



## Η Συμβουλή του Τζα Πάτρυλ Ρίνποτσε πάνω στην Καθυπόταξη του Νου



Φωτογραφία: Ευγενική Χορηγία του Μοναστηριού Σέντσεν

Αγαπητοί φίλοι κοντά και μακριά,

Όπως πάντα, ελπίζω ότι αυτό το μήνυμα σας βρίσκει καλά, υγιείς και ευτυχισμένους. Σε αυτή τη μέρα του Γκούρου Ρίνποτσε, θα ήθελα να μοιραστώ μαζί σας μερικούς στίχους συμβουλών του Τζα Πάτρυλ Ρίνποτσε.

Πρώτα:

“Το Ντάρμα που δεν ωφελεί το νου σου  
Είναι μόνο το κατ’ όνομα Ντάρμα και όχι το ουσιαστικό.  
Αν ο νους σου δεν αλλάζει λιγάκι,  
Ακόμα και εκατό χρόνια σε απομόνωση δεν θα είναι τίποτε άλλο παρά μια πηγή  
κακουχίας.”

Σε αυτούς τους χρόνους, αντιμετωπίζουμε όλοι καλές και κακές στιγμές, ανεβαίνουμε και κατεβαίνουμε. Όταν συναντάμε τέτοιες συνθήκες, μιλάμε για άσκηση στο Ντάρμα, για να το κάνουμε όμως αυτό είναι ουσιώδες να παράγουμε μέσα στο νου και την καρδιά μας αληθινό έλεος και πίστη στην καρμική αιτία και αποτέλεσμα. Αυτά είναι τα σημεία κλειδιά του Ντάρμα που χρειάζεται να θυμόμαστε. Μην ασκείστε στο Ντάρμα μόνο κατ’ όνομα, ασκηθείτε στο Ντάρμα ουσιαστικά και αυτό είναι το Ντάρμα που αληθινά ωφελεί το νου σας.

Δεύτερο:

“Ίσως να κυριαρχήσετε τους διαλογισμούς της παραγωγής και της ολοκλήρωσης,  
Αν όμως αυτοί οι δύο δεν εμποτιστούν από αυθεντική μποντισίττα,  
Εκτός από το να σπέρνετε τους σπόρους της επαναγέννησης μέσα στις  
αυταπάτες της σαμσάρα,  
Δεν θα σας βοηθήσουν να φτάσετε στην κατάσταση της παντογνωσίας.”

Για να μπορέσουμε να φτάσουμε στην βουδική κατάσταση, την κατάσταση της φώτισης, χρειάζεται είτε να εγκαθιδρύσουμε το ορθό κίνητρο ή την ορθή θεώρηση. Αν δεν θέσετε εξ αρχής το θεμέλιο της ορθής θεώρησης ή του ορθού κινήτρου, το μόνο που θα συμβεί είναι ότι θα ξεστρατίσετε από το μονοπάτι και θα απομακρυνθείτε από τον καρπό. Η ορθή θεώρηση όμως είναι πολύ δύσκολη ή ακόμα και αδύνατη να εγκαθιδρυθεί εξ αρχής. Αυτή η θεώρηση είναι η θεώρηση της κενότητας ή της φύσης του νου, της *ρίκπα*, ή πρωταρχικής σοφίας. Επειδή όμως δεν μπορούμε να φτάσουμε αμέσως στην ορθή θεώρηση, χρειαζόμαστε το ορθό κίνητρο. Το ορθό κίνητρο είναι η μποντισίττα, η οποία προκύπτει με βάση τη συμπόνια. Χρειαζόμαστε την μποντισίττα για να εξασκήσουμε τις έξι υπερβατικές τελειότητες και να ασκηθούμε περαιτέρω στα στάδια της δημιουργίας και ολοκλήρωσης. Επομένως, παρακαλώ καλλιεργήστε την μποντισίττα.

Τρίτο:

“Δαμάστε το νου σας, δαμάστε το νου σας, δαμάστε το νου σας με το Ντάρμα!  
Αν δαμάστε το νου σας με τις τέσσερις αλλαγές του νου,  
Αν και μπορεί να μην έχετε τη θεώρηση, το διαλογισμό, την απαγγελία, τη  
δημιουργία ή την ολοκλήρωση,  
Δεν θα ξεστρατίσετε από το μονοπάτι προς την απελευθέρωση.”

Αν δεν δαμάσετε το νου σας, όποια άσκηση κι αν κάνετε, δεν θα φτάσετε στην κατάσταση της αφύπνισης. Επομένως, όποια άσκηση κι αν κάνετε, θα πρέπει να βασίζεστε στην αξιολόγηση των δικών σας εμπειριών για να προχωρήσετε στο μονοπάτι. Ο λόγος για τον οποίο αποκαλούμε τους Βουδιστές “εσωτερικούς” (νάνγκπα) και τους μη Βουδιστές “εξωτερικούς” (τσίπα) στα Θιβετιανά είναι επειδή οι μη Βουδιστές πιστεύουν ότι όλα τα φαινόμενα της σamsāra και της nirvāna προκύπτουν από μια εξωτερική αιτία, όπως ένας θεός δημιουργός, για παράδειγμα. Οι Βουδιστές πιστεύουν ότι όλα τα φαινόμενα της σamsāra και της nirvāna προκύπτουν με βάση το δικό μας εσωτερικό νου. Ως εκ τούτου, οι Βουδιστές διδάσκουν κυρίως για το νου: πώς να δαμαστεί ο νους, πώς να αναγνωριστεί η φύση του νου, και ούτω καθεξής. Επομένως, ο λόγος που αποκαλούμε τους μη Βουδιστές “εξωτερικούς” δεν είναι επειδή δεν ανήκουν στην “εσωτερική” μας ομάδα. Αφορά μάλλον το πού εστιάζουμε την προσοχή μας, εσωτερικά ή εξωτερικά. Επομένως, είναι εξαιρετικά σημαντικό για εσάς να καθυποτάξετε το δικό σας νου

Έτσι, η προσευχή μου, η υπενθύμισή μου για σας αυτή τη μέρα του Γκούρου Ρίνποτσε καθώς διαβάζετε αυτό το μήνυμα είναι να βεβαιωθείτε ότι δεν παραπλανάτε τον εαυτό σας. Μην λέτε ψέματα στους εαυτούς σας. Πολλοί άνθρωποι αληθινά εξαπατούν και λένε ψέματα σε αυτούς τους ίδιους. Μην παραπλανάτε τον εαυτό σας με αυτό τον τρόπο, παρακαλώ.

Με όλη μου την αγάπη και προσευχές,

Σάρβα Μάνγκαλαμ.



Πάκτσok Ρίνποτσε