tome šta znači biti učenik Bude.

*Kao što u kuću, dobro pokrivenu,
kiša ne prodire,
tako ni u dobro uvežbano srce i um
strasti ne prodiru.*

strofa 14

Trudimo se da sebe zaštitimo od vetra i kiše. Uz mudro promišljanje, trudimo se da sebe zaštitimo od razbuktalih strasti. To je vežbanje srca i uma. Vešto lečenje rana koje su nam nanele pohlepa i mržnja važan je deo Ispravnog delovanja. Ne radi se tu o izbegavanju strasti, a ni o prepuštanju njima. Između to dvoje, uočavamo srednji put.

*Teško je na svetu naći toga ko,
skromnošću i savešću obuzdan,
više ne daje povoda za prekor,
kao što konja dobre pasmine
krotiti više ne treba.*

strofa 143

Je li moguće biti suviše skroman? Je li moguće imati pogrešnu vrstu skromnosti; kada, recimo, uzdržavanje od otvorene pohlepe znači zapravo prikrivenu manipulaciju drugima. Skromnost, umerenost i disciplinovanost; ovakve reči u nama mogu probuditi nelagodu. Pa ipak, u njima su pohranjeni vanvremeni principi. Kada posedujemo istinsku skromnost, tada tragamo za „pravom merom” stvari. Tragamo za razlikom između zadovoljavanja „dovoljno dobrim” i bojazni da ne preteramo. Uz pomoć prave discipline fokusiramo se na zadatak koji je pred nama, ali ne napuštajući osećaj za meru. Onaj ko je vešt u pravoj disciplini u stanju je da kaže „ne” kada je to potrebno, ne kao kritiku ili puko nesviđanje, već kao neko kome je zaista stalo do svoje dobrobiti.

*Kò pčela kad uzme nektar, te odleti sa cveta
i ne pokvari mu ni boju, ni miris,
tako i utihnuli mudrac treba da
sakupljajući hranu kroz selo prođe.*

strofa 49

Ovaj svet je naše selo. Jesmo li u stanju da prolazimo kroz ovaj svet ne remeteći ono što je u njemu lepo? Askete i isposnici mogu živeti od hrane koju sakupe prolazeći selom, ali većina ljudi mora da koristi novac. Nema ničeg lošeg u novcu kao takvom. On je simbol one energije kroz koju stupamo u interakciju sa ovim svetom. Budina uputstva o Ispravnom življenju ukazuju na važnost nepovređivanja i pažljivog baratanja tom energijom. Kada se zaboravimo, fokusiramo se previše na to kako će dobro biti kada dobijemo ono za čim žudimo i ne obraćamo pažnju na način na koji nameravamo da do toga dođemo. Moramo dobro paziti šta radimo, ali i kako to radimo.

*Ko je savršen u vrlini i uvidu,
učvršćen u Učenju, ostvario istinu,
ko je svoju dužnost ispunio,
toga mnogi dragim smatraju.*

strofa 217

Kada je ono što je učinjeno telom i govorom izraz jednog unutrašnjeg mira, tada su i naši odnosi sa drugim ljudima uspešniji. Trajnu sreću ne postižemo tako što samo sledimo želju da se drugima dopadnemo ili bilo koju drugu želju da zauvek budemo srećni; bolje od toga je uočiti gde leže pravi uzroci sreće. Čak i korisne želje, ako se za njih suviše vežemo, mogu voditi do nezadovoljstva. Jer problem je u vezivanju. Kada jasno uočimo svoju naviku vezivanja, u tom trenutku i na tom mestu uočavamo istovremeno da ne moramo da se vezujemo; i tako pronalazimo izlaz za sebe.

*Malo svetih stihova recitovati zna,
ali u skladu sa Istinom živi,
napustivši požudu, mržnju i obmanu,
ispravnog znanja, uma oslobođenog,
ničim vezan u svetu ovom, a i onom;
takav uživa u plodu napredovanja Putem.*

strofa 20

Nije važno ako ne znamo sve što bi se moglo znati o Dhammi. Bitno je kako primenjujemo to što znamo. Da li iz sveg srca živimo u skladu sa onim što smo naučili? Ovo je mnogo bitnije pitanje nego: „Kada ću moći da odem na sledeći kurs meditacije?” ili „Kad ću imati malo više vremena za proučavanje Budinih govora?” Ovakva pitanja su u redu, ako nas vode ka oslobađanju od vezanosti, ali ne i ako su izraz naše zavisnosti od toga da stalno želimo ili budemo nešto više. Ako je potrebna samo tanana promena fokusa ka tome da jednostavno budemo svesniji sadašnjeg trenutka, onda će čak i upinjanje da dođemo do dubokih uvida predstavljati prepreku našem napredovanju. Istog onog trenutka kad prepoznamo ovu istinu, doživljavamo blagodet hodanja Putem.

*Ljudi prirodno doživljavaju zadovoljstvo;
ali ono često biva zatrovano žudnjom;
ako se tog otrova ne oslobodimo,
osećaj osujećenosti sledi, a za njim i patnja.*

strofa 341

Uz visok kvalitet svesnosti u pravom trenutku, u stanju smo da vidimo kako vezivanje i za radost i za žalost produžava patnju. Tada postajemo zainteresovani za to kako da doživimo zadovoljstvo, a da ga ne učinimo „mojim” zadovoljstvom ili da ne stvorimo jedno „ja” koje se ludo zabavlja. Mudro promišljanje ukazuje da kada se iz doživljaja sreće ukloni vezivanje, ona nije ništa manja – naprotiv, postaje intenzivnija. Kad smo pažnju usmerili na pravu stranu, tada je naša inteligencija u službi uvida. Kad shvatimo koliko grčevito hvatanje za zadovoljstvo kvari njegovu lepotu, tada se rađa lakoća bića.

*Gonjeni strahom, ljudi utočište traže
na mestima raznim,
u planinama i šumama, u vrtovima,
pod drvetom ili u hramovima.
To nisu sigurna, to nisu konačna utočišta;
ni na jednom od njih izbavljenja od patnje nema.*

strofe 188-189

Teško je uplašiti se ako u isto vreme ne smatramo da je nešto krenulo kako ne treba. Mi tada odmah reagujemo, kritikujemo sebe i druge, u pokušaju da umaknemo bolu ili strahu. Ali to ne daje rezultate – kao ni bežanje u divljinu. Čak i sveta mesta će nas izneveriti, ako je naš jedini motiv bekstvo. Međutim, okretanje ka utočištu u Dhammi može u nama pokrenuti interesovanje za razumevanje straha i učenje od njega. Jesmo li u stanju da doživimo osećaj straha, a da i sami ne „postanemo” uplašeni. Strah ostaje strah, ali ga sada posmatra jedna šira, manje skućena, manje ugrožena svesnost. Možemo čak početi da uviđamo da je taj strah „samo to”. Takvo prepoznavanje straha čitavim telom-umom, u kojem nema kritikovanja, ovde i sada, može naš bol preobraziti u slobodu. Spremnost da se suočimo sami sa sobom, na onom mestu na kojem god sebe pronađemo, jeste pravi put.

*Retki su oni koji znaju,
takvi se ne rađaju na svakom mestu,
tamo gde se mudrac rodi,
ta zajednica sreću zadobija.*

strofa 193

Druženje sa mudrim bićima svakako jeste blagoslov, ali nije uvek lako. Njihova otvorenost može se na bolan način sudariti sa našom zatvorenošću. Međutim, mudra bića su takođe vođena saosećanjem, što uzimanje leka čini lakšim. I zato na kraju osetimo zahvalnost. Posle probuđenja Buda je osećao toliko zahvalnosti prema svojim ranijim učiteljima, da je jedna od prvih stvari koja mu je pala na pamet bila da pokuša da ih pronade i prenese im ono što je otkrio. I mi sa zahvalnošću možemo pomisliti na sve one koji su nam pomogli da načinimo korake na ovom putu. Biti zahvalan znači hraniti sopstveno srce i u isto vreme izjednačavati se sa mudrima.

*Pobedu mu u poraz pretvoriti ne može,
nit' nadmašiti ga bilo ko;
taj Budni ničim sputan,
čime zaveden može biti?*

strofa 179

Postoji stvarnost koju je moguće saznati; Buda ju je saznao. Moguće je probuditi se i otići iza svakog osećaja ograničenosti koji vodi u razočarenje i žalost. Mudro poverenje u Budino probuđenje uspostavlja u nama jedan unutrašnji koordinatni sistem. I kada se nošeni životom osetimo dezorijentisanima, svoje mesto ponovo pronalazimo posežući za tim poverenjem. Poverenje je jedna unutrašnja struktura, slična brodskim jedrima, koja kada su okrenuta na pravu stranu, hvataju vetar i pokreću brod napred.

*Kroz mnoge živote lutah, tražeći, a ne nalazeći
graditelja tela ovoga. Bolno je zaista preporađanje.*

O graditelju, najzad te spazih!

Nikad više kuću ovu graditi nećeš!

Svaki ti oslonac nestade, slomljen je stub nosač.

Um i srce mi se oslobodiše, a žeđ ugašena je.

strofe 153-154

Budino konačno i potpuno postignuće bilo je otkrivanje da je do tada verovao u nešto što nije bilo istina. Obmanjivalo ga je ono što je nazvao „graditeljem kuće”. Ta kuća je struktura u umu; „ja” i „moje” koje uzimamo tako ozbiljno. „Ja žudim”, „ja se osećam razočaranim”, „to je moje raspoloženje, moje telo, moj um”. Jasno je video kako sve ove utiske konstruiše jedna navika žudnje. Osvetlivši je prodornim uvidom, razumeo je taj proces; stub nosač, sleme krova bilo je slomljeno i patnja okončana. Tumaranje unaokolo u potrazi za razrešenjem njegovih borbi bilo je okončano. Nadalje je živeo u stanju mira, stanju koje prethodi svakom nastanku i nestanku; živeo je u nestvorenom, u besmrtnoj stvarnosti.

„Dar Učenja nadmašuje sve druge darove ”

Ova knjiga je namenjena za besplatnu distribuciju s pouzdanjem da će biti od koristi onima koji su zainteresovani za dublju kontemplaciju i vrednovanje sopstvenog života. Mi u Theravada budističkom društvu “Srednji put” osećamo se privilegovanima što smo bili u prilici da pravimo knjige slične ovoj i nadamo se da ćemo to biti i ubuduće. Takođe bi nas veoma radovalo da dobijemo komentare ili predloge čitalaca ove knjige.

Knjiga je štampana isključivo donacijama, što je ujedno bila dragocena prilika za pokroviteljstvo i posvećivanje svojih dobrih dela drugim ljudima, u skladu sa budističkom tradicijom. Donacije namenjene Dhamma publikacijama pomoći će da se slične takve pojave i ubuduće. Ako želite i sami da tome doprinesete, molimo vas da nas kontaktirate na:

Theravada budističko društvo “Srednji put”

Novi Sad

budizam@yahoo.com

samo za besplatnu distribuciju

