

Naslov originala  
MAHĀMUDRĀ

JEDAN:  
MAHĀMUDRĀ  
ELIMINISANJE MRAKA NEZNANJA  
(»Phyang-chen ma-rig mun-sel«)  
Od Devetog Kar-ma-pa Wang-ch'ung  
dor-je-a *Beru khyentze Rinpoche-a*

Ovaj prevod posvećujem prijateljima  
TSANG-KHAM-TAR RINPOCHE-U  
i  
XIV DALI LAMI

*Prevodilac*

Ja se iskreno klanjam plemenitom Ka-gyü rodu. Iako ste vi dostigli savršeno Prosvetljenje pre mnogo bezbrojnih eona, vi se još uvek pojavljujete u svim onim telima koja su pogodna da bi se obuzdali oni kojima je potrebna kontrola. Čak čuti samo i vaše ime eliminiše strahove od saṃsāra-e.

Učinivši prostracije mome Guruu i njegovom rodu, ja ću da kažem malo o Mahāmudrā-i, Velikom Pečatu Praznine, najunutarnjijoj suštini Dijamantsko-tvrđog Vozila, Vajrayāna-i, u nameri da ohrabrim učenike koji žele Prosvetljenje. To je jedini put kojim su kročile sve Bude i koji poseduje nesmanjenu toplinu blagoslova šaputanih usmenih učenja prenošenih uspešno od Śākyamuni Bude do mog sopstvenog Gurua. Kao suština umova svih Buda od tri vremena, ona je metod za dostizanje čudnog, 'prosvetljenog, ujedinjenog stanja Vajradhāra-e u toku jednog života.

Da bi se učenja Dharmae pravilno saslušala ili proučavala, potrebno je imati ispravnu motivaciju. Sećajući se kako su sva osetna bića bili tvoje majke u prethodnim životima i kako su ti ukazali veliku dobrotu, ti treba da razviješ samilost i želju da im uzvратиш. Jedini način da stvarno budeš u mogućnosti da ovo učiniш jeste da ti sam postaneš prosvetljen. Imati kao svoju osnovnu misao želju da postaneš Buda ili, kao u tantrama, Vajradhāra, da

bi pomogao drugima, poznato je kao Prosvetljeni Motiv Bodhicitta-e. Stoga sa ovom najuzvišenijsom motivacijom ti treba da čitaš, proučavaš i upražnjavaš ova učenja.

Takođe, postoje tri nedostatka u vezi sa analogijom suda koja ti treba da eliminišeš. Prvo, ne budi kao naopako okrenuti sud, koji je umno-ograničen, tako da učenja ne prodiru. Niti treba da budeš poput onoga sa rupom na dnu, ne zadržavajući ništa od onoga što naučiš. Štaviše, neslično prljavom sudu, treba da budeš oslobođen od predrasuda, predkonceptija jakih zabluda koje mogu da zaprljaju tvoj umni-tok uzrokujući da postaneš preobuzet i da pogrešno protumačiš sve što čuješ.

Takođe postoji šest mrlja koje trebaju da se uklone. Prva jeste ponositost ili umno-ograničena gordost; moraš da slušaš smerno ako želiš nešto da naučiš. Ako si nezainteresovan, nedostaje ti motivacija i stoga je potrebno da je pojačaš. Ne budi rastrojen čulnim objektima kao što su buka ili gužve, već ostani usredsređen na učenja. Međutim, ne dopusti sebi da padneš u tako duboku koncentraciju da više ne paziš i da nisi budan. Takva koncentracija ima svoje mesto u meditaciji, ali može da bude smetnja dok slušaš ili studiraš. Konačno, nemoj da se predaješ depresiji ili da bivaš obeshrabren ako isprva ne razumeš čitanje. Za to je potrebno vreme i moć upoznavanja.

Zatim, postoji pet tipova nepravilnog shvaćanja. Nemoj da shvataš samo reči učenja a da ignorišeš njihovo značenje, niti samo značenje a ne i reči. Ne treba ni da smatraš i reči i njihovo značenje kao podjednako nevažne. Takođe ne prijanjaj za nepravilan red učenja ili za pogrešno razumevanje. Ako smatraš sebe kao bolesnog čoveka koji pati od zabluda, tvog Gurua kao lekara a učenja kao lekove, sigurno će ti koristiti.

## PRVI DEO

## PRELIMINARIJE

Objašnjenje o tome kako upražnjavati ovu Mahā-mudrā-u nepromenjenog roda plemenitih Ka-gyü podeljeno je u tri dela: preliminarije, stvarno telo prakse i zaključni materijal.

Za prvo od ovih, potrebno je početi sa pristupanjem u utočište i sa razvijanjem Prosvetljenog Motiva Bodhicitta-e.

Postoje ujedno opšta i vanredna preliminarna vežbanja. Opšta jesu meditiranje nad dragocenim ljudskim ponovnim rođenjem, smrću i netrajnošću, karmom ili zakonom uzroka i posledice i nepovoljnostima saṃsāra-e ili kružne egzistencije. Kao opšta podloga, oni sačinjavaju kontekst za sva Budistička upražnjavanja i potpomažu tvoju motivaciju. Vanredne preliminarije (ngön-dro) jesu prostracija dok se posvećuje utočištu, Vajrasattva pročišćavanje, prinošenje mandale i Guru-joga.

Postoji puno načina da se ovaj poslednji sklop upražnjava, ali najčešće se izvodi 100 000 repeticija svakog po redu u jednom neprekidnom naporu. Naredni metod jeste izvođenje određenog dela svaki dan kao deo tvog svakodnevnog upražnjavanja. Broj ponavljanja sme da bude promenljiv i ponekad se traži brojanje, dok kod nekih ne, ali treba nastaviti sve dok se ne dobiju znaci uspeha. Sklop može da se ponovi nekoliko puta u različitim okolnostima ili

da se nastavi sporijim korakom kroz čitav tvoj život. Štaviše, stvarna upražnjavanja koja vršiš kao preliminarije takođe smeju da variraju. Tvoj Guru će da odluči šta je najbolje za tebe. Ovo što sledi je uopšteni opis klasičnih preliminarija onako kako su upražnjavane u Kar-ma Ka-gyü rodu. Posebne, detaljne instrukcije treba da primiš od svog Gurua.

Smisao preliminarija jeste uklanjanje ili pročišćavanje od smetnji koje mogu da koče tvoje upražnjavanje i sakupljanje zasluga koje će ti doneti uspeh. Prostracije i Vajrasattva meditacija izvršavaju ovo prvo, dok prinošenje mandale i Guru-joga ovo drugo. Razmišljajući o zakonu uzroka i posledice i o svim ne-vrlim delima koja si počinio u prošlosti i o tome kako ćeš morati da iskusiš patnju kao njihov rezultat, treba da osetiš veliku žalost i da se okreneš Trima Draguljima u utočište. To su Bude Potpuno Probuđenih Bića, Dharma ili njihova učenja i Sangha ili duhovna zajednica onih koji ih ostvaruju. Poveravajući sebe njima, treba da prineseš prostraciju sa željom da očistiš sebe od nedozrele patnje.

Pored toga treba da shvatiš kako sva osetna bića žele samo sreću i nikad patnju, ali nisu svesni kako to da ostvare. Oni ne znaju da vrlo, dobra dela donose sreću, dok svirepa i ne-vrlo samo bol. Zbog toga razvij samlkost prema njima i poželi da sa svojim upražnjavanjem pročistiš i njih takođe. I najzad potstakni svoju motivaciju kao Bodhicitta-e, Prosvetljeni Motiv, u nadi da ćeš, uzimanjem utočišta i prostracijom, ukloniti sve prepreke tako da možeš da postigneš prosvetljeno stanje Bude u iskrenoj želji da budeš u stanju da činiš dobro za sve druge.

U prostoru ispred sebe vizualizuj drvo ispunjenja — želja sa jednim stablom koje se razvija u pet grana. Na centralnoj grani je tvoj Guru (u formi

Vajradhāra-e), na prednjoj su meditaciona božanstva, sa njegove desne strane su Bude, pokraj njega su svete knjige Dharma a s leve strane je Sangha. Svaki od njih je okružen sa mnoštvom figura njegovog sopstvenog reda. Ti treba da pristupiš u utočište (za koje vreme radiš prostracije) izgovarajući prikladne stihove i vizualizujući sebe okruženog mnoštvom svih materinskih osetnih bića sa sobom ispred njih kao njihovim vođom i sa svima njima kako ti se u horu pridružuju uzimajući utočište.

Ovo je vizualizacija polja zasluga ili drveća okupljenih Gurua. Zamisli oko sebe prekrasan park, sa mekanim travnatim livadama i pitomim životinjama. U sredini prekrasnog jezera nalazi se drvo ispunjenja — želja kao što je već prethodno opisano. Vajradhāra ili, na tibetanskom Dor-je ch'ang jeste vid koji Buda uzima u tantrama. Meditaciona božanstva (yidams) uključuju Vajrayoginī, Heruka-u i druge; Bude jesu oni od prošlosti, sadašnjosti i budućnosti; Dharma je predstavljena svetim knjigama od »Tri Korpe (Tripitaka)« i Sangha onim Bodhisattvama kao što su Avalokiteśvara i Tārā, kao i Pratyeka — Budama i Śrāvaka-ma kao što je Śāriputra i tako dalje. Oko nižeg dela drveća su Dharmapāla-e i zaštitnici kao što je Mahākāla. Ako ne znaš kako svi ovi likovi izgledaju ili ne možeš da ih jasno vizualizuješ, ne brini. Imaj barem vere da su oni tamo ispred tebe. Kroz prisnost i slike naučićeš da ih vidiš.

Vizualizuj sebe u uobičajenoj formi, sa svim tvojim muškim rođacima na desnoj strani i ženskim na levoj strani. Zamisli da si u ogromnoj gomili ljudi i životinja, zamisli sebe kao njihovog vođu i sve vas kako vršite prostracije i uzimate utočište. Vršiš prostracije dodirujući sklopljenim rukama — dlanovi su priljubljeni, prsti ispruženi i palčevi uvučeni — vrh glave, između obrva, grlo i srce, zatim lezi na zemlju i potpuno se ispruži sa rukama op-

ruženim ispred sebe. Brzo se podigni. Čini ovo dok ponavljaš stihove poput ovih: »Ja i sva materinska osetna bića brojna u prostranstvu... pristupamo u utočište svetim poštovanim Guruima. Mi pristupamo u utočište Yidam-a i mnoštvu njihovih mandala božanstava. Mi pristupamo u utočište Blagoslovenim Budama. Mi pristupamo u utočište Svetoj Dharmi. Mi pristupamo u utočište Plemenitoj Sangha-i. Mi pristupamo u utočište mnogobrojnim Dāka-ma, Dākini-ma, Dharmapālama i Zaštitnicima koji poseduju »oko iskonske svesnosti«. Kroz sve ovo održi jako stanje koncentracije, vere, i iskrenosti. Ova tri momenta — klanjanje, izgovaranje stihova i koncentracija — poznati su kao telesna, govorna i mentalna prostracija. Stihove i telesnu prostraciju treba da ponoviš 100 000 puta, a isto tako počni svaku meditaciju sa najmanje sedam.

Kada budeš vršio prostracije: iskusićeš puno patnje. Posmatraj ovaj bol poput injekcije koju si srećan da primiš da bi se izlečio od bolesti. Tvoja nelagodnost srazmerna je količini nedozrele patnje i negativne karme od koje se pročišćavaš. Ako te boli, osećaj ne samo da uklanjaš, ovim iskustvom, patnju koju si mogao imati u još težem obliku, u nesrećnom, ponovnom rođenju, već, takođe, kako uklanjaš i patnju sa drugih. Ako ti je vruće ili hladno, moli se da to eliminiše ono što osećaju stvorenja u paklu. Ukloni glad i žeđ sa gladnih duhova i ako tvoja svest postane otupela sa klonulošću i prazna, zamisli kako su životinje oslobođene od svoje glupavosti. Sa jakom verom i neprekidnom pojačanom motivacijom, nećeš imati nikakve sumnje u to što radiš. Ako bi se pojavile misli o tome da ovo napustiš i da činiš nešto drugo, posmatraj ih kao zajedljivu gomilu i ne obraćaj nikakvu pažnju na njih.

Takođe je potrebno da recituješ, »(Ja pristupam u utočište sve dok ne budem prosvetljen) do Buda, Dharme i Najvišeg Skupa...« i tako dalje dok misliš, »Shvatajući da su sva bića bili moji majka i otac, ja ću da pristupim u utočište i da razvijem Prosvetljeni Motiv Bodhicitta-e.« Pored ovoga, treba da meditiraš nad četiri neizmernosti, »Neka sva osetna bića budu obdarena srećom i povodima za radost...« i tako dalje.

Stih, »Ja pristupam u utočište sve dok ne budem prosvetljen do Buda, Dharme i Najvišeg Skupa. Usled vrlih zasluga koje sakupljam upražnjavajući davanja i druga savršenstva, neka ja dostignem stanje Bude da bih bio sposoban da učinim dobro za sva osetna bića«, najčešće se izgovara da bi se pojačao tvoj razvoj Bodhicitta-e. Četiri neizmernosti jesu (1) ljubav, želeći svim bićima da budu obdareni srećom i povodima za radost, (2) samilost, želeći im da se razdvoje od patnje i od svih uzroka bola, (3) radost, želeći im da se nikada ne razdvoje od sreće koju imaju i (4) ravnodušnost, želeći im da se oslobode od svake privrženosti i odbojnosti i od svih pojmova o nečemu bliskom i o nečemu dalekom.

Na završetku, treba da meditiraš kako se objekti utočišta tope u svetlost i rastvaraju u tebi i kako je tvoj umni — tok ovako pročišćen.

Kada si završio svoj obred prostracije, rastvori sve likove u centralni lik tvog Gurua kao Bude Vajradhāra-e i konačno njega u sebe. Boravi u ne-objektivirajućem stanju neodvojive Praznine i jasnosti, neusmeren na bilo kakav krajnji vid egzistencije. Drugim rečima, ne preobražavaj ništa u konkretne, istinski postojeće objekte. Radije, budi ovde i sada i osećaj da si potpuno pročišćen.

Ovo je prvo (preliminarno vežbanje), meditacija pristupanja u utočište i razvijanja Prosvetljenog Motiva.

## VAJRASATTVA MEDITACIJA

Vajrasattva, ili na tibetanskom Dor-je sem-pa, jeste vid Buda posvećen pročišćavanju i uklanjanju patnje sa drugih, bolesti i nedozrelih, nesrećnih posledica njihove prethodno učinjene ne-vrline. On se javlja u mnogo oblika, mironosan ili kao Heruka Vajrasattva, bilo sam ili sa ženom. Njegovo upražnjavanje može da bude manje ili više razrađeno. Ovo što sledi jeste metod pročišćavanja sa samim Vajrasattva -om.

Na temenu glave (vizualizuj) tvog Gurua kao Vajrasattva-u, bele boje, kako svojom desnom rukom drži skiptar na srcu a levom zvono na bedru i ukrašenog sa većim i manjim oznakama Bude.

Na vrhu tvoje glave u tvojoj uobičajenoj formi vizualizuj slog PAM. Ovo se preobražava u beli lotos a na njemu, iz sloga AH, pojavljuje se ravan, pun-mesečev disk. Na vrhu ovoga, slog HŪM pretvara se u peto-vrhni vajra ili dijamantski skiptar označen u središtu sa HŪM. Emituju se svetli zraci i dva puta se ponovo apsorbuju, prvi put čineći prinošenja različitim Budama i Bodhisattva-ma i drugi put eliminišući patnju svih bića. Vajra se tada preobražava u samog Vajrasattva-u, kao što je već opisano. Njegova leva noga položena je na vrh desnog bedra a desna je ispružena na dole.

U njegovom srcu nalazi se mesečev disk sa uspravnim belim slogom HŪM u svome centru.

Vajrasattva poseduje ujedno i sto-složnu i šesto-složnu mantru i one mogu da budu poređane na različite načine, bilo u smeru ili suprotno od reda časovnika, bilo da se okreću ili da su nepomične. U ovoj posebnoj meditaciji, njegova sto-složna mantra, koju ćeš ponoviti 100 000 puta, poređana je suprotno od reda časovnika duž spoljašnjeg ruba mesečevog diska u njegovom srcu. Slova su bele boje, uspravna, okrenuta ka unutrašnjosti i ne pokreću se.

Nakon što si na ovaj način meditirao, treba da kažeš, »Oh, Guru Vajrasattva, molim te očisti me od svih smetnji i od nedozrelih, nesrećnih posledica mojih prethodno učinjenih ne-vrljih dela«. Takođe, treba da primeniš (4) različite (suprotne sile) prilikom izjavljivanja tvoje prethodne ne-vrline.

Da bi ova meditacija bila što delotvornija ona mora da se upotpuni sa četiri suprotne sile korišćene prilikom ispovedanja ili izjavljivanja tvojih prethodno učinjenih ne-vrljih dela. Prvo moraš da opozoveš sve tvoje greške i da osetiš iskreno žaljenje. Zatim sledi obećanje da ćeš krajnjim naporom pokušati da ih ne ponoviš. Zatim moraš da se osloniš na osnovu ili objekat protiv kojeg su tvoje ne-vrline učinjene, odnosno na tvoje izvršenje utočišta i Bodhicitta-e. Na ovaj način, uzimanjem utočišta i pojačavanjem tvog Prosvetljenog Motiva, ti snažiš temelj svoje moralnosti. Konačno, da bi uklonio sve zamrljanosti, ti primenjuješ ovakve pročišćavajuće vežbe kao što su Vajrasattva-ine. Ako su ova četiri nepotpuna, ma kakvo pročišćavanje da učiniš, biće samo privremeno premazivanje. Ali sa ove četiri suprotnosti i sa iskrenim ubeđenjem u njihovu sposobnost da te pročiste, nema sumnje da one neće delovati.

Zatim, vizualizuj kako beli nektar teče iz velikog palca desnog stopala Vajrasattva-e, kako ulazi kroz teme tvoje glave i ispunjava čitavo tvoje telo. Sve tvoje smetnje i nedozrele posledice te napuštaju i ti si potpuno ispunjen nektarom.

Dok izgovaraš sto-složnu mantru, bela svetla i pročišćavajući nektari zrače iz mesečevog diska, početnog sloga HŪM i mantre na njegovom srcu, potpuno ispunjavajući njegovo telo i ulaze u tebe kao i pre. Zamisli kako iz pora i otvora na tvom telu prepreke i nedozrele nesrećne posledice odlaze u vidu čađavog i crnog katrana, bolesti i zaraze u vidu gnoja, krvi, sluzi, i slina i štetni uticaji zlih duhova kao zmije, škorpije, paukovi i insekti, sve ovo iščezava u zemlji a umesto toga ti si ispunjen belim nektarom i svetlostima. Vizualizuj kako se ovaj isti proces dešava za sva osetna bića oko tebe, bilo da svako od njih ima\* svog sopstvenog Vajrasattva-u na vrhu glave ili da svi dele jedan veliki lik.

Zadovoljan, tvoj Guru (Vajrasattva) rastapa se u svetlost (i iščezava u tebi). Ti treba da meditiraš kako su se tvoji telo, govor i um neodvojivo pomešali sa Vajrasattva-inim i kako si ti bio očišćen od svih smetnji i nedozrelih, nesrećnih posledica. Ovo je drugo (preliminarno vežbanje): Vajrasattva meditacija i kazivanje mantre.

---

\* Prim. prev. (ima odnosno vizualizuje).



Prinošenja se, uopšteno, ne vrše zato da bi se zadovoljio ili podmitio objekat kome su posvećena. Ona su simbol tvoje potpune posvećenosti Prosvetljenju koje je predstavljeno Guruima i Trima Draguljima Utočišta, a prinose se da bi se zadobila zasluga koja će te odvesti do njihovog stanja. Kada sadiš useve u polju, to ne koristi zemlji već tebi samome. Isto tako, vršenje prinošenja okupljenim Guruima kao polje zasluga, vodi te do Prosvetljenja tako da možeš da činiš dobrobit za sve.

Postoji mnogo tipova mandala. Jednu klasifikaciju čine nebeska zdanja u kojima borave meditaciona božanstva. To su tro-dimenzionalne strukture čiji su osnovni planovi predstavljeni na slikanjima mandala. Drugi tip koji se koristi u prinošenjima, sačinjen je od tanjiraste osnove, prstenja, krune i pirinča, žita ili nakita i simboliše univerzum.

Potrebno je da meditiraš kako je (ispred tebe) mandala zdanje sa pet mnoštva figura unutar. U središtu je tvoj Guru (kao Vajradhāra), ispred njega su meditaciona božanstva, sa njegove desne strane su Bude, iza njega su svete knjige Dharme i sa njegove leve strane je Sangha. Ovo je mandala načinjena ispred tebe.

Uopšteno, mandala zdanja su četvrtasta sa podom na zemlji i kao — toranj strukturom. U

središtu svakog zida nalaze se vrata, ulaz-koridor, predvorje i zasvođen hodnik od kojih je ovo poslednje utvrđeno na vrhu sa dva jelena i točkom Dharme. Tačne arhitektonske strukture i proporcije, razlikuju se neznatno za svako meditaciono božanstvo i mogu da budu veoma složene.

U središtu ovakve prozračne građevine, načinjene od svetlosti i vizualizovane ispred tebe, nalazi se tvoj Guru u formi Vajradhāra-e. On je na prestolu poduprtom lavovima i sa sedištem od lotosovog i mesečevog-jastuka. Iznad njega su svi rodovi Gurua, od samog Vajradhāra-e kroz Tilopu, Nāropu i tako dalje sve do njegovog sopstvenog korenitog Gurua. Oko njega su grupe figura kao i prethodno, slično vizualizaciji utočišta i prostracije. Ovo je tvoje polje zasluga kojem vršiš prinošenja.

Zatim načini drugu mandalu sa njenim bedemima i prinesi je uz stih »... mandala sagrađena na postolju blistava sa cvećem, šafranovom vodicom i kadom...« i tako dalje, u skladu sa ostalim postupcima mandale. Ovako treba da prineseš i stvarna materijalna prinošenja i ona umno stvorena.

Kod ovakvog klasičnog sklopa prinošenja mandale, prvo pridržavaj tanjirastu osnovu i obriši je da bude čista, za koje vreme jedanput izgovaraš Vajrasattva-inu sto-složnu mantru da bi pročistio zamrljanosti. Zatim na to stavi kapljicu vode da bi naznačio svoju motivaciju Bodhicitta-e i vlažnost tvoje samilosti. Zatim, postavljajući prvi prsten na podlogu, dodaj gomilice od pirinča, žita i drugog, u prikladnim pravcima za svako od mesta, bogatstava i boginja spomenutih sve dok se krugovi ne ispune i dok sve nije krunisano sa draguljem na vrhu. Ovo je stvarno materijalno prinošenje koje se vrši dok se kazuju prikladni stihovi.

Mentalno stvoreno prinošenje jeste tvoja vizualizacija kao što je opisana ovim stihovima. Ono što ti prinosiš jeste čitav univerzum i svo njegovo bogatstvo kao što je to Buda opisao u učenjima Abhidharma-e. Buda je univerzum različito opisao u posebnim okolnostima i za različite ljude, pošto u zavisnosti od tvojeg stanja čistote zavisi i tvoje različito viđenje stvari. Prema ovom posebnom opisu, postoji zlatna zemlja ili osnova sa gvozdenim prstenom ili ogradom oko svoga perimetra i sa okeanom slane vode izvan. U unutrašnjosti ograde, po jedan u svakom od glavnih smerova nalaze se četiri kontinenta- svaki sa po dva pot-kontinenta između sebe i ograde, svi razdvojeni okeanima. Sa druge strane kontinenata, postepeno bliže središtu nalaze se naizmenični krugovi sedam zlatnih planina i sedam jezera sveže vode. U samome centru nalazi se planina Meru, četvrtasta, oblika stupe,\* sa četiri stepenice ili nivoa koji se uzdižu naviše od podnožja. Njena istočna strana je od belog kristala, južna od plavog lapis lazulija, zapadna od crvenog rubina a severna od zelenog emeralda. Okean i nebo su u svakom od pravaca odgovarajuće boje. Istočni kontinent i pot-kontinenti su oblika polumeseca sa ravnom ivicom prema planini Meru; južni su zakrivljeni trapezoidi, sa konkavnim stranama i sa dužim konkavnim vrhom udaljenim od planine Meru a sa kraćim konveksnim podnožjem blizu nje; zapadni su kružnog a severni su četvrtastog oblika.

Ljudski život, kao što znamo, nalazi se na južnom kontinentu, gde su okeani i nebo plavi. Drugi kontinenti, ne trebaju da se smatraju kao mesta u spoljašnjem svemiru koja mogu da se dostignu svemirskim brodom. Tamo možeš da odeš samo ako si sakupio karmu za takvo ponovno rođenje.

\* Prim. prev. (stupa — Budistički monument).

Stih ponavljaš 100 000 puta jer ova preliminarija glasi, »Upućujući Poljima Buda ovo prinošenje mandale načinjene na postolju blistave, sa cvećem, šafranovom vodicom i kadom, ukrašene sa planinom Meru i četiri kontinenta, kao i sa suncem i mesecom, neka sva osetna bića budu vođena do ovih polja.«

Snagom ovakvih prinošenja, ti upotpunjuješ svoja sakupljanja (zasluge i uviđaje) i primaš blagoslove da razviješ najuzvišenija iskustva i uviđaje. Zamolivši za ovakve (blagoslove), treba da pomisliš kako se mnoštvo božanstava u mandali načinjenoj ispred tebe stapaju u svetlost i rastvaraju u tebi. Na ovaj način ti upotpunjuješ oba sakupljanja.

Prinoseći čistim objektima u mandali načinjenoj ispred sebe ujedno materijalno prinošenje postavljene mandale i vizualizovani univerzum, ti nagomilavaš zasluge. Čineći tako dok meditiraš nad ne-objektivirajućim stanjem praznine u odnosu na prinošenja, ti nagomilavaš uviđaje. Uz moć ova dva sakupljanja ti savlađuješ dve vrste prepreka, one koje sprečavaju Oslobođenje i Sveznanje. Sakupljanje zasluga rezultuje tvojim dostignućem Budinih Tela Oblika, a sakupljanje uviđaja Telima Mudrosti. Tela Oblika jesu Tela Emanacije (Nirmāṇakāya) i Tela Korisnosti (Sambhogakāya). Prva se pojavljuju običnim bićima koja poseduju karmu da ih vide, a druga Ārya Bodhisattva-ma, odnosno onima sa Prosvetljenim Motivom koji poseduju golu percepciju Praznine. Tela Mudrosti jesu Tela Prirode (Svabhāvakāya) i Tela Mudrosti-Istine (Dharmakāya). U skladu sa ovim tekstom, prva predstavljaju Sveznajući um Bude i Prazninu toga uma, dok druga predstavljaju neodvojivost prethodna tri. Međutim, definicije poslednja dva tela češće su obrnute i ponekad se Dharmakāya koristi sama kao uopšteni termin za obadva. Šta-

više, postoji mnogo drugih nivoa na kojima različita Budina tela mogu da se shvate i odrede.

Ovo je treće (preliminarno vežbanje): ulaganje truda u instrukcije i prinošenje mandale.

## GURU-JOGA

Poslednja od vanrednih preliminarija, takođe u cilju sakupljanja zasluga i blagoslova, jeste Guru-joga. Za ovo, potrebno je da sebe vizualizuješ u vidu meditacionog božanstva. To može da bude bilo koje božanstvo, ali obično se uzima Vajrayogīni. Ona je crvene boje, ima jedno lice, dve ruke, dve noge i stoji na jednoj nozi, sa svojim levim stopalom stoji na vrhu lotosa, leša i sunčevog diska, a desno stopalo je povijeno naviše prema levom bedru. Iznad njene glave ona desnom rukom drži kasapski nož a u levoj ruci drži vrč od lobanje na srcu. Khatvanga-palica oslanja se na njeno levo rame. Sa tobom u ovakvom vidu, nastavi sa upražnjavanjima.

Potrebno je da meditiraš kako se na kruni na tvojoj glavi nalazi tvoj sopstveni Guru, bilo u njegovom vlastitom telesnom obliku ili u aspektu meditacionog božanstva, šta više želiš. Treba da meditiraš kako je čitav (rod) Gurua, idući unazad do Vajradhāra-e, poređan jedan nad drugim iznad njegove glave ili kako su svi oni okupljeni oko njega. Treba da im se moliš dugo i snažno sa neizmernom vatrenom pažnjom, ljubaznim poštovanjem i sa posebnom iskrenošću. Kada se tvoj stav promenio (na bolje), učini ga postojanim. Zatim se sve Bude, Bodhisattva-e, Dāka-e, Dākinī-e, Dharmapāla-e i zaštitnici zajedno sa svojom okolinom rastvaraju u

tvog sopstvenog Gurua i ti treba da meditiraš nad svojim sopstvenim Guruom kako ih on sve prisajedinjuje i otelovljuje.

Kao što je već prethodno naznačeno, postoji mnogo raznolikosti Guru-joge-vizualizujući svog sopstvenog Gurua bilo u njegovom ličnom obliku, ili kao Vajradhāra-u, Mar-pa-u, Mi-la rā-pa-u, Gam-po-pa-u, Kar-ma-pa-u i tako dalje. Tvoj Guru ti može reći da odabereš Vajradhāra-u u kom slučaju bi se on nalazio na prestolu koji podupiru lavovi, na lotosu i sunčevom-disku, okružen sa četiri mnoštva likova i redom Gurua kao što je to i u utočištu i u vizualizacijama mandale. Bilo kako, usamljeni lik tvog uprestoljenog Gurua odgovaraće, pošto tvoj sopstveni Guru otelovljuje sva tri utočišta.

Načini spoljašnja, unutarinja i tajna prinošenja i prinesi sedam delova molitve.

Spoljašnja jesu prinošenja od željenih objekata čula, bilo materijalno uređena ili mentalno stvorena. Unutarinja jesu od pročišćene hrane i tečnosti i simbolišu preobražavanje tvojih zabluda, agregata i drugog. Tajanstvena jesu prinošenja od okolnosti stvaranja blaženstvene svesnosti radi najmoćnijeg ostvarenja Praznine.

Sedam delova molitve ili sedmo-delna pūja uključuju (1) prostraciju, (2) vršenje prinošenja, (3) ispovedanje ili izjavljivanje tvoje prethodne ne-vrline, (4) radovanje zaslugama drugih, (5) molbu Guruima da poučavaju, (6) preklinjanje Gurua da ne odlaze i (7) posvećivanje tvoje zasluge. Osmi deo uzimanja utočišta se ponekad dodaje između drugog i trećeg dela.

Snažno primi utočište, pojačaj svoj Prosvetljeni Motiv i pomoli se sa sledećim stihovima: »Sva ma-

terinska osetna bića po broju jednaka (ogromnom prostranstvu) svemira mole se Guruu kao plemenitom Budi... kao sve-prožimajućoj Dharmakāya-i, ... kao Sambhogakāya-i Velikog Blaženstva, ... kao samilosnoj Nirmānakaya-i...« i tako dalje.

Smisao molitve Guruu kao plemenitim Budama jeste da on otelovljuje sva Tri Dragulja Utočišta. Njegovo telo predstavlja Sangha-u, njegov govor Dharmu a njegov um predstavlja Bude. Stoga je ovaj stih upućen Guruu kao telu, govoru i umu Buda, koji predstavlja Tri Plemenita Dragulja, kao i njemu kao tri-ma Budinim telima. Ovo može da se ponovi 100 000 puta ili se, još češće, sledeći šesto-redni stih prvog Kar-ma-pa-e kazuje mnogo puta kao dodatak milionu repeticija Kar-ma-paine mantre.

»Ja prinosim molbe plemenitom Guruu. Blagoslovi me da pročistim svoj um od poimanja istinskih identiteta. Blagoslovi me da u svom umnom-toku razvijem uviđaj da vidim sve svetovne stvari kao nepotrebne. Blagoslovi me da prestanu moje ne-Dharmičke misli. Blagoslovi me da shvatim da je moj um nerođen. Blagoslovi me da će se moje varljive misli rastvoriti na svome mestu. Blagoslovi me da shvatim sve pojave egzistencije kao Dharmakāya-u«.

Zatim tvoj Guru iščekava u tebi i ti treba da pomisliš kako su telo, govor i um tvoga Gurua postali neodvojivo spojeni sa tvojim sopstvenim umom. Nakon što si ovako učinio, ostani usredsređen u stanju koje je oslobođeno od mentalnih tvorina (krajnjih vidova egzistencije).

Na završetku tvog kazivanja, treba da vizualizuješ svog Gurua kako ti prenosi četiri tantrička opunomoćenja kao što sledi. Prvo se belo svetlo emituje iz njegovog čela ka tvome, uklanjajući prepreke koje su zaslužene ne-vrlim delima tvoga tela. Ovo ti prenosi opuno-

moćenje vaze, dopuštajući ti da se uključiš u vežbe razvojnog stupanja i zasađuje seme za tvoje dostizanje Dharmakāya-e ili Budinog Tela Emanacije.

Iz njegovog grla ka tvome grlu emituje se crveno svetlo, uklanjajući prepreke zaslužene tvojim ne-vrlim govorom. Ovo daje tajanstveno opunomoćenje, dopuštajući ti da meditiraš nad vežbom završnog stupnja što obuhvata sistem suptilne fizičke energije i zasađuje seme za Sambhogakāya-u.

Plavo svetlo iz njegovog srca ka tvome eliminiše prepreke zaslužene tvojom mentalnom ne-vrlinom, prenoseći opunomoćenje mudrosti dopuštajući ti da se uključiš u vežbe sjedinjavanja i zasađuje seme za Dharmakāya-u.

Najzad, belo, crveno i plavo svetlo se emituju istovremeno iz sva tri mesta ka tvojim mestima, uklanjajući sve fizičke, govorne i mentalne smetnje zajedno, dajući opunomoćenje reči dopuštajući ti da upražnjavaš Mahāmudrā-u ili završni stupanj bez znakova i zasađuje seme za Svabhāvakāya-u.

Nakon svega ovoga, vizualizuj kako se rod Gurua rastvara jedan u drugome, zatim u tvog sopstvenog Gurua a on u tebi. Ostani u ne-objektivirajućem stanju Praznine a zatim posveti zaslugu za Prosvetljenje svega.

Ako uložiš napor oslanjajući se na ovaj metod u cilju zadobijanja uviđaja u Mahāmudrā-u, Velikom Pečatu Praznine, primićeš blagoslove i nadahnuće (Gurua). Ovo je četvrto (preliminarno vežbanje): meditacija nad Guru-jogom.

## SMRT I NETRAJNOST

Ako ne meditiraš nad netrajnošću, ti nećeš odvratiti svoj um od interesovanja za ovaj život. Ako ne preobraetiš svoj um, nećeš se osloboditi od saṃsāra-e, ili kružne egzistencije. U vezi sa ovim (Nāgārjuna je u svom »Suhrllekha« rekao), »Postoji tako puno stvari koje mogu da povrede naš život, jer on je netrajan kao i mehur na vodi koji vetar može da rasprсне. Veliko je čudo da nakon izdisanja ponovo udišemo i da se nakon spavanja ponovo budimo«.

Uopšteno, svi uslovni fenomeni su netrajni a, posebno je, životna sila osetnih bića netrajna poput mehura. Nikada ne možeš da saznaš kada ćeš umreti. Nije neizvesno da nećeš umreti ovoga časa. Šta više, u vreme smrti ništa osim Dharme nije od pomoći. Ako radiš za beznačajne svetovne stvari u toku ovoga života, nećeš biti sposoban da mimoiđeš uzroke patnje. Stoga se zavetuj da ćeš, kad god tvoj um odluta makar i na tren ka mislima o jelu, odevanju i drugome, ti misliti na smrt.

Svi uslovni fenomeni, odnosno oni koji zavise o uzrocima i okolnostima, netrajni su. Ovo uključuje oživotvorene i neoživotvorene objekte, osetna bića i njihovu okolinu. Ono što je čvrsta struktura danas, može sutra da se satre u prah. Osobito je, tvoj sopstveni život krajnje nepostojan i može vrlo lako da se izgubi. Niko ne može da garantuje da ćeš su-

tra da budeš živ a kada tvoje vreme dođe, ni kakvi prijatelji, ni doktori, ni lekari, ni novac ili slava ne mogu da spreče tvoju smrt. Jedina stvar koja može da pomogne jeste upražnjavanje Dharme. Ako si sakupio mnogo vrlih dela u toku svoga života, možeš da umreš u miru, uveren da ćeš kao ishod tvoje bele karme da zadobiješ srećno ponovno rođenje.

Stoga ne budi u zabludi misleći da će ti čulna zadovoljstva doneti trajnu sreću. Ako si privučen prekrasnim vidicima, razmišljaj o tome kako je noćni leptir primamljen na svoju smrt zbog svoje opčinjenosti plamenom. Ako si privučen zvucima, razmišljaj kako je patka zavedena lovčevim zovom-patke. Pčele su privučene mirisom biljke-mesoždera a muve mirisom izmeta, samo da bi se utopile u toaletu. Ribe su primamljene na udicu usled svoje želje za okusom gliste. Slonovi, opsednuti fizičkim osećajem češanja navedeni su svojom pripitomljenom sabraćom između dva bodljikava drveta i tako uhvaćeni od dresera i odvedeni u ropstvo. Razmišljajući o ovim primerima, odvрати svoj um od zabrinutosti za svetovna zadovoljstva, uvidevši da su ona samo uzroci još veće patnje. Shvatajući da možeš da umreš bilo kojeg trenutka, ne rasipaj svoje vreme na beznačajne stvari. Odnosi se prema hrani i odevanju kao i osuđenik prema svojem poslednjem jelu i odeći.

Treba da izbrojiš koliko je tvojih prijatelja i rođaka umrlo u svoje vreme i da razmišljaš o načinu njihove smrti i o tome kako je njihovo telo odnešeno na groblje i kao od njihovog tela ništa nije ostalo. (Razmišljajući tako) ni ti takođe ne prevazilaziš takvu prirodu, treba da postaviš sebe u stanje drhtavog straha kao neko koji se nalazi u rukama dželata. Ne dozvoli da tvoj um izmakne u mentalno lutanje. Kada potpuno izgubiš svaki interes za ovaj život, meditiraj nad ovim stanjem po-

stavši potpuno obuhvaćen njime. Ovo je peto (preliminirano vežbanje): meditacija nad smrću i ne-trajnošću.

Smisao ovih meditacija nije da te učine depresivnim. Kada bi njihov ishod bio samo pesimistički bol »Ja ću umreti i ne postoji ništa što mogu da učinim«, tada bi meditacija bila samo uzrok nespokojstva i patnje. Čitav smisao meditacije smrti jeste da te potstakne da upražnjavaš dharmu, da razmišljaš o karmi i zakonu uzroka i posledica i o tome kako možeš nešto da učiniš da bi uticao na tvoja buduća ponovna rođenja. Stoga meditacija treba da te obode poput borca koji je gurnut u arenu. Kao što je rekao Je-tzun Mi-la rä-pa, »Otišao sam u planine jer sam se plašio smrti. Ali sada, kada vidim istinsku Dharmakāya prirodu svog uma, čak i ako smrt dođe ja se ne bojim«.

Nakon ovoga, neophodno je ne zbuniti se u vezi sa onim što treba da se prihvati i sa onim čega treba da se odrekne u odnosu na karmu i zakon uzroka i posledice. Plodovi ma kakvih učinjenih dela bilo kojeg živog bića sazrevaju na samom tom individualnom biću. Štaviše, ako izvršiš deset ne-vrljih dela rađaš se u jednom od nesrećnih stanja ponovnog rođenja. U zavisnosti od tri otrova sa kojima su ova dela učinjena, u zavisnosti od njihove učestanosti, od toga kakav je njihov objekat i da li su ozbiljne, srednje ili niže prirode, ti se rađaš ponovno kao stvorenje pakla, gladni duh ili životinja. Kada se jednom tako rodiš, moraš da iskusiš neizmernu patnju. U zavisnosti od toga da li izvršavaš velika, srednja ili neznatna vrla dela, rađaš se ponovo bilo u Bezobličnim ili Obličnim Carstvima ili kao bog u Carstvu Želje. Zbog toga svaki put ispitaj (dela koja učiniš putem) tri vratnice tvojeg (tela, govora i uma).

Suštinske činjenice zakona uzroka i posledice jesu da sreća ishodi iz vrljih dela ili »bele« karme a patnja iz ne-vrljih dela ili »crne« karme. Štaviše, sve što učiniš dozreva na tebi samom; ako nekoga ubiješ, posledica neće dozeti na tvojim roditeljima ili na deci, samo na tebi. Stoga moraš da se odrekneš svirepih dela i da prihvatiš dobra dela ako želiš da učiniš dobrobit za sebe a zatim za druge.

Deset ne-vrljih dela podeljena su na tri telesna, četiri govorna i tri umna dela. Tri telesna dela jesu ubijanje, uzimanje onoga što nije dato ili krađa i odavanje nepriličnom seksualnom ponašanju kao što su preljuba ili silovanje. Četiri govorna jesu laganje, upotreba razdornog jezika, pričanje pogrđnih i grubih reči i dokono ogovaranje. Tri umna jesu posedovanje pohotnih misli prema onome što pripada drugima, gajenje zle-volje i držanje nepravilnih stavova kao što je neverovanje u uzrok i posledicu.

Deset jedinih vrljih dela jesu uzdržavanje od deset ne-vrljih dela. Deset posebno vrljih dela, međutim, jesu spasavanje tuđih života, upražnjavanje velikodušnosti, održavanje stroge moralnosti i ohrabrivanje drugih da čine tako pričanje istine bez izazivanja zbunjenosti, posredovanje u razmiricama i izmirenje neprijatelja, ugodno i tiho pričanje, pričanje sa smislom kao što su podučavanje i molitva, posedovanje malo želja i poznavanje zadovoljstva, posedovanje dobre-volje prema drugima i držanje ispravnih stavova sa verom i ubeđenjem u učenje.

Ako spasavaš živote drugih i odbijaš da ubijaš, tvoj sopstveni život će da bude duži, ali ako nastaviš da ubijaš, tvoj život će biti kratak i ispunjen bolešću. Ako si velikodušan i nikada ne kradeš, dospećeš do bogatstva. Ali ako pljačkaš, bićeš siromašan i uvek podložan krađi. Usled striktne moralnosti i odricanja od nepriličnog seksualnog ponašanja posedovaćeš prijatnu pojavu i dobre bračne odnose i prijateljstva. Ali ako tvojim seksualnim ponašanjem uzrokuješ povredu, bićeš odvratan, imaćeš nesretan brak i nevernog supružnika.

Ako govoriš istinu i nikada ne lažeš, drugi će verovati onome što govoriš. Ali se niko neće obazirati niti verovati tvojim rečima ako uvek lažeš. Ako se uzdržavaš od razdornog pri-

čanja i pokušavaš da zbližiš ljude, tvoji će odnosi sa prijateljima uvek da budu bliski. Međutim, ako uzrokuješ razdore, nagomilaćeš neprijatelje, bićeš središte nepoverljivosti i imaćeš slabe odnose sa drugima. Ako uvek govoriš prijatno i nikada oštro, drugi će sa tobom ljubazno da govore. Ali ćeš primiti samo grdnje i moraćeš da slušaš neprijatnosti ako nastaviš da proklinješ druge. Ako pričaš sa smislom i nikada ne ogovaraš i sam ćeš da slušaš značajne stvari; međutim ako nastaviš da brbljaš dokono, besmisleno bulažnjenje je sve što ćeš da čuješ.

Ako si zadovoljan i nikada pohlepan, nikada ti ništa neće nedostajati. Ali ako uvek žudiš za dobrima svoga suseda, postaćeš prosjak koji uvek oskudeva. Ako poseduješ dobru volju i ako nisi zloban prema drugima, ljudi će ljubazno da se ophode prema tebi i ukazivaće ti pažnju, dok ti loša volja samo donosi sumnju i nepravdu drugih. Konačno, ako zastupaš ispravne, neiskvarene stavove tvoja inteligencija i mudrost će se uvećavati i tvoj um će uvek biti oštar. Međutim, ako prijanjaš uz lažna gledišta, bićeš umno ograničen, zatupljenog uma i ispunjen sumnjama.

Posledice karme mogu da se podele na mnogo načina kao što je i ovaj koji se nalazi u tekstu. Naredni način nalazi se u granicama zabluda koje motivišu tvoje aktivnosti. Ako deluješ pod jakim uticajem ponosa i gordosti, bićeš ponovno rođen kao bog; iz ljubomore ćeš se ponovo roditi kao anti-bog; iz želje kao ljudsko biće; iz umne-ograničenosti kao životinja; iz mizerije kao gladni duh; i iz gneva kao stvorenje pakla. Stoga, nastoj da eliminišeš zablude i upražnjavaj vrlo dela da bi se oslobodio od svih šest carstva kružne egzistencije ili saṃsāra-e i da bi konačno dostigao Prosvetljenje.

Ma kakva vrlo dela da učiniš, nastoj da ih uvećavaš i proširuješ. Ma koja ne-vrlo ili neodređena dela da izvršavaš, pokušaj da ih eliminišeš i zaustaviš. Drugim rečima, bez zbunjenosti u vezi sa onim čega se treba odreći, a šta treba prihvatiti, čemu se treba posvetiti, a od čega se treba odvratiti, prekini tokove kontinuiteta tvojih ne-vrlih dela i neka točak vrlih dela tvoje tri vratnice bude bez ikakvih rupa. Ovo je smisao Budinog učenja i cilj upražnjavanja i ti treba da delaš u saglasnosti sa ovim. Stoga, kad jednom naučiš, vrlo detaljno, šta treba da se prihvati, a čega treba da se odrekne, s obzirom na karmu i zakon uzroka i posledice, vežbaj sebe u tome. Ovo je šesto (preliminarno vežbanje): učenje o karmi i zakonu uzroka i posledica.



Nakon ovoga, ako ne meditiraš nad nepogodnostima saṃsāra-e, ili kružne egzistencije, nećeš se odvojiti od njene prisilne privlačnosti, niti ćeš razviti misli odricanja. Iz ovakvog stanja, iskustva i uviđaj neće osvanuti u tvom umnom-toku. Pošto ćeš lišiti sebe sopstvenog udela takvih osvanuća, moraš da meditiraš nad patnjom saṃsāra-e u nameri da je napustiš.

U vezi sa ovim, ako su osetna bića ponovno rođena kao stvorenja u paklu, njihove su patnje poput onih u osam vrelih paklova, osam hladnih paklova, susednih paklova i povremenih paklova. Gladni duhovi pate od gladi i žeđi. Životinje bivaju ubijane i klane. Ljudska bića poseduju rođenje, starost, bolest i smrt. Bogovi poseduju padove sa svojih položaja i njihova se svesnost prenosi. Anti-bogovi imaju svađe i borbe. Ovakve su patnje svojstvene u šest stanja ponovnog rođenja.

Pored ovoga, očita patnja koju iskušavaš jeste patnja usled mizerije. Ono što se javlja kao zadovoljstvo jeste patnja od promene. Ono što ima neodređeni osećajni-ton jeste sve-prožimajuća patnja. Pošto si ovim poslednjim neprekidno povređen, nije važno u kome se stanju saṃsāra-e nalaziš. Čak i ako si dostigao položaj univerzalnog cakra-imperatora, Brahma-e ili Indre i tako dalje, nisi nadmašio patnju. I zbog toga sa ubeđenjem da je saṃsāra kao zatvor, duboki ponor ili plamena masa, trebalo

bi od sada neprekidno, što je više moguće, da tražiš način da se oslobodiš od nje.

Saṃsāra znači »kružiti«, drugim rečima okretati se neprestano kroz ciklus rođenja, bolesti, starosti, smrti, zatim ponovnog rođenja, bolesti i tako dalje. Ona se pokreće i ovekovečava neznanjem i njegovim mehanizmom opisanim sa dvanaest karika međuzavisnog porekla. Postoje četiri načina rođenja, odnosno iz materice, jajeta, toplote i vlažnosti i čudesnim preobražajem. Ovo te uvodi u šest stanja ponovnog rođenja kao stvorenje u paklu, gladni duh, ljudsko biće, antibog ili bog.\* Prvih pet jesu u Carstvu Želje a bogovi se protežu kroz sva Tri Carstva: Želje, Oblika i Bezobličja. Ali, bez obzira na to gde i kako si ponovno rođen, postoji samo patnja.

Svako od stanja ponovnog rođenja ima svoje sopstvene nepogodnosti kao što je spomenuto u tekstu. Tri opšte patnje usled mizerije, promene i one koja je sve-prožimajuća nalaze se svuda. Prva jeste očiti bol usled bolesti, starosti itd. Patnja od promene dolazi od naizgled priyatnih stvari kao što je ukusno jelo ili šetnja u prirodi koji se mogu preokrenuti u stomačnu uznemirenost ili u žuljeve. Sve-prožimajuća patnja javlja se neodređeno ili ne tako očito običnom biću, kao osećaj pramena kose na dlanu, ali koja je oštra poput dlake u oku za Ārya-e sa golom percepcijom Praznine. Patnja je nerazdvojna u činjenici rođenja sa nečistim agregatima koji su po svojoj sopstvenoj prirodi kao magnet koji privlači bolest, starost i smrt.

Meditirajući, o svim ovim nepogodnostima saṃsāra-e, ti treba da razviješ odricanje ili »Stanje svesti« koje želi da potpuno bude os-

\* (Prim. prev. Životinja je ovde verovatno slučajno ostavljena kao šesto stanje ponovnog rođenja).

lobodeno od sve patnje. Ovo je Hinayāna motivacija i sa njom razumevanje Praznine donosi ti Oslobođenje. Ali, da bi savladao ne samo teškoće koje sprečavaju Oslobođenje, već i one koje ometaju Sveznanje, moraš ići dalje. Dodatno uz odricanje, moraš da razviješ Prosvetljeni Motiv Bodhicitta-e. Videvši kako sva bića iskušavaju patnje samsāra-e i kako žele kao i ti da se oslobode njenog ropstva i da dostignu konačnu sreću, treba da nastojiš da dostigneš Budastvo u želji da oslobodiš ujedno sebe i druge. Ovaj motiv pruža ti ostvarenje praznine, dodatnu snagu koja će te odvesti Prosvetljenju.

Čak i ako postigneš Oslobođenje Hinayāna praktičara, koje je stanje izvan ovoga (samsāra-e), još uvek nisi dostigao stanje konačne sreće. Zbog toga treba na svaki način da pokušaš da postigneš ovo Prosvetljenje bez premca. Tada u ovu svrhu, sa sigurnošću da su sva osetna bića bili ništa drugo do tvoji majke i očevi, bezpočetno dobrodušni, treba da razviješ ne-hipokritičan Prosvetljeni Motiv Bodhicitta-e misleći, »Ja ću definitivno raditi da ih sve postavim u blaženstvo bez premca, potpuno, i do savršenog Prosvetljenja. Ovo je sedmo (preliminarno vežbanje): ulaganje napora u ovom (pravcu).

## DRAGOCENO LJUDSKO PONOVO ROĐENJE

Osnov delanja za ovakvo upražnjavanje jeste dragoceno ljudsko telo. Pošto ga je veoma teško zadobiti, ne treba sebi da dozvoliš da dođeš pod vlast ravnodušnosti i lenjosti, već treba potpuno da se uključiš u upražnjavanja. Kada tvoje potpuno obdareno telo otrgnu demoni smrti i netrajnosti, moraš da odeš praznih ruku i šta ćeš onda da učiniš? Pošto je ovo dragoceno ljudsko obličje teško zadobiti, a lako izgubiti, treba da pokušaš da ostvariš jedno koje je potpuno opremljeno za sva vremena i u svim okolnostima. Činiti napore u ovome predstavlja osmo (preliminarno vežbanje).

Ljudsko obličje, potpuno obdareno sa svim slobodama i pogodnostima za učenje i upražnjavanje Dharme, vrlo se teško zadobija i krajnje je retko i dragoceno. Ono je točak kroz koji ćeš ti da dostigneš Prosvetljenje ili, ako si nepažljiv, niže ponovno rođenje. Njegovi uzroci jesu tvoje sakupljanje zasluga i uviđaja, osobito moralnosti kao i molitve za takvo ponovno rođenje. Śāntideva je rekao kako je njegovo postignuće retko kao i izgledi za slepu kornjaču koja živi na dnu okeana i koja se uzdiže na površinu samo jednom u svakih sto godina i to upravo na mestu gde može da provuče svoj vrat kroz zlatnu zapregu koja plovi nošena vetrovima. U ovoj analogiji, kornjača predstavlja osetna bića, njeno slepilo jeste ljud-

sko neznanje, boravljenje na dnu okeana predstavlja niža ponovna rođenja, izlazak na površinu jeste ponovno rođenje, zlatna zaprega jeste dragoceno ljudsko ponovno rođenje, a njeno nošenje vetrovima predstavlja promenljivost karme.

Sa gledišta brojeva, takođe, ljudsko rođenje je retko. Kaže se da je broj stvorenja pakla jednak broju zrna peska u pustinji, broj gladnih duhova delićima prašine u vazduhu, broj životinja zvezdama u noći i broj ljudskih bića zvezdama koje se vide danju. Ako razmisliš kako je moguće načiniti popis broja stanovnika jedne države, ali kako je nemoguće izbrojati životinje, insekte i mikrobe u njoj, zadobićeš poštovanje prema ovome. Štaviše, iz svetske populacije, oni dobrog srca su još ređi, a od ovih, o onima koji poseduju slobodu, priliku i naklonost da slede Dharmu ustvari se i ne čuje.

Stoga, pošto si postigao dragoceno ljudsko ponovno rođenje, ne rasipaj ga, jer smrt će prebrzo da dođe. Ne budi kao pomorska ekspedicija koja traga za blagom i vraća se praznih ruku. Ne pridajući važnost privremenim zadovoljstvima, upražnjavaj Dharmu i dostigni konačnu i večitu sreću.

## UZROČNI USLOV USPEHA

Od četiri uslova za uspešno upražnjavanje, ovaj uzročni uslov nastoji da izvežba tvoj umni-tok sa (mišlima o) netrajnosti i da razvije tvoje odricanje. Pored ovoga, on treba i da odvрати od prisilne privlačnosti uviđanjem (nepovoljne) vrednosti saṃsāra-ičkih stvari u vezi tebe i u vezi svega ostalog uopšteno. To je deveto (preliminarno vežbanje).

Isto kao što su i uzročni uslovi za vizuelnu spoznaju, elementi zemlje, vode, vatre, energetski-vetar i prostor objekta i spoznajna osnova oka, tako su i ove zajedničke preliminarije graditeljski blokovi meditativnog vežbanja.

## GLAVNI USLOV

Potrebno je da sebe potpuno posvetiš savršenom duhovnom učitelju kao što je Guru koji je ličnost iz roda, Guru koji predstavlja Budine reči, Guru koji je konačna stvarnost, Guru koji se pripisuje pojavi i tako dalje. Zatim, moraš da upražnjavaš na bilo koji način da te on usmeno pouči. Pošto je biti vođen savršenim učiteljem, glavni uslov uspeha, treba sebe da posvetiš na ovaj način. Ovo je deseto (preliminarno vežbanje).

Glavni uslov za vizuelnu spoznaju jeste spoznajna moć oka. Slično ovome, kroz moć tvoje posvećenosti, ti ćeš biti u stanju da ostvariš sve uviđaje.

## OBJEKTIVNI USLOV

Ti moraš potpuno da odbaciš sva sektaška, pristrasna osećanja za to, jer su (sve škole načela i rodova) zasnovane na pripisivanju i mentalnom naznačavanju i predstavljaju konvencionalnosti (za vođenje učenika ka Prosvetljenju). Moraš da razviješ uverenje da su sve one neprotivurečne i da kroz svaku od njih ti možeš da dospeš do prirodne, posebno odlikovane, praiskonske prirode stvarnosti, trajnog stanja svih stvari. Pošto je ovo objektivni uslov da se ne bude obmanut u vezi sa onim nad čime treba da se meditira, ti moraš da postaneš uveren na ovaj način. To je jedanaesto (preliminarno vežbanje).

Sve različite škole teorija koje su izlagane u Indiji i Tibetu potiču od Śākyamuni Bude i izrazi su njegovog veštog načina da vodi učenike različitih sklonosti ka ostvarenju konačne stvarnosti. Oni predstavljaju različite načine objašnjavanja iste stvari i, pošto su samo reči, zasnovane su kao škole od strane ljudi koji su ih mentalno tako naznačili. One nisu u konfliktu. Kao što je i vizuelna forma objektivni uslov vizuelne spoznaje, isto tako je i tvoje ne-sektaško razumevanje istinite prirode uma uslov za uspešno upražnjavanje.

## NEPOSREDNI USLOV

Ne samo da moraš da učiniš iskreni napor iz svog srca sa stanjem uma u kome si oslobođen od prinudne privrženosti ka meditaciji, već, takođe, ti ne smeš da poseduješ bilo kakve znake niti očekivanja niti zabrinutosti poput ovih misli: »Ako meditiram sada ili u budućnosti ili ako sam učinio tako u prošlosti onda je to vredno, ali ako ne — onda sam ja bezvredan«. Pošto neposredni uslov (uspeha) jeste da budeš oslobođen od očekivanja i zabrinutosti, moraš meditaciju da upražnjavaš u neumišljenom stanju uma. Ovo je dvanaesto (preliminarno vežbanje).

Neposredni prethodni momenat svesnosti jeste neposredni uslov vizuelne spoznaje i on omogućava kontinuitet svesti. Prethodno opisano stanje uma ima sličnu funkciju u meditaciji Mahāmudrā-e.

Ovo zaključuje preliminarije.

## DRUGI DEO

## MEDITACIJA MENTALNOG MIROVANJA

## OSNOVNI POLOŽAJI TELA I STANJA UMA

Stvarno telo prakse podeljeno je na dva: na meditaciju mentalnog mirovanja (śamatha, zhi-nā) i na meditaciju prodornog uviđanja (vipaśyanā, lhag-t'ong). Prva je kao što sledi.

Uopšteno postoji puno metoda da se razvije jedno-umna koncentracija (samādhi, ting-nge-dzin), ali ako poznaješ jedan suštinski metod, onda se neće pojavljivati kočnice i smetnje i ti ćeš bez napora razviti iskustva i uviđaje u praiskonsku, prvobitnu svesnost, oslobođenu od svih nedostataka u odnosu na mentalno mirovanje i prodorno uviđanje.

Učenje meditativnog položaja Vajirocana-e jesu metod za razvoj jedno-umne koncentracije radi razvijanja i upotpunjavanja stupnjeva anuttarayoga tantr e i bez napornog ne-konceptualnog iskustva savrešne sreće i jasnoće. Stoga početnici trebaju da se oslone na ovo suštinsko svojstvo telesnog položaja.

Za ovo, da bi se postigla kontrola silazne-energi je, tvoje noge treba da budu u vajra-položaju ili u prekrštenom položaju običnih bića. Da bi se energetski vetrovi čvrstog elementa tela postavili u centralni energetski-kanal, uspravi svoju kičmu poput koplja. Da bi naveo energetske-vetrove tečnog elementa u centralni kanal, postavi ruke u položaj meditacije ravnoteže i drži ih naniže od pupka i, takođe, sasvim ispravi ramena unazad. Da bi naveo energetske-vetrove toplotnog elementa u centralni

kanal, drži svoj vrat malo povijeno poput srpa. Da bi naveo energetski vetar gasovitog elementa u centralni kanal, tvoje oči niti su širom otvorene, niti čvrsto sklopljene, već oštro promatraju u tačku duž ivice nosa. Jezik i usne treba da budu u svom normalnom opuštenom stanju, a jezik da dodiruje gornje nepce.

Mentalno mirovanje ili smireno boravljenje jeste blaženi stupanj jedno-umne koncentracije; slobodan od misli i lišen pet smetnji usled mentalne tuposti, uznemirenosti, zamagljenosti uma, pospanosti i ustajalosti, on se može postići na mnogo načina: usredsređivanjem na objekat, ili na ništa, ili čak na konceptualnu misao kao što je vizualizacija Četiri Plemenite Istine, u kojem slučaju oslobođen od misli znači oslobođen od nepotrebnih misli. To nikako nije prazno-umno i bitno je za sve vežbe, naročito za one od najviše klasifikacije tanstre, anuttarayoga.

Prema tantričkim učenjima, svest i energetski-vetrovi iznad kojih se ona kreće neodvojivi su. Ako su energetski-vetrovi (prāna, lung) pravilno kanalisani, svest će biti usredsređena; ali ako oni neobuzdano jure onda i misli čine slično. Ovi vetrovi kreću se kroz energetske-kanale (nādi, tza), oni glavni kroz centralni, desni i levi paralelni i malo ispred kičme. Vetrovi, obično, prolaze jedino kroz leve i desne kanale i na ovom putu oni su kao vozilo za obmanute misli. Ovakve se obmane ipak zaustavljaju, kada energetski-vetrovi, koji ih nose, nisu više na raspolaganju, pošto su bili kanalizovani i usredišteni u centralni energetski-kanal. Zbog toga, ako je tvoje nemirno telo uspravljeno i u pravilnom položaju, tvoji energetski-kanali će takođe biti u pravilnom položaju. Tada energetski vetrovi mogu slobodno teći kroz njih i kada su pravilno kanalisani, tvoj će um biti potpuno usredsređen. Iz

ovog razloga, telesni položaj Vajrocana-e je bitan.

Postoje različite klasifikacije energetskih-vetrova. Prema »Šest Joga Nārope«, postoji pet glavnih: (1) silazni, kontroliše oslobađanje i zadržavanje ostataka u donjim otvorima, (2) uzlazni, kontroliše gutanje, govor i ostale aktivnosti grla, (3) nosilac — života, koji održava iskru života, (4) ujednačujući, za probavu i izdvajanje otpadaka i (5) sve-prožimajući, koji upravlja svim motornim aktivnostima. Naredna klasifikacija jeste podela energetskih vetrova zajedno sa svakim od telesnih elemenata zemlje, vode, vatre, energetskog-vetra i prostora. U ovom tekstu, izmešana su oba sistema a različiti delovi Vajrocana položaja rade sa kanalisanjem odabranih od ovih sistema.

Vajra-položaj jeste sa obe noge prekrštene, stopala počivaju na suprotnim listovima ili bedrima. Položaj ruku u meditaciji ravnoteže jeste sa rukama u skutovima, dlanovi su okrenuti na gore, leva ruka je ispod desne sa palčevima uspravljenim i dodirnutim. Od pomoći je i imati jastuče ispod sebe.

Sa svojim telom u ovom osnovnom položaju, mnoge prednosti ne-konceptualnog stanja i druge doći će kada jednom očistiš sebe od sklonosti da pratiš nizove misli. Ali čak i ako samo držiš telo u osnovnom položaju, tvoje će telo i um postati blaženi i smireni. Zbog toga, držeći sebe, ni prečvrsto ni prenapeto, prvo izdahni malo vazduha, a zatim održavaj disanje na neusiljen način.

Dok izdiše vazduh, osećaj kako izdišeš nedostatke i poremećaje. Vežbaj prvo nešto svesnog disanja a kada si smiren, nema više potrebe da se usredsrediš na svoje disanje.

Osveži svoje pamćenje o preliminarijama a zatim ne obraćaj nikakvu pažnju na (misli o) tvojim prethodnim delima ili ne misli o tome šta ćeš činiti

ubuduće ili šta činiš ovde. Smesti svoj um, bez (svesnog) prihvatanja ili odustajanja, u fluidno prirodno stanje bivanja ovde i sada, u kojem ne izmišljaš svoja prosta, uobičajena shvatanja o sadašnjem momentu. Čineći ovo, tvoja svest postaje popustljivija i ti možeš da razviješ jedno-umno koncentraciju. Pošto su ovi osnovni stavovi tela i uma kamen temeljac za meditaciju, treba da nastojiš i da se trudiš na njima. To je prvi stupanj (za meditaciju mentalnog mirovanja).

## USREDSREĐIVANJE NA VIZUELNI OBJEKAT

Ako nisi u stanju da skraisiš svoj um u ovom stanju, potrebno je da se usredsrediš posmatrajući spoljašnji objekat kao što je štap, oblutak, statua Bude, plamen lampe na maslacu, nebo i tako dalje, na bilo šta što ti odgovara. Ne razmišljaj o takvim stvarima kao što su boja ili oblik predmeta koji je osnova tvoje meditacije. Radije postavi svoju pažnju jedno-umno bez ikakvog lutanja čak ni u vezi sa samim objektom i spreči da tvoj um bude previše napregnut ili previše opušten. Odbaci potpuno bilo kakav nevažan tok misli.

Ako je tvoj um previše napet, iskusićeš uznemirenost i frustraciju, ako je previše opušten, mentalnu tupost, zamagljenost uma i pospanost. Poput žica na lauti, tvoj um treba da bude ispravno podešen bez ikakve nepravilnosti.

Proces skrašavanja uma na vizuelni objekat isto je kao i pokušavati videti kamen na dnu čaše sa blatnjavom, uzburkanom vodom. Ne brinući o boji ili obliku kamena, videćeš ga kada se mulj staloži. Slično tome, kada se i tvoje misli stalože, ti ćeš biti ostavljen sa jasnim pogledom na svoj objekat. Stoga posmatraj objekat poput malog deteta bez ikakvog mentalnog brbljanja ili komentarisanja.

Ako možeš da se usredsrediš bez ikakvih konceptualnih misli ili ideja, to je dobro. Ali, ako se one pojave, nemoj da ih slediš. Dopusti



im da prođu i one će isčeznuti. Ako dozvoliš da jedna misao preraste u niz misli, to će da bude prepreka za tvoju meditaciju. Moraš da shvatiš da su misli igra uma, kao talasanje na vodi ili svetlost na lišću. One prirodno isčezavaju.

Takođe možeš da se usredsrediš, ispred sebe, na napisan ili vizuelizovan beli slog OM, crveni AH i plavi HUM, koji predstavljaju prirodu tela, govora i uma svih Buda, ili na bele, crvene i plave tačke, na bilo šta što ti odgovara. Ukratko, treba da usmeriš i usredsrediš svoj um jedno-usmereno na bilo koju vrstu vizuelne forme koja mu odgovara i koja mu pruža zadovoljstvo da se zadrži na njoj. Ako pokušavaš da skradiš svoj um na nešto što on nalazi neugodnim da bi usredsredio ili na nešto što tvoj intelekt ne može da pojmi, tada, kada pokušaš da ga navedeš (na ovaj objekat), on će ga ignorisati. Nemajući interesovanja (za ovaj objekat), on će se usredsrediti na nešto nebitno.

Treba potpuno da odbaciš sve znake razmišljanja kao što je sledeće »Ja meditiram« ili »Ja ne meditiram« ili očekivanja da ćeš smiriti svoj um ili zabrinutosti da nećeš biti u stanju da ga smiriš. Meditiraj tako da tvoja opreznost održava nadzor i da ne dozvoli da se tvoj um čak ni za trenutak usredsredi na nešto nevažno nad čime uopšte ne treba da meditira. Učini ovo pravilno i neka tvoji periodi meditacije budu kratki i česti. Ovo je važno radi uvežbavanja tvog uma da se smiri jedno-usmereno sa kontinuiranom jasnoćom, bistrinom i revnošću, tako da usled zamorenosti ne izgubi ponovno i ponovno kontinuitet ovakvog stanja.

Isprva je važno imati kratke, ali česte procese meditacije. Ako ti se meditacija čini blaženstvena i prijatna, možeš da je nastaviš za duži period vremena. Međutim, ako počinješ da bivaš depresivan ili da se dosađuješ dok meditiraš, verovatno su tvoji procesi predugi. Ako si

umoran, meditacija postoje neprijatno iskustvo i ti nećeš želeći da je nastaviš. Stoga, odmeri sebe i načini odmor dok si još uvek svež i voljan da nastaviš. Na taj način, bićeš srećan da se ponovo prihvatiš meditacije. Pretpostavi da treba da prepešačiš dvadeset milja. Ako hođaš polako i često se odmaraš, nećeš sebe da zamoriš i dostići ćeš svoj cilj. Isto važi i za meditaciju.

Ako je ugodno za tvoj um da uzme bilo koji od ovih vizuelnih objekata kao osnov ili središte za meditaciju, ti treba da odabereš jedan takav. Ako želiš da uzmeš svaki od ovih objekata na smenu, postupno, to je dozvoljeno. Ali ako si odabrao jedan i ako ga nalaziš dovoljnim, ne osećaj kao da moraš da nastaviš da ih sve uzimaš kao da ideš kroz početnu azbuku. Ukratko, imati um koji se zadržava na bilo kojoj vizuelnoj formi koja mu odgovara: jeste druga tačka (za meditaciju mentalnog mirovanja).

## OSTALI ČULNI OBJEKTI

Kada si jednom održao ovakav (vizuelni) objekat, tada je potrebno da u postupnom redu uzmeš (kao objekat svoje koncentracije) zvuk koji je objekat tvoje slušne svesnosti, miris koji je objekat tvoje nosne svesnosti, ukus koji je objekat svesnosti tvog jezika, osećaj dodira koji je objekat tvoje telesne svesnosti i tako dalje. Za ovo, sve dok se zvuci, mirisi i drugo prostiru, ti treba da usmeriš svoj um samo na istaknuti zvuk ili jaki miris i drži ga udicom svoje opreznosti ne dozvoljavajući (svom umu) da odluta pogrešno. Osim što ćeš dozvoliti da se tvoj um skraši na njegov sopstveni nivo, ne pravi nikakva rasuđivanja bilo o kvalitetu, kvantitetu itd. (Svog objekta).

Na ovaj način, u ma kakvoj okolnosti da se zadesiš, iskoristi je da pomogneš razvoj mentalnog mirovanja. Ako je tamo gde ti meditaraš bučno ili ako neko sluša radio, usredsredi se na čisti slušni osećaj toga bez prosuđivanja, reagovanja ili identifikovanja zvuka. Za dodir, možeš da se usredsrediš na osećaj odeće na tvojoj koži. Nije neophodno jesti nešto za vreme meditacije usredsređivanja na ukuse. Ovo možeš da činiš za vreme svog jela. Jednostavno ostani neprivržen i sledi instrukcije kao i prethodno.

Kada je tvoj um održao, ma šta da je imao, potrebno je da prekineš svoj proces dok još uvek poseduješ potpunu jasnoću a zatim se odmori. Ova-

ko ti neće postati dosadno. U vremenu, između procesa, ne dozvoli da se uže tvoje opreznosti prekine. U vezi sa načinom gledanja, treba da budeš usmeren na ono što je ispred tvog nosa. Što se tiče tvog uma, pokušaj da prekineš tok svojih konceptualnih misli i mentalnog blebetanja. Sa stupnjevima poput ovog, izgradićeš naviku jedno-umnosti. Ovo je treći stupanj (za meditaciju mentalnog mirovanja).

Stoga, ako smanjiš svoje aktivnosti, tvoj um će prirodno da se smiri. Ako si neprekidno u poslu, teže je usredsrediti um pošto ćeš ujedno brinuti o puno stvari i lako ćeš postati rasujan ili mentalno iscrpljen.

## ELIMINISANJE MENTALNE TUPOSTI I UZNEMIRENOSTI

Pored toga, da bi eliminisao takve nedostatke kao što su mentalna tupost i uznemirenost, potrebno je da u sredini svog čela vizualizuješ tačku veličine graška, belu, svetlu, sjajnu, sfernu i krajnje jasnu i da usmeriš svoj um ka njoj. Ponekad je potrebno da usmeriš svoj um prema crnoj, sjajnoj, sfernoj tački veličine graška na mestu ispred sebe gde tvoje prekrštene noge dodiruju sedište. Za mentalnu tupost, potrebno je da usmeriš svoju pažnju ka beloj tački a način gledanja treba da bude poput gledanja u prostor. Tvoje telo treba da bude na vetrovitom mestu a lice treba da poprskas sa tekućom vodom. Nosi tanku odeću i upražnjavaj laku dijetu. Nemoj sedeti pored vatre ili na suncu. Ako si mentalno uznemiren i ako tvoj um odlazi na puno (strana), vizualizacija i način gledanja treba da se usmere na crnu tačku. Što se tiče tvojih aktivnosti, održavaj toplotu, radi telesne vežbe i jedi teška, hranljiva jela.

Mentalna tupost i uznemirenost su najveće smetnje za mentalno mirovanje. Uz mentalnu tupost, tvoj um ili nema jasnoće ili, ako je ima, ti si zanesen. Da bi sebe živnuo, vizualizuj na svom čelu belu tačku i na ovaj način upravi svoj um naviše. Delotvornost bele boje u eliminisanju tuposti može da se ilustruje stavljanjem belog platna ispred očiju. Bela boja, zamišljena u tvojoj svesti, oživljuje te malo i tvoj um prirodno postaje bistriji. Osim toga,

ako ostaneš na suncu ili na toplom, zagušljivom mestu, neizbežno ćeš postati pospan i otupljen. Stoga ostani tamo gde je hladnije i vetrovito i bićeš svežiji. Takođe, dijeta je od krajnje važnosti. Laka hrana čini um slično lakim.

Sa uznemirenošću, na drugoj strani, preuzbuđen si i tvoj um ne može da ostane tamo gde želiš da ga postaviš. Čak i ako očuva zadržavanje na objektu, deo njega počinje da luta pogrešno. Vizualizovanje crne tačke, pokraj tvog sedišta, upravljuje um naniže, a tamna boja, prirodno, čini tvoj um pokornijim. Ako si veoma uzvrpoljen, telesne vežbe će te izmoriti i učiniće da tvoj um manje luta. Velika uznemirenost uzrokovana je energetskim-vetrovima kada su oni previše laki i aktivni. Stoga će teška, masna ishrana otežati ove vetrove i učiniti ih manje hitrijim.

Zato je za ispravno uravnoteženu meditaciju važno voditi računa o telu. Tvoj um plovi na energetskim-vetrovima kroz energetske-kanaele tvog suptilnog tela. Pravilno proticanje ovih vetrova zavise od uslova tvog grubog fizičkog tela. Zato su zdravo telo i um međusobno zavisni.

Ako nisi ni mentalno tup ni uznemiren, upravi svoj pogled i um ili prema maloj plavoj tački ili prema stvarnom (malom plavom) objektu (na zemlji) u daljini ispred sebe na kraju svoje senke (ili na razdaljini od jedne strele). U vezi sa ovim, treba prvo da pomisliš: »Tačka i drugo nad čime treba da meditiram ovakvo je« i zatim treba jednostavno da projektuješ svoj um ka tome. Ako je nakon ovoga (vizualizovani objekat) jasan, to je najbolje. Ali čak i ako nije jasan, treba jedino da pomisliš da takav objekat postoji i onda ga načini središtem svoje pažnje. Zatim, bez ikakvog analizovanja, ili beznačajnog raspitivanja o njemu, pusti da tvoj um dostigne svoj nivo i da se prirodno skraši na njemu bez ikakvog lutanja.

Plavetnilo čistog, ne prašnjavog jesenjeg neba, neutralna je boja koja niti uzvisuje niti oslabljuje um. Korisno je posedovati ujedno i mentalno postavljenje i jasnoću u odnosu na ovu tačku, ali ako poseduješ samo postavljenje to je dovoljno. Uz dovoljno koncentracije, jasnoća će sama da dođe.

Dok još uvek poseduješ potpunu jasnoću, prekini svoj proces a zatim nastavi da meditiraš kasnije. Drugim rečima, imaj kratke i česte procese. Održati svoj um (na ovaj način) predstavlja četvrti stupanj (za meditaciju mentalnog mirovanja).

## USREDSREĐIVANJE NA NE-OBJEKAT

Da bi usmerio svoj um na ne-osnovu ili objekat, potrebno je da otvorenih očiju zuriš u prazno, u prostor, prvo ispred sebe i da ne usmeriš svoj um na bilo kakav objekat.

Prostor, kao i priroda uma, stalan je, ne-uslovljeni fenomen nezavisan od uzroka ili okolnosti. Stoga je zurenje u prostor ispred sebe metod pristupanja meditaciji nad samim umom.

Ova je meditacija, takođe, slična onima koje se rade u anuttarayoga tantra vežbama i koje se odnose na proces smrti. Normalno, svesnost se oslanja na sve telesne elemente kao svoju osnovu. U toku procesa smrti, međutim, elementi kao osnove postupno se gube i svesnost se sve manje i manje oslanja na njih. Ovo je slikovito opisano kao elementi koji se rastvaraju jedan u drugome. Prvo se gubi zemljani ili čvrsti element i svesnost više ne može da se osloni na njega. Zatim se isto dešava i sa vodom ili tečnošću, vatrom ili toplotom i energetskim-vetrom ili gasovitim elementima. Konačno, najfiniji nivo svesnosti, oslanjajući se jedino na prostor, ostavljen je sam, neodvojiv od najfinijeg nivoa životonosne energije. Ovo je ono što iskušava Jasno Svetlo smrti i prelazi u među ili »bardo« stanje i dalje u tvoje sledeće ponovno rođenje. Ovako je meditacija nad umom bez ikakvog objekta slična onim

tantričkim gde se Dharmakāya uzima kao putanja za smrt u kojoj podražavaš, u meditaciji, disolucioni proces smrti i usredsređuješ se konačno na sam prostoro-lik um u iskušavanju Dharmakāya Jasnog Svetla.

Meditacija nad ne-objektom, ne sme da se pomeša sa prazno-umnošću u kojoj si potpuno tup i kao u obamrlosti ili klonulosti. Ona je krajnje budna, oprezna i jasna, ali kao i u meditacijama Jasnog Svetla smrti, bez ikakvih predmeta ili misli.

Ne dopuštajući svom umu da misli o bilo čemu, ne dozvoli ni najneznatnije umno lutanje. Ne usmeravaj svoj um ka mislima u vezi sa vrednostima koje ovakvo stanje ima ili nema, ili ka mislima o prošlosti i budućnosti. Postavi svoju opreznost poput uhode kako bi sprečio sa velikom marljivošću da ne odlutaš pogrešno, a zatim se opusti. Drugim rečima, postavi sebe u spokojno, neumišljeno stanje bivanja ovde i sada.

Ne odlutaj čak ni na trenutak. Budi (pažljiv kao i) kad uvlačiš konac u iglu. Ne dozvoli da tvoj um bude nemiran, već pre budi poput okeana bez ijednog talasa. Ne pokušavaj da samo-svesno postigneš bilo šta, već pre usredsredi svoj um kao i orao kad kruži. Budi potpuno oslobođen od svih očekivanja i zabrinutosti.

Kada nemaš mentalno lutanje ni misli neće doći. Ali kada se mentalno lutanje dogodi, tada, pošto će misli doći jedna za drugom, pokušaj da ih prepoznaš kao ono što jesu čim se pojave. Drugim rečima, gledaj netremice pravo u njih i usredsredi svoj um kao i pre. Ma kakve misli da se pojave na ovakav način, samo ih prepoznaš kao ono što one jesu. Usmeri svoju pažnju na njih bez ikakvog razmišljanja kao što je »Ja moram da ih zaustavim« ili »Uspeo sam (da ih zaustavim)«, ili bez toga da se osećaš srećnim ili nesrećnim. Posmatraj ih samo okom oštroumne svesnosti. Uzmi samu misao kao osnovu ili objekat na kojem će tvoj um da se zadrži

i onda se usredsredi na tome. Vežbaj svoj um da ne padne niti u prenapregnuto niti u prepušteno stanje. Ovo je četvrti stupanj (za meditaciju mentalnog mirovanja).

Kada počneš da meditiraš, može ti se učiniti kao da se tvoje misli uvećavaju. To nije tako, već ti samo postaješ više svesniji količine mentalnog prometa što prolazi kroz tvoj um.

Um i njegove misli nisu ni isti ni različiti. Da su oni jedno, ne bi bilo načina da se misli smire ili eliminišu. Da su različiti i odvojeni, mogao bi imati misli bez uma. Misli su privremena igra uma. Um je jasan i čist bez ikakvih posebnih odlika, poput ogledala. Misli su kao likovi u tom ogledalu; niti mogu da se odvoje od njega, niti su isto što i ogledalo.

Misli su posledica zbunjenosti u vezi sa istinskom prirodom stvarnosti i postoji puno različitih vrsta misli. Grube i krute misli se lako prepoznavaju. Na primer, ako meditiraš nad jednom šoljom, i pojavi se misao da želiš šolju čaja i ti tada pozoveš nekoga da ti je donese, ovo je gruba misao. Fina ili suptilna misao bilo bi razmišljanje, »Ovo je šolja« ili »Ona je napravljena od belog porcelana«, ili identifikovanje zvuka radija dok pokušavaš da se usredsrediš na šolju. Ali ma koja vrsta misli da se pojavi prepoznaje ono što kao ona jeste. Prepoznaš da je to samo misao, igra uma kao i lik u ogledalu, i bez njenog dokučivanja pusti je da prođe. Neka tvoje misli neprestano isčežavaju poput parade karaktera koji marširaju preko pozornice i od kojih se ni jedan nikada ne zaustavlja.

Ako misliš da mala misao nije važna, to je siromašan stav. Šumski požari rastu od malog plamena. Slično ovome, od male misli »Ovo je šolja za čaj«, ako se zadržiš na njoj, bićeš

uskoro u kuhinji spremajući čaj potpuno napustivši meditaciju. Samo posmatraj misao bez toga da je slediš i ona će prirodno iščeznuti. Ne postoji ništa drugo što ona može da učini.

## USREDSREĐIVANJE NA DAH I TRI STUPNJA SMIRIVANJA UMA

Kao metod ovladavanja umom, možeš da ga usmeriš na dah ko njegovu osnovu ili objekat. Održavaj svoj dah vežbom vaznog-disanja i usredsredi svoj um jednousmereno na to bez ikakvog mentalnog lutanja. Ako ne možeš da održiš svoje disanje na način vaznog-disanja, potrebno je da uzmeš kao svoj objekat takvo nešto kao što je brojanje daha. Broj udisanje, izdisanje i zadržavanje svog daha. Broj isprva do dvadeset i prvog kruga a zatim postepeno to produži do sto. Upravi svoj um prema nozdrvama i zadrži pažnju na brojanju dahova ne dopuštajući da tvoj um bilo gde odluta.

Ali ako možeš da zadržiš dah dok (ti je telo) ispunjeno (vazduhom) a zatim da ga oslobodiš (tehnikom vaznog-disanja), potrebno je prvo da tri puta izdahneš sav vazduh (iz tvojih pluća) a zatim da udahneš što je više moguće vazduha. Potisni ga naniže ispod pupka a kada više ne možeš da ga zadržiš, oslobodi ga i izdahni. Ponavljaj ovo i ne dopusti da tvoj um odluta na bilo šta drugo osim ovoga.

Usredsređivanje na dah jeste drugi delotvoran način da se smiri um. Kao što je već spomenuto, svest plovi na energetskim-vetrovima odnosno disanju. Stoga, ako je disanje vrlo nemirno, ima i mnogo uznemirenih misli. Ako je tvoje disanje opušteno, mirno ili uzdržano, takav će biti i tvoj um.

Postoji nekoliko vrsta disanja. Ujednačeno ili normalno jeste vrsta disanja koje je prisutno kada nisi ni slab ni uzbuđen. Srednje disanje je kada udahneš i neznatno zadržiš svoj dah. Vazno-liko disanje je kada udahneš, zategneš svoje mišiće i zadržiš svoj gornji i donji dah dovedene zajedno.

Ova poslednja vrsta ima nekoliko podela u zavisnosti od toga gde se dahovi zadržavaju. Široko-vazni dah se zadržava između grlenih i pupčanih centara, srednji između srca i pupka, a mali kod pupka. Unutrašnje vazno-disanje se zadržava unutra, dok se spoljašnje zadržava na izdisanju. Uopšteno, vazno-liko disanje poseduje četiri određujuće karakteristike: (1) zadržan dah, (2) prošireni abdomen, (3) sposobnost da dah ističe ili iz tvojih pora ili u centralni energetski-kanal i (4) sposobnost da se dah istera na vrh glave kroz centralni energetski-kanal pošto je već jednom bio zadržan za veoma dugo vreme.

Vazno-disanje je veoma napredno i potencijalno opasno upražnjavanje. Tvoj Guru će te normalno poučiti o tome samo ako si završio vanredne preliminarne od 100 000 prostracija i tako dalje. Ako nepravilno utičeš na svoje disanje, možeš da dovedeš svoje energetske-sisteme u neravnotežu, uzrokujući mnogo nerove, frustraciju energije i divlje primere misli.

Ako se pojave mentalna tupost ili uznemirenost, uložiti napor na metodama kako bi ih u stupnjevima eliminisao. Ako ne možeš da smiriš svoj um na bilo kojem od ovih nabrojanih vrsta objekata, uzmi tada koju vrstu objekta koja ti odgovara za meditaciju. Nisu svi tipovi ličnosti isti. Izvesni ljudi čuju učenje svega dva ili tri puta a zatim su sposobni da razviju smirivanje svog uma. Neki nisu u stanju da ovo razviju čak ni ako mnogo meditiraju. Ali ako to pothranjuješ i ne odustaješ usled lenjosti, nemoguće je za tebe da to ne raz-

viješ. Ali neophodno je imati iskusnog Gurua da rastera tvoje probleme, da te navede na uspeh i tako dalje.

Pothranjujući (svoju meditaciju) na ovaj način, (ti prolaziš kroz) tri stupnja smirivanja svoga uma. Prvi izgleda kao smrtni planinski vodopad. Tvoje su misli grube i brojne. Na drugome, tvoje grube misli zalaze (kao sunce). Iako će se, katkad, izvesne misli iznenada pojaviti, prepoznaj ih kao ono što jesu i dok tako činiš, one se same smiruju. Tok tvoje meditacije nastavlja da teče blago i staloženo kao neka velika reka. Konačno, sve tvoje misli, ujedno grube i suptilne, zalaze (kao sunce) a ti se postavljaš u ravnotežu u ne-konceptualnom stanju.

Ovaj treći stupanj se takođe opisuje kao reka koja se ulila u okean ili kao dete koje se ponovo sastalo sa majkom nakon duge razdvojenosti. Tvoje su misli reka ili dete a tvoj um okean ili majka. Sva uznemirenost i nespokojstvo su se stišali, sva mračnost je uminula i ti si u savršenom, iskonskom stanju. U radovima Asanga-e i Kamalašila-e nalazi se složeniji opis devet stupnjeva smirivanja uma. Tu se nalazi rasprava o osam sastavnih mentalnih sposobnosti da se eliminišu pet zastrašivača koncentracije, kao i objašnjenja o pet vrsta pažnje i šest mentalnih moći koje se koriste da bi se napredovalo kroz devet stupnjeva. Iako takav pregled može ovde da se primeni, ovaj sadašnji rad ne obuhvata takav detalj.

Pošto je moguće posedovati takvo smirenje uma u ne-konceptualnom stanju blaženstva i jasnoće u kome je tvoj um uravnotežen, budan, oštar, iskonski i čist, treba da pojačaš svoju entuzijastičku istrajnost sve dok ne dostigneš takvo smirenje. Čak i nakon što si dostigao takvo stanje, moraš da upražnjavaš da se njegov kontinuitet ne bi prekinuo. Ovo je šesti stupanj (za meditaciju mentalnog mirovanja).

## ELIMINISANJE MENTALNE NAPREGNUTOSTI I PREOPUŠTENOSTI

Ako nisi dostigao ovaj treći stupanj smirivanja uma, moraš i dalje da pojačavaš svoju entuzijastičku istrajnost. Potrebno je da ovo učiniš putem tri tehnike zatezanja (tvoje mentalne držalje), njenog opuštanja i meditiranja za vreme dok si udaljen (od obe ove nužnosti).

Da bi zategnuo (svoju mentalnu držalju ako je previše opuštena), potrebno je da sediš u osnovnom telesnom položaju, da gledaš pravilno i da nadzireš svoje spoznaje. Drugim rečima, učvrsti svoju meditaciju disciplinom. Ne dozvoli da tvoj um odluta ni za trenutak. Budi kao da hodaš preko mosta od samo jednog debla. Zategni čvrsto svoj um i živni ga tako da bude ustreptao (kao zvono) ali bez razmišljanja kao što je »Ovo je objekat nad kojim treba da meditiram«. Ne dopusti da tvoj um odluta ni za momenat i neka tvoje meditacije budu kratke i česte.

Da bi opustio (svoju mentalnu držalju ako je previše zategnuta), uradi vežbe a zatim (sedi) gledajući na pravilan način.

Ako si napet, nervozan i preuznemiren, preporučuje se prostracija i obilaženje oko nečega što je religiozno. Ovo je koristan način da upregneš i upotrebiš svoju suvišnu energiju. Kasnije, kada postaneš fizički izmoren i sedneš, vrativši se svojoj meditaciji, tvoj um kao

i tvoje telo, biće opušteni i imaćeš manje mentalne uznemirenosti.

Ne usmeravaj svoj um na bilo kakav objekat, već dopusti da se on sam smiri i opusti do svog prirodnog stanja, neumišljen, ne-samosvestan, bez zabrinutog nespokojstva. Samo ga postavi na bilo šta što iskrсне. Dopusti da on bude miran i opušten. On će dostići svoj sopstveni nivo u ravnoteži. Ne pokušavaj da postigneš bilo šta i ne napreži sebe. Opusti se kao i beba sa punim stomakom ili kao snop slame kada se preseče uže što ga vezuje. Tada usredsredi svoj um i neka tvoja opreznost bude u sve-prisutnom trenutku tako da nikako ne odlutaš iz ovog stanja.

Osim ovoga, ne postoji ništa nad čime treba da se meditira. Samo postavi svoj um u njegovo prirodno stanje i ako su tvoje meditacije kratke, produži ih neznatno. Skrasi se u blistavom stanju uma, a kada to iščezne načini odmor. Ali, čak i između procesa meditacije, neka tvoja opreznost održava pažljivi nadzor.

Dok meditiraš udaljen (od nužnosti da zatežeš ili opuštaš svoju mentalnu držalju), biće perioda kada nećeš imati nikakvo mentalno lutanje i tada ni misli neće doći. Ali, kada tvoj um luta ili kada se javljaju mnoge misli uzrokovane izvesnim prolaznim okolnostima, ako pokušaš da ih se oslobodiš, nećeš biti u stanju. Samo blago gledaj pravo u njih i pomisli, »Ma gde da idete, samo idite!« i ovako ćeš uznemiriti (i prekinuti) niz njihovog kretanja. Tada će se javiti još jedna, javiće se i druga — prepoznaj ih kao ono što jesu. Ne pokušavaj čak ni da ih se oslobodiš ili da ih napustiš, a nemoj ni da ih izvršavaš. Ne budi srećan ako je tvoj um smiren ili nesrećan ako je nemiran. Ne brini ako se tvoja meditacija ne odvija i budi bez očekivanja i nadanja da će biti dobro. Bez ikakvih očekivanja ili zabrinutosti, neka se tvoj um zadrži na samoj misli kao osnovi svoje (pažnje).



Nikada nećeš biti u stanju da dostigneš ne-konceptualno stanje preprečivanjem konceptualnih misli. Uzmi same ove misli kao svoj objekat i usredsredi se pravo na njih. Konceptualne misli iščežavaju same po sebi. Kada se one razidu, osvanuće ne-konceptualno stanje. Stoga, upražnjavaj tako. Ovo je sedmi stupanj (za meditaciju mentalnog mirovanja).

## STVARNO STANJE MENTALNOG MIROVANJA I TRI BLAGODETI

Naredno, jeste način da se razvije (stvarno) stanje mentalnog mirovanja i da se bude u stanju prepoznati (njegova priroda). U skladu sa svojom definicijom, mentalno mirovanje je stanje u kome je tvoj um smiren od svakog mentalnog lutanja, bile to misli ili dokučivanje određujućih karakteristika. To je postavljenje uma u jedno-usmerenu koncentraciju nad ne-konceptualnom prirodom stvari a oslobođeno je od mentalne tuposti, uznemirenosti i zamagljenosti uma. Prethodno je ovo bilo dostizano s naporom, ali sada se ne zasniva na bilo kakvom naporu. Dešava se lako i blaženstveno je, prostrano, široko, i fleksibilno fluidno. Čak i kada si van meditacije, tvoj um se uopšte ne menja. Ma gde da odlazi, vraća se natrag i počiva na samom ovom stanju.

Kao što i golub, oslobođen sa broda usred okeana, ne može da učini ništa drugo već da se vrati na svoj brod i tvoj um, ma koliko aktivnosti da ima, može samo da se vrati u svoje smireno stanje kada jednom dostigneš mentalno mirovanje.

Dok hodaš, sediš, ili radiš bilo šta drugo, tvoje su spoznaje u laganom tempu, tvoj um je stabilan, opušten, spokojan, jasno odražavajući svaku pojavu, ne blistajući drečavo, već pre u sniženom tonu. Pošto tvoja spoznavanja nisu prionljiva u pogledu svo-

jih objekata, ona nipošto ne dokučuju njihove pojedinosti i na taj način tvoj um ne predaje sebe mentalnom lutanju.

Tvoj um treba uvek da bude stabilan poput planine Meru i jasan kao ogledalo, sposoban da sve odražava. Ne treba da budeš uzbuđen i da svuda gledaš radoznalo. Ako se previše zadržavaš na detaljima, tvoj um će se zavrteti i postaće preplavljen mislima. Budi obuzdan, dozvoli da sve misli i pojave prođu kroz tvoj um; dodirni ih. Ako se šetaš bučnom ulicom i čak ako se desi da igračica izvodi svoj ples na ulici, pusti samo da njen lik prođe kroz tvoju svest ne dozvoljavajući da se tvoja pažnja pilepi uz nju. Biti u stanju da uvek očuvaš svoju mentalnu staloženost jeste znak mentalnog mirovanja.

Postoje tri jednake blagodeti koje zadobijaš (u ovom stanju) — blaženstvo, jasnoća i (gola) ne-konceptualnost. U zavisnosti od toga koja je u većoj razmeri, može da se javi mnogo stanja kao što su blagodet pojačane vizije, blagodet pojačanog sluha, vanredna — čulna percepcija i čak vanredne — fizičke moći. Postoji deset znakova (jedno-umne koncentracije) i tako dalje. Bilo koje od ovoga može da se pojavi kada je tvoje mentalno mirovanje besprekorno i takve stvari će se razviti u tvom umnom-toku na ovaj način. Ovo su temelji koji će uvećati sve dobrobiti poput onih što potiču od prodornog uviđanja.

Stoga, na ovom mestu, bilo da si fizički bolestan, bilo da mentalno pati, bilo da imaš dobre ili loše snove, vanredna-čulna ili vanredna-fizička iskustva, blagodeti poput blaženstva, jasnoće ili same ne-konceptualnosti — ma šta da se dogodi, dobro ili loše — ne budi privržen ili prinudno privučen. Pošto oni sigurno nemaju nikakve suštine, ne predaj sebe srećnim ili depresivnim mislima u vezi sa njima. Ako si opsednut ovim blagodetima, one

će ti samo poslužiti kao koren saṃsāra-e, čineći da kružiš u jednom od Tri Carstva. One te ne mogu osloboditi od kružne egzistencije. Čak i ne-Budisti poseduju takva dostignuća (poput ovih blagodeti), ali im ona nisu od koristi.

Varedna-čulna i vanredna-fizička iskustva jesu sporedni produkt jedno-umne koncentracije i mentalnog mirovanja. Čak i ne-Budisti ih dostižu kroz različite meditacione tehnike. Sama po sebi, ona nemaju značaja sve dok se ne upotrebe kao sredstvo za dobrobit drugih.

Divna iskustva blaženstva, jasnoće i gole ne-konceptualnosti jesu polje iz kojega usev prodornog uviđanja raste u njihovu Prazninu. Biti opsednut bilo kojim od njih, ne shvatajući njihovu Prazninu, vodi te ka ponovnom rođenju u saṃsāra-i kao bog. Biti rođen kao bog u Carstvu Želje potiče od privrženosti prema blagodeti blaženstva, u Obličnom Carstvu od jasnoće i u Bezobličnom od prisilne želje za prazninom.

Ukratko, ako si opsednut ili privržen ma kojim iskustvima i uviđanjima da poseduješ, uništićeš ih. Budi im neprivržen i ostani čvrsto u ne-prinudnom stanju bivanja neprivučenim. Sa entuzijastičkom istrajnošću, izvuci sebe iz ograničavajuće lenjosti. Ako meditiraš povećavajući svoje trpljenje prema tegobama, požnjećeš dobrobiti koje su izvan svake zamisli.

Budi kao Je-tzün Mi-la rä-pa koji je dva-naest godina meditirao u visokim planinama jedući samo koprive. Ne odustani, ako ti ponestane hrane ili ako je tvoj krevet pretvrd. Kao da vadiš sebe iz kutije, uzdigni sebe iznad toga da praviš izvinjenja za svoje neupražnjavanje. Sa istrajnošću ćeš da dostigneš Prosvetljene.

Stoga, ovo moraš da proučiš (sa učiteljem). Pošto ujedno i Guru i učenik, nesmeju da načine nikakve greške u vezi sa stvarnim blagodetima, shvaćanjem (instrukcija), meditativnim uviđanjima i načinom da se razvije (mentalno mirovanje), moraš da budeš uveren da ih prepoznaješ i poznaješ sa sigurnošću.

Najvažnije od svega jeste ne biti prinudno privučen čulnim objektima i imati neumišljeno divljenje i ljubazno poštovanje prema svom Guruu. Razvijaj Prosvetljeni Motiv Bodhicitta-e u odnosu na šest vrsta bića. Neka tvoja opreznost održava strogi nadzor tako da se ne javi nikakvo mentalno lutanje. Pravi kratkotrajne planove kao da nemaš vremena i ispunjavaj ih pravo na gore i na dole poput pumpe. Dovrši ono što počneš. Ne dozvoli sebi da dođeš pod vlast učtive izveštačenosti ili osam svetovnih osećanja.

Koren svih dostignuća jeste tvoja odanost Guruu i nepokolebljiva vera u njegove instrukcije. Sjedinjeno sa najvišom motivacijom Bodhicitta-e, ovo će te goniti dalje da postaneš Buda.

Pošto smrt može da dođe u bilo kom trenutku, ne pravi dugotrajne maštovite planove poput sledećeg »Iduće godine ću sagraditi kuću a zatim se oženiti. Ovo će biti dečija soba. Imaću troje dece a nameštaj će biti od orahovine...« i tako dalje. Živiš u sadašnjem momentu sa ciljem Prosvetljenja. Ma šta da započneš da činiš, kao što je sedmodnevno povlačenje, sprovedi ga do izvršenja. Ako odustaneš u sredini, ovo predstavlja primer samoporaza.

Ne dopusti sebi da dođeš pod uticaj učtive izveštačenosti kao što je laskanje drugima radi naklonosti ili pokušavanje da spaseš glavu. Budi kao Je-tzün Mi-la rä-pa koji nije imao niti sluge niti gospodara da se o njima brine. Odbaci svoje robovanje prema osam

svetovnih osećanja odnosno, bivanja zadovoljnim kada primaš poklone, ljubav, pažnju i tako dalje, nezadovoljnim kada ne primaš, oduševljenim kada sve ide dobro, depresivnim kada ne ide, ushićenim kada čuješ prijatne stvari, uznemirenim kada ne čuješ, srećnim kada si hvaljen i potištenim kada te grde.

Sve ovo je veoma važno. Ako besprekorno vežbaš na ovaj način, razviješ iskustva i uviđaje bez ikakvog napora. Stoga se potrudi da delaš na ovaj način. Ovo je osmi stupanj (za meditaciju mentalnog mirovanja).

TREĆI DEO

MEDITACIJA PRODORNOG UVIĐANJA

Naredna glavna tema jeste meditacija prodornog uviđanja (vipaśyanā). Potrebno je, kao i prethodno, da sediš u osnovnom telesnom položaju. Na ovom mestu, krajnje je važan način gledanja. Tvoje oči ne treba da trepću, da se kolebaju tatmo-amo ili da menjaju središte, već da intenzivno zure sa oštrim usredsređivanjem pravo ispred (neznatno naviše), u prazan prostor ispred tebe.

U mentalnom mirovanju tvoj um je postao poput čistog ogledala. Sa prodornim uviđanjem, ti ispituješ prirodu ovog ogledala i likove u njemu. Način posmatranja za ova dva se neznatno razlikuje. U mentalnom mirovanju tvoje oči treba da posmatraju pravo unapred, opušteno i usredsređeno. Za prodorno uviđanje, posmatraj intenzivnije i neznatno naviše. Ovo uzvisuje i izoštrava um. Razlika je kao i između tvoje ruke kada je mirna i kada je savijena.

Postavi svoj um u besprekorno smireno stanje ravnoteže u kome je on prirodan, na svom sopstvenom nivou, neumišljen, ne-samosvestan, nezabrinuto nespokojan, a zatim ga učini neznatno intenzivnijim tako da bude jasan i živahan i neka tvoja opreznost održi sve prisutni nadzor kako se ne bi javilo nikakvo mentalno lutanje.

Sada posmatraj obazrivo prirodu tvog uma dok je u potpunom, savršenom mentalnom mirovanju. Da li on po svojoj prirodi ima boju, izgled, oblik? Da li ima svoje nastajanje, prestajanje, trajanje, ili nema? Da li je izvan, unutra, ili gde je smešten? Pored ovog smirenog stanja, da li postoji neka druga svesnost izdvojena od toga? Da li on zapravo nije ništa, neispunjena praznina koja se može identifikovati (kao ovo ili ono)? Ili, da li u ovom smirenom stanju postoji svesnost koja, iako se ne može identifikovati (kao ovo ili ono), ipak je živost, praiskonska čistota, blistavost, ali koja ne može da se iskaže rečima (kao i kada nem čovek okusi šećer)? Da li je priroda ovog smirenog uma totalna tama, ili je jasna, živa svetlina?

Sva presudna (dostignuća) su u granicama onoga što se podrazumeva kao istinska trajna priroda stvarnosti ovoga (uma).

Ako ostvariš istinsku prirodu svoga uma, svoju Budinu-prirodu, poseduješ Prosvetljenje. Ako si zbunjen o tome i zaodenut u tamu neznanja, poseduješ saṃsāra-u i donosiš sebi patnju.

Stoga (kada ti Guru postavlja pitanja u vezi sa tvojom meditacijom) ako izbacuješ tvoje intelektualne ideje o tome, ili papagajске opise koje si već čuo, ili koristiš visoki stručni jezik Dharme (koji ne razumeš), ili, pošto je tvoj um obuzet sa osam svetovnih osećanja (i ti želiš da ga impresioniraš), kažeš mu da si imao čudesne trenutke i uviđa je koje nisi imao — ako odgovaraš na ovakav način, to je kao da navlačiš vunu preko svojih sopstvenih očiju. Time samo sebe obmanjuješ. A ako si već zavetovan, onda si prekršio zakletvu da nećeš lagati svog Gurua učtivim pretvaranjima. Zato savesno upražnjavaj. Nemoj da zataškavaš (izvesna iskustva) izvan svoje zamisli, već budi potpuno iskren i (govori iz) iskustva i uviđaja koji se razvijaju unutar tebe, iz moći tvoje sopstvene meditacije.

Ne budi zabrinut, ako ono što iskusiš zvuči pomalo budalasto. Ako nakon posmatranja utvrdiš da je tvoj um beo, izvesti o ovom svog Guru. On će ti reći, na primer, da ispitaš da li je ikada žut. Ako se ti vratiš i kažeš, »Žut je«, on će tada reći: »Ne, ustvari nije ni jedno«. Kroz takvu iskrenu razmenu i međusobni rad, tvoj Guru će biti u stanju da te vodi da prepoznaš prirodu svog uma. Kada posmatraš ili ispituješ svoj um, sa neprestanim pitanjima kao i prethodno, može se desiti da ne prepoznaš njegovu prirodu čak i ako vidiš. Zato moraš da se osloniš na svoga Gurua i da budeš potpuno iskren sa njim, drugačije on ne može da ti pomogne. Ono što je u pitanju jeste tvoje oslobođenje od patnje, Prosvetljenje i sposobnost da pomogneš drugima.

Pošto je ovo imperativ, učvrsti svoju svesnost i posmatraj (svoj um). Zatim se odmori, a kasnije ponovo posmatraj. Pošto je neophodno posmatrati prirodu uma kada je smiren, način na koji treba da ga usmeriš kroz sve ovo jeste da ga postaviš u jasno, sjajno, svetlo stanje poput sunca oslobođenog od oblaka.

Učvršćivanje tvoje svesnosti na ovom stupnju, i ulaganje napora u posmatranje njene prirode, jeste za tebe prvi način da postaneš sposoban da prepoznaš (prirodu tvog uma). Pošto je to tako, Guru mora da ispituje i vežba svoje učenike u skladu sa njihovim mentalnim temperamentom i sposobnostima. Da bi neke od njih obuzdao, može biti neophodno da ih gura i da ponovo i ponovo postavlja pitanja da bi utvrdio da li poseduju intelektualno shvatanje, trenutno iskustvo, uviđaj ili jako iskustvo i da ih navede da ovo prepoznaju ne mešajući ga sa izveštačenim žargonom Dharme. Učenik takođe mora da se potruži u ovome. Ovo je prvi stupanj (za meditaciju prodornog uviđanja): posmatranje prirode (smirenog) uma.

Zatim, da bi iz korena posekao temelj (neznanje) moraš potpuno da ispitaš pokretni um ili niz misli i moraš da budeš u stanju da ga prepoznaš kao ono što jeste. Prihvati se telesnog položaja, načina gledanja i ponašanja kao i pre. Postavi sebe u stanje u kojem poseduješ blaženstvo, jasnoću i golu ne-konceptualnost — u sva tri, a zatim se opusti u ovoj praiskonskoj čistoti i dopusti da se prolazna misao pojavi iznenada iz ovog (stanja), ili namerno potstakni misao o bilo čemu što ti se čini pogodnim.

Posmatraj prirodu ove spoznaje što je proistekla. Posmatraj je u vreme kada je proistekla. Pošto si posmatrao trajanje ovoga što je proisteklo, da li ono ima boju, ili oblik? Da li postoji mesto odakle se pojavilo, mesto u kome je trajalo, mesto u kojem je prestalo? Šta je sa time? Da li je (ova misao) smeštena izvan, ili unutar tela? Ako je unutra, da li je u središtu srca, na primer, (u mozgu), i tako dalje? Unutra, izvan, ma gde da je, samo kako traje i kako je proistekla? Ispitaj ovo.

Ovaj um, da li je (njegova priroda) uslovljeni fenomen (koji proizilazi iz uzroka) ili je neuslovljeni? Da li ima svoj nastanak, prestanak, boju, ili oblik? Ako ima, onda kakve vrste ima, ili se radi o tome da ti misliš kako on nema (bilo kakav nastanak i tako dalje)? Ako ti kažeš da se on ne može smatrati kao nešto ovakvo, dobro onda, da li i po-

red toga postoji neki svesni aspekt toga koji ipak nema nastanak ili prestanak i tako dalje? Kada posmatraš misao, da li su to sve misli praznina, oslobođena svih mentalnih tvorevina (krajnjih vidova egzistencije), bez ikakvog nastanka ili prestanka? Pošto si posmatrao misao, da li to ona potpuno iščezava, ne ostavljajući nikakav trag? Sve misli što se pojavljuju, da li to one iskrсну ali se ne mogu identifikovati (kao da su ovo ili ono)? Posmatraj. Ako kažeš da one iskrsavaju, ali se ne mogu identifikovati (kao da su ovo ili ono), onda postoji li ili ne, u samom momentu (kada misao iskrсava), (druga) misao shodno posledici da ovde ne postoji identifikujuća komponenta?

Nema kraja količini pitanja kojima možeš da izložiš misao poput ove »Juče sam video svog prijatelja«. Gde je ova misao? Odatle je došla? Od čega je sačinjena? Da li je ova misao istog oblika kao i tvoj prijatelj i da li je lik tvoga prijatelja isto što i sam tvoj prijatelj? Kada ova misao prolazi, da li ne ostavlja nikakav trag kao i oblak kad iščezava sa neba, ili da li ostavlja otisak stopala poput deteta koje se šeta plažom? Ako kažeš da ova misao nema nikakvih svojstava i da se ne može utvrditi, onda šta je sa mišlju koja ovo misli? Ako nema osoba ne može da iskaže svoje misli rečima, da li to znači da ona nema misli?

Ispitujući misao na ovaj način možeš da je »ispituješ do smrti«. Ako ti dosađuju lopovi i ako uhvatiš jednoga i javno ga pretučesh, a zatim učiniš isto sa još nekoliko njih, lopovi će zaključiti da više ne dolaze i tatko ćeš ih se osloboditi. Ista stvar će se desiti i sa tvojim mislima. Uporno ispitivanje im oduzima život i one se neće usuđivati da tako često dolaze. A kada dođu, biće slabije u sili i ne tako smele. Na ovaj način ti ćeš uspeti da sagledaš prirodu svoga uma i svojih misli.

Pošto se misao pojavila ili pošto si ti potstao kao da se pojavi, posmatraj je ne preprečujući je i ne prijanjajući za nju. Bilo da ona poseduje srećno ili nesrećno (osećanje), posmatraj individualne prirode srećnih i nesrećnih (osećajnih tonova). Nije važno koliko misli imaš, posmatraj ih. Kada se pojavila jaka zabluda, poput neke što potiče od pet otrova (želje, gneva, umne ograničenosti, ponosa ili zavisti), ili ako ti potstakneš jednu da se javi, posmatraj je takođe. Siguran da ćeš preseći bilo kakve preuveličane zamisli, mogao bi da nametneš iznutra, da posmatraš samu (zabludelu) misao (kao što je gnev), objekat te misli (lik neprijatelja) i neposrednu prethodnu misao i da ispitaš i sagledaš, na primer, ima li bilo kakve razlike onoliko koliko se to tiče uma (ili svesnog aspekta njihovog).

Kada sagledaš da je priroda misli blistava, jasna svesnost, onda nastoj da vidiš da li ima bilo kakve razlike između blistave, jasne svesnosti koju si video prethodno u vezi sa smirenim umom i blistave, jasne svesnosti koju vidiš sada u vezi sa mišlju. Ako ne možeš da odlučiš, tada povuci misao i postavi sebe u stanje jasne svesnosti.

Ovo je simbolično rečeno. Misli nisu kao pajac u kutiji tako da možeš da ih strpaš natrag u um. Ovim je naznačeno da treba prestati ispitivati misao i pustiti je da iščezne.

Kada (druga) misao iznenada iskrsne dok ti ne motriš, posmatraj tada samu njenu prirodu da bi uvideo kako ona ni na koji način ne skrnavi tvoju izvornu, prirodnu svesnost.

Kada se talas podigne i obruši, da li se okean u osnovi promenio? Da li oblak utiče na nebo? Pošto je ovo ono što ti treba da uvidiš, dobro posmatraj.

Ukratko, kada Guru i učenik, trudeći se zajedno, dostignu ovakav zaključak zasnovan na tome kako se misli javljaju (u učeniku) i kako ih on razume, tada je koren temelja (njegovog neznanja)

presečen i istinsko značenje dostignuto. Ovo je drugi stupanj (za meditaciju prodornog uviđanja): Ulaganje napora na metodama da bi se sagledala (priroda uma u pokretu) kao i da bi se uvidelo i bilo u stanju prepoznati ga kao ono što jeste.



Zatim, da bi bio u mogućnosti da prepoznaš neodvojivost uma i pojava, potrebno je da posmatraš (um) dok odražava pojavu (u momentu gole percepcije). Sa načinom gledanja i telesnim položajem kao i pre, usredsredi svoje oči i pažnju jedno-usmereno na jedan određeni objekat, kao što je vaza, tvoj lik u ogledalu, planina Meru ili bilo koja pogodna vizuelna forma u prostoru (ispred tebe). Posmatraj je obazrivo. Odmori malo svoju svest od nje, a zatim je ponovo posmatraj.

Isto tako, posmatraj prirodu zvuka koji je objekat tvoje slušne (svesnosti) i uvidi da li ima bilo kakve razlike (u prirodi) između prijatnog i neprijatnog, ili glasnog i tihog zvuka. Posmatraj zvuk svog sopstvenog i nečijeg drugog glasa i tako dalje. Isto tako, posmatraj i prijatan i neprijatan miris koji se javljaju kao objekat tvoje mirisne (svesnosti), ujedno i prijatan i neprijatan okus na tvom jeziku, ukusan i neukusan, vruć i hladan i posmatraj duboki bolni fizički osećaj na svom telu — posmatraj sve što iskrсне. U to vreme, da li je pojava nešto što prolazi prestajući da postoji? Dok se odražava pojava, da li su um i pojava dve odvojene stvari? Da li pojava dolazi u um (izvana) ili, da li to um kada odražava nešto izlazi izvan i hvata pojavu misleći »Ja ću je odraziti«? Zapravo, um i pojave (na njemu) neodvojivi su (kao i »magično ogledalo« i likovi u njemu). Postoji sa-

mo blistavost pojave i Praznine, bez (istinski postojećeg objekta).

Posmatraj svesnost koja vrši posmatranje i njenih pet vrsta čulnih objekata, svaki po redu (prvo viđenja, zatim zvukove, mirise, ukuse i osećanje dodira). Posmatraj i uvidi da li ima bilo kakve razlike između ova dva (naime, svesnosti i pojave njenih čulnih objekata), a zatim potraži koja je razlika između pojave koja je objekat (svesnosti) i svesnosti koja je ima kao pojavu. Kada si sagledao objekat, da li je u pitanju to da je objekat nešto tamo, čvrsto i stvarno?

Kada zatvoriš oči, da li on iščezne? Kada staviš ruku ispred očiju, gde je jasnoća pojave?

Ako kažeš da nije, onda izgleda kao da uopšte nema razlike između objekta (sa jedne strane) i uma (sa druge strane) koji može potpuno da sagleda ovaj objekat bez ikakvih smetnji ali koji je (sa svoje vlastite strane) smiren, ne sadržava (bilo šta kao svoj objekat) i u kojem se ništa (ne pojavljuje) jasno. Ako kažeš da je nemoguće smatrati da ne postoji nikakva razlika između ova (dva), već da se pre radi o tome da objekat jeste nešto tamo, čvrsto i stvarno, a šta je onda sa mišlju koja ovo misli (Da li je i njen objekat nešto tamo)? Razmisli o ovome.

Isto tako posmatraj i utvrdi da li su telo i um isti ili različiti. Ako su isto (ili jedno), tada bi telo, kao nešto što se rađa i prestaje i um, koji je nešto trajno (po prirodi) bez nastanka ili prestanka, trebali da budu isti.

Iako se tvoje spoznaje, kao i tvoje telo, menjaju od trenutka do trenutka i stoga su netrajne, priroda uma kao jasne, prazne, blaženstvene svesnosti jeste nešto što se ne menja i što je trajno u smislu da ne zavisi od uzroka i posledica. Priroda tvog uma ne nastaje iz ničega kada se rodiš ili kada se budiš, niti

ona prestaje kada ti umreš ili kada zaspiš. Svesnost je po prirodi jednako nehajna prema onome čega je svesna.

A ako su različiti, onda bi trebalo da budeš u stanju da identifikuješ dve odvojene stvari, telo i um (potpuno izdvojene jedan od drugog). Ali um nije nešto što možeš da označiš ovde (ili tamo). On nije (samo) na vrhu tvog tela ili na dnu, on potpuno prožima telo. Činjenica da (svuda) doživljavaš svoja osećanja, čemu treba da se pripiše?

Telo i um su poput nečeg što podupire i nečeg što je poduprto (kao šolja i čaj u njoj). Ali, ako kažeš da je telo spolja, a da je um unutra, (kao dve odvojene stvari), kao čovek i njegovo odelo, onda kada se javi iskustvo osećaja, ako misliš da to telo samo ima osećaje, onda bi i leš takođe trebalo da ih ima. Ako kažeš da um (sam) ima osećaje, onda bi ova dva (telo i um) trebali da budu različiti (i nepovezani).

Otuda je um nešto što se ne može uništiti i na šta se ni na koji način ne može uticati. Ako tvoj um oseća kada se tvoje telo ubode na trn, po čemu se onda ovo razlikuje od primera da kada spališ nečije odelo spališ takođe i osobu koja ga nosi?

Kada ubodeš telo, da li takođe ubodeš i um? Nakon što ovo potpuno sagledaš, moraš da postigneš čvrstu odluku.

Naime, moraš da odlučiš da telo i um nisu ni isti, ni različiti. Zvanično oni su kao nešto što daje oslonac i kao stvar koja se oslanja, ali konačno oni nisu dva nerazlučno vezana postojeća objekta koji dele takav odnos.

U vezi sa ovim, takođe, moraš da shvatiš da, ma kakva osećanja da se pojave ona su kao talasi, a (tvoj um je kao) voda. Pošto postaviš svoj um na ovakvom shvatanju, prosecajući iz ovog stanja u istinsko značenje prave prirode stvarnosti, ti moraš da posmatraš (svoj um) na ovaj način. Ovo je treći stupanj (za meditaciju prodornog uviđanja).

## POSMATRANJE SMIRENOG I POKRETNOG UMA ZAJEDNO

Još jednom, postavi svoj um u stanje čiste jasnosti i Praznine i posmatraj njegovu prirodu. Zatim potstakni da se javi misao i posmatraj njenu prirodu. Posmatraj da bi uvideo da li su prirode ova dva — smirenog uma i pokretnog uma — iste ili različite. Ako, nakon posmatranja, uvidiš da su različite, onda kako su različite? Da li se smireni i pokretni umovi javljaju naizmenično kao i kada imaš kanap namotan na dva štapa koje vrtiš zajedno (da bi napravio užu)? Da li je smireni um kao polje, a pokretni um, koji se pojavljuje, kao usevi koji rastu na njemu? Ili, da li ova dva isto kao i zmija ili užu sa njihovim namotajima (tako da ne možeš imati namotaj izdvojeno od užeta)? Ako je tako, onda kada je um smiren bez ijedne misli da se pojavi, da li je takođe i pokretan, a kada je u pokretu, da li je takođe i smiren? Postoji velika razlika između uma u pokretu koji može da razmišlja o bilo čemu i da mašta u beskrajnim raznolikostima i smirenog uma koji biva bez kretanja. Ali ako misliš da su ova dva različita u svojoj prirodi, onda da li je razlika u granicama boje, oblika i tako dalje? Da li je razlika u odnosu na nastajanje, trajanje i prestanak, ili u odnosu na prošlost, sadašnjost i budućnost, ili trajnost i netrajnost? Posmatraj da bi uvideo na koji način su različiti.

Kada kroz meditaciju saznaš šta su uistinu misli, onda (ti shvataš da je) priroda i smirenih i po-

kretnih umova zapravo ista. Način na koji se javljaju je naizmeničan, i kada je smireno ne postoji ništa što se kreće, a kada je pokretno ne postoji ništa što je smireno. Poput vode i talasa, u pitanju je sam um koji funkcioniše i deluje. To je sve što je u vezi sa ovim. Kada shvatiš da su i smireni i pokretni umovi ništa drugo do blistava, jasna Praznina, onda imaš malo razumevanja.

To je poput ogledala koje ima istu praznu jasnoću bilo da odražava objekat ili ne.

Sada, kada izazoveš misao (radi ispitivanja) i tada postaviš sebe u meditaciju, da li je to (misao) otišla u jasnu Prazninu, ili je iščezla a kasnije se na njenom mestu nalazi jasna Praznina.

Drugim rečima, da li je to poput noćne tame koja se rastvara u svetlini dana? Ili je to kao noćna tama koja iščezava i biva zamenjena dnevnom svetlošću?

Ili se radi o tome da je sama živa misao jasna Praznina? Ako smatraš da je kao jedno od ova prethodna dva, moraš snažno da zahtevaš od svog Gurua (za njegovo nadahnuće), a zatim još jednom posmatraj s naporom i pokušaj da uvidiš sa sigurnošću kako zapravo stvari izgledaju.

Načinima posmatranja prirode (uma) može da se pristupi na tri načina.

Ovi načini posmatranja bili su primenjivani kod smirenog uma, kod uma u pokretu ili u razmišljanju, kod uma kada odražava pojavu, uma u odnosu na telo i ujedno kod smirenih i pokretnih umova.

Oni koji preskaču unapred, prvo razvijaju prodorno uviđanje, a zatim mentalno mirovanje ili, ponekad, razvijaju oba istovremeno dok prethodno nisu posedovali ni jedno. Oni kod kojih se to dešava odjednom, razvijaju istovremeno i mentalno mirova-

nje i prodorno uviđanje i to tako što su ih naučili samo kroz opisivanje. Ovo zavisi od moći njihovog prethodnog vežbanja.

Ovo je u vezi sa instinktima iz prethodnih života kao što je i slučaj sa Inkarniranim Lamama (Tulkus).

Oni koji postepeno napreduju razvijaju sve ovo u stupnjevima. Ovde (je dato objašnjenje) u skladu sa ovim poslednjim tipom pristupa ličnosti i ono mora da se poučava nakon što je procenjen način na koji učenik doživljava svoja iskustva.

Za vreme dok posmatraš, moraš da postaviš sebe u stanje jasnoće bez ikakvog poimanja, kao i malo dete kad posmatra (naslikana božanstva) u hramu. Napregni sebe da posmatraš na ovaj način sa velikim entuzijazmom i ne predaj se lenjosti. Odvrati sebe od prisilnih opsednutosti i nemaj zahteva (sa kojima osećaš da se moraš susresti pre nego što budeš mogao da vežbaš). Neka tvoj um i vera budu sa odricanjem, a imaj divljene i ljubazno poštovanje prema tvom Guruu. Učini svoju opreznost tako čvrstom da tvoj um ne odluta i upražnjavaj u neumišljenom stanju bez toga da budeš sputan očekivanjima i zabrinutostima. Budi zainteresovan jedino za svoje buduće živote ne dozvoljavajući sebi da slediš večno-promenljive svetovne interese. Ako uložiš napor da posmatraš um (sa Prosvetljenim Motivom Bodhicitta-e), onda je nemoguće da brzo i sa sigurnošću ne razviješ praiskonsku svesnost prodornog uviđanja. Stoga se odluči u vezi sa smirenim i pokretnim umovima. Ovo je četvrti stupanj (za meditaciju prodornog uviđanja).

Ako si na ovaj način usavršavao posmatranje prirode (uma) u skladu sa usmerenim učenjima koja se odnose na um, ne postoji, u stvari, potreba za (tvog Gurua) da te navede da prepoznaš (njegovu prirodu). Ona će ti se sama otkriti iznutra. Izvesni ljudi, međutim, ne prepoznaju to čak i ako se dogodilo. Drugi će imati samo suvo intelektualno razumevanje toga iz čitanja ili iz učenja koja su slušali i uprkos tome što nisu razvili nikakvo iskustvo ili uviđaj i pored svoje želje da to razviju, reći će da jesu i opisać ih nepogrešivim žargonom Dharmae. Guru mora da bude sposoban da razlikuje ove (tipove ljudi) a učenik sa svoje strane mora da vežba uzimajući sve ovo k srcu.

Nakon što si ispitao ili posmatrao prirodu uma i postigao odluku o tome, moraš to da iskusiš u meditaciji i da prepoznaš iskustvo u granicama onoga što si već prethodno ustanovio. Stoga je Guru neophodan, jer te on svojim posrednim dejstvom i ispitivanjem vodi do pravilne odluke u vezi sa prirodom tvoga uma i uverava te ako si imao istinsko meditativno iskustvo ili uviđaj u to. Ovo je značenje toga da te Guru navodi da prepoznaš svoj um ili, doslovno, da te upoznaje sa njim.

Prvi način da se početnici navedu da prepoznaju prirodu (uma) dok ga posmatraju (je kao što sle-

di). Posmatraj prirodu smirenog uma na način na koji je to i prethodno učinjeno. Priroda smirenog uma jeste jasna, živa blistavost, a ne totalno ništavstvo. U ovom smirenom stanju postoji jasna, otvorena, blistava svesnost koja blago protiče i koja se ne može identifikovati (kao ovo ili ono). Ne možeš da kažeš da je ovakva, da ima boju, oblik i tako dalje. Ne može da se iskaže rečima ili da se izrazi kao bivanje ovoga ili onoga. Iako ne može da se identifikuje (kao ovo ili ono), ipak se iskonski, čisti, blistavi, sjajni, živi (momenti) svesnosti koja čini stvari jasnima bez ometanja, dešavaju tebi (sve vreme). Svesnost nije nešto što ti prethodno nisi video, ali sada vidiš; ili što prethodno nisi iskusio, ali sada iskušavaš; ili o čemu prethodno nisi znao, ali sada znaš.

To je oduvek bilo tako, jer je priroda uma trajna.

Ali ti iz dubina svog srca moraš da znaš da se ona ne može označiti ili odrediti kao ovo ili ono.

Ako poseduješ samo (suvo, izveštačeno) intelektualno razumevanje da je ona čisto, blistavo, neodredljivo stanje jasnoće i Praznine, nećeš biti u stanju da učiniš bilo kakav napredak. Stoga ovo neće koristiti. Ali, ako je ovo (ostvarenje) osvanulo iznutra (iz tvog sopstvenog meditativnog vežbanja), tada si zaista imao prodorno uviđanje u (prirodu) smirenog uma. Stoga, osim ako se savesno čvrsto (ne meditira) nad prirodom (uma), nema načina da se ona uvidi.

Ako te (Guru) prerano upozna sa ovim, bićeš ostavljen samo sa suvim intelektualnim razumevanjem i postaćeš iscrpljen. Tada, ma šta drugo da on pokuša da ti objasni, to će samo izazvati povredu. Iz ovog razloga (Guru) ne sme da pokuša da te navede na prepoznavanje (prirode tvoga uma pre nego što si spreman da je vidiš).

Ako Guru pokuša da te navede da prepoznaš prirodu svoga uma, pre nego što si

imao bilo kakvo meditativno iskustvo, imaćeš samo intelektualno razumevanje. Usled svoje izveštačenosti i samo-zadovoljstva, postaćeš iznuren sa nedostatkom svakog uvažavanja dubine učenja. Umno-ograničeno ćeš osećati da već sve razumeš i na taj način ćeš omalovažavati sve daljnje napore svog Gurua da te podučava. Poput kamena u vodi, nećeš absorbovati ništa što on kaže i tako nećeš učiniti nikakav napredak. Stoga je bolje da Guru bude uzdržljiv u podučavanju o prirodi uma, nego da to učini prevremeno i izmori učenika.

Ako nisi presekao tok svojih misli, nećeš uvideti prirodu (svog smirenog uma). Ako ne vidiš ovu prirodu, ti ne možeš da se navedeš da je prepoznaš kao ono što jeste. A ako je nisi prepoznao, tada tvoja meditacija neće postati stvarna staza (ka Prosvetljenju).

Kada imaš izvrsna iskustva i blagodeti (u meditaciji), posmatraj ih. Čak i kada stvari slabo teku, pokušaj ponavljajući da pojačaš jasnoću.

Drugim rečima, dok si u bolu, ne popuštaj sebi već radije posmatraj prirodu uma koji doživljava ovaj bol i pokušaj da pojačaš i da se usredsrediš na njegovu jasnoću. Ovo je slično tehnici koja se koristi da bi se eliminisalo mentalno lutanje u meditacijama tantričke vizualizacije, odnosno pojačaj jasnoću vizualizacije i nevažna mentalna aktivnost iščezava.

Učiti metode za razvijanje takve vrste upražnjavanja naziva se (značajno) usmeno objašnjenje. Kada znaš kako da meditiraš, to se naziva završeno usmeno objašnjenje. Ako tada usavršavaš ovo stanje bez ikakvog mentalnog lutanja, neće biti nikakvih problema u razvijanju iskustava i uviđaja. Stoga, da bi postigao pouzdanost u vezi sa prirodom (uma) nakon što si je uvideo i da bi presekao sve svoje sumnje, neophodno je (za Gurua) da te

upozna sa njom (drugim rečima, da te navede da je prepoznaš).

Uopšteno, postoje dve stvari (potrebne) u meditaciji, mentalno mirovanje i prodorno uviđanje. Od ova dva, (mentalno mirovanje) jeste kada je tvoj um postavljen u svoje opušteno prirodno stanje i kada poseduješ skrašavanje uma u njegovom prirodnom, jasnom, blistavom stanju nakon što su se sve misli smirile na svome mestu (pošto si ih posmatrao u trenutku kada su se pojavile). Tvoj uobičajeni um se ne prepušta nikakvom mentalnom lutanju koje se tiče ovoga života ili svetovnih stvari. On je blaženstven i miran, sa svim zabludama smirenim u lepom snu. Postavljen jedno-usmereno nad prirodom vrline, tvoj um ostaje ma gde da ga postaviš i onoliko dugo koliko ti želiš. On je pod tvojom kontrolom. Ti čak ni ne osećaš kako tvoj dah izlazi i ulazi. Ako je tvoja (meditacija) poput ovoga, onda je to izvrsno stanje mentalnog mirovanja.

Iznenadna iskustva i blagodeti blaženstva, jasnoće i gole ne-konceptualnosti (koje zadobijaš u ovakvom stanju) su veoma važni. Oni ne ispunjavaju zahtev da bi se ubrajali u uviđaje, (jer ti je za to potrebno prodorno uviđanje), ali ne možeš da postupiš bez njih. Ako ih razvijaš bez ikakve prinudne privrženosti i ostaneš u ovom stanju (mentalnog mirovanja) ne dopuštajući sebi da padneš u bilo kakvu mentalnu tupost, uznemirenost, ili u neodređeno stanje ravnodušnosti, saznaćeš i iskusićeš kakva je vrsta objekta tvoj um — iako ne možeš da kažeš da je priroda uma poput ovoga ili onoga, ili da ima takvu boju ili takav oblik, zato što je to izvan svih reči, misli i opisa. Ne može da se iskaže rečima, poput seksualnog blaženstva mlade osobe. Jedinstvo jasnosti i Praznine, on je oslobođen od svih krajnosti mentalno stvorenih (vidova egzistencije) i ne može da se identifikuje (kao ovo ili ono). Nije oskrnavljen bilo kakvim konceptualnim mislima Dharma. Nije uprljan nikakvim konceptualnim svetovnim mislima. Ne može se prikovati (koncep-

tualnom mišlju da) je to nekonceptualno stanje ili jedno od mentalnih mirovanja.

Takva svesnost koja je u svom sopstvenom stanju, na svom sopstvenom nivou, na svom sopstvenom mestu — naziva se koren svih dobrih vrednosti, normalan um ili jednostavno um. Ako nisi svestan ovoga, tada poseduješ neznanje ili nesvesnost i kružnu egzistenciju saṃsāra-e. Ali ako si ovoga svestan, to se naziva svesnost, iskonska svesnost, Nirvāna, iskonska svesnost istovremenosti, praiskonsko stanje, Jasno Svetlo, ili prodorno uviđanje. Sada, stoga, treba jasno da odvojiš ovaj umni-tok od bilo saṃsāra-e ili Nirvāna-e.

Ako prepoznaješ um, to je Nirvāna; ali ako ga ne prepoznaješ, onda ti on donosi saṃsāra-u. Ovako je priroda saṃsāra-e i Nirvāna-e ista. Njihova razlika je u granicama tvoje svesnosti o njihovoj prirodi.

Kada te tvoj Guru upozna sa prirodom (tvog uma), prepoznaćeš ga kao da srećeš (starog prijatelja) kojeg poznaješ već dugo. Takvo prepoznavanje se naziva prepoznavanje uma. (Priroda uma) nije nešto što je stvoreno velikom oštroumnom inteligencijom učenika ili veštim usmenim učenjem Gurua.

On je tu bio oduvek i on je nešto što ti uspevaš da prepoznaš jedino kroz meditativno upražnjavanje.

Od vremena bespočetnog (tvoj je um) bio ovakav, ali pošto je bio zamračen zabludama i mislima ti ga nisi prepoznao. Ali sada kada je tok tvojih misli presečen i kada si se upoznao sa njim, ti ga poznaješ.

Um je iskonska jasnoća koja se ne može identifikovati (kao ovo ili ono). Ako ne poseduje inherentnu egzistencijalnu prirodu kao takav, ipak se priznaje za čiste pojave. Određujuće karakteristike uma jesu da je on po prirodi jasna, prazna svesnost.

On je praiskonski i budan je neprekidno. To je priroda (uma). Kada poseduješ potpuno prepoznavanje ovoga, usavršavaj ga stalno bez ikakvog kolebanja. Dobrobiti ovoga su izvan svake zamisli.

Stoga, da bi razvio prodorni uviđaj u (prirodu) smirenog uma i da bi se to prepoznalo, postoji prvo ovo stvarno upoznavanje (od strane tvog Gurua sa tvojim umom). Prinesi ovo k srcu, ispolji u praksi i neprekidno usavršavaj. Ovo je peti stupanja (za meditaciju prodornog uviđanja): prepoznavanje na ovaj način (prirode smirenog uma) i usavršavanje toga.

Drugi način posmatranja (naime prirode pokretnog ili mislećeg uma) saseca koren temelja (neznanja). Postoje dve stvari (u vezi sa ovim): (1) biti upoznat sa ne-konceptualnim umom i (2) biti upoznat sa umom u pokretu odnosno sa mislima, gde (ovo poslednje) znači biti upoznat sa pokretnim umom kada se misao već pojavila ili ti učiniš da se jedna pojavi.

Prvo je kao što sledi. Ti si posmatrao iskonski, jasan, blistav, ne-konceptualan smireni um koji je svesnost oslobođena od mentalne tuposti i uznemirenosti. Ti znaš da (njegova priroda) nema nastajanja ili prestajanja, ali ti ipak ne razmišljaj (konceptualno), »On ne poseduje nikakvo nastajanje ili prestajanje, niti boju, oblik i tako dalje«. Činiti ovako predstavlja prodorno uviđanje u ne-konceptualni um.

Konceptualizovanje u vezi sa nedostatkom svojstava ne-konceptualnog stanja uma, znači ići u krajnost čineći ne-postojanje »nečim«.

Što se tiče drugog, ako kažeš da su sve misli (po prirodi) totalna Praznina bez nastajanja ili prestajanja, suviše doslovno shvataš Prazninu (i ideš u krajnost nihilizma). Ono što one jesu, jeste živost koja ne ostavlja nikavog traga i čija (priroda) nema nastanka, prestanka ili trajanja i koja se ne može identifikovati u smislu da je ove boje, takvog oblika i tako dalje. Ako (si shvatio) ovoliko, razvio si malo

(razumevanja). Pored toga, moraš da prepoznaš da se one ne mogu identifikovati kao ovo ili ono i učini to bez konceptualnog razmišljanja »One ne mogu da se identifikuju kao ovo ili ono«. I bez ikakvog poimanja ili protivurečnosti (u svom umu, između misli koje su ujedno i žive i prazne, ti moraš da prepoznaš) da se misli ujedno i pojavljuju i sležu u potpuno isto vreme (kao i slika na vodi). Takođe, moraš da postigneš uviđaj da ne postoji ni najmanja razlika (u prirodi) između misli i objekta misli, između uma kada je smiren i kada je u pokretu, između prošlog (i sadašnjeg) uma, između prošlih (i sadašnjih) misli i tako dalje. (Oni su svi po prirodi) jasna, blistava svesnost.

Kada prekineš svoju misao (radi ispitivanja) ili kada misao iščezne, ne radi se o tome da je ona otišla u jasnu Prazninu (ili da je ova bila ostavljena na njenom mestu). Već, misao koja se pojavljuje, iznenada, sama je po sebi jasna Praznina. Kada ostvariš ili dostigneš ovakav uviđaj, onda si prepoznao (prirodu misli).

Ne postoji čak ni najmanja razlika između ne-konceptualnog stanja i stanja istinskog uviđanja u činjenicu da su misli u pokretu, smireni um i priroda samih misli sve troje jasni, prazni, i blistavi. Smatrati dva (kao različita) predstavlja umetanje uma koji ih ne prepoznaje.

Prethodno, dok nisi prepoznao (prirodu) misli, nisi bio u stanju da ih postaviš u svoju meditaciju. Ovo je bilo neznanje (ili nesvesnost). Ali sada, kada ih prepoznaješ, možeš da meditiraš nad samim mislima i na ovaj način one postaju svesnost ili iskonska svesnost. Sada možeš misli da načiniš korenom meditacije. Prethodno su same misli sebe zatamljivale i tako nisi mogao da ih vidiš.

Bile su tako mutne, zatamnjenive su svoju sopstvenu prirodu. Ali sada su one prozirne; možeš da vidiš pravo kroz njih.

Ova sadašnja meditacija nad konceptualnim mislima poznata je kao još posebije istaknuta nego

meditacija nad-konceptualnim stanjem. Stoga ma koje misli da se pojave, ti treba da ih smatraš kao ono što treba da se prepozna. Kada se misli ne pojavljuju, tada ostani u ovakvom stanju njihovog ne-pojavljivanja. Nema potrebe da ih podstičeš (ili stvaraš). Kada se pojavljuju, onda ostani u ovom stanju njihovog pojavljivanja. Nema potrebe da ih vraćaš. Stoga, ne obazirući se na očekivanja ili zabrinutosti, navedi same svoje misli u prirodu svoje meditacije.

Misli nisu ništa drugo do um. Ovaj um, koji se prirodno smiruje, jeste Dharmakāya, po prirodi čista, prazna blistavost, lišena bilo čega što se smiruje i bilo čega što smiruje. Kada postigneš ovakav uviđaj, onda si imao prodorno uviđanje (u prirodu) misli. Prepoznao si Dharmakāya-u, koja je jedinstvo jasnosti i Praznine.

Ovako moraš da shvatiš da se misli, pošto su jasna Praznina, pojavljuju i sležu u potpuno isto vreme, kao i otisak ruke na vodi. One nemaju nikakvo trajanje i ne postoji nikakav interval između njihovog pojavljivanja i sleganja. Niti postoji prostor između njih kao da su one »stvari« da bi se mogle odeliti prostorom. Ovo je značenje termina »prirodno sleže«, koji kada se prevede doslovno znači »samo-oslobođenje«.

Ukratko, treba da prepoznaš ma koje (misli) da se pojave, postavi svoj um jedno-usmereno i neumišljeno pravo na samu njihovu prirodu, bez ikakvog mentalnog lutanja i usavršavaj ovo stanje. Ovo je drugo stvarno upoznavanje (od strane tvog Gurua sa prirodom tvog uma). Prepoznati je međutim, nije dovoljno. Ti moraš da razvijaš kontinuitet (ove svesnosti). To je šesti stupanj (za meditaciju prodornog uviđanja).

## PREPOZNAVANJE PRIRODE UMA DOK ODRAŽAVA POJAVE I UMA U ODNOSU NA TELO

Treće upoznavanje znači biti u stanju prepoznati (prirodu) uma dok odražava pojavu i ovo se nalazi u granicama neodvojivosti uma i pojava. Kada posmatraš bilo koju od pet vrsta spoljašnjih čulnih objekata (viđenja, zvuke, mirise, ukuse ili osećaje dodira), objekat koji je uočljiv bez ikakvih smetnji, ali koji ne možeš da smatraš kao neki objekat tamo, čvrst i stvaran, i živi um koji ga posmatra bez toga da stvarno nešto dohvata-to dvoje nisu ni isti, ni različiti. Međutim, ti ne treba da (konceptualno) misliš da oni nisu (ni isti, ni različiti).

Učiniti tako, nagoveštavalo bi da je bivanje nijednog, jedna vrsta inherentne prirode koja istinski postoji u njima.

Isto tako, i telo i um nisu ni isti ni različiti. Oni su neodvojivi, jedno jedinstvo jasnosti i Praznine, pojave i Praznine, kao i (odraz) meseca na vodi.

Ako su odraz ili pojava meseca u bari i u vodi isto, onda bi, kada staviš svoju ruku preko toga, pojava još uvek trebala da bude tu. Ako su različiti, onda bi trebalo da budeš u stanju da podigneš pojavu iz bare kao i list papira.

Pored toga, ma kakva osećanja da imaš, kao što su toplo ili hladno, ona takođe predstavljaju pojavu.



Pošto ih ne prepoznaješ kao (jedinstvo) pojave i Praznine, tvoj um ih mentalno naznačuje (kao istinski postojeće) i na ovaj način imaš beskrajnu raznolikost poimanja. Ali odvojeno od ovoga, na konačnom nivou, ma kakva mentalna ili fizička osećanja da imaš, ona su lišena bivanja kao (inherentna postojeća) osnova za označavanje. Moraš da postigneš ovakav uviđaj.

U snu, ti poseduješ telo i vidiš mnoge pojave i one sve izgledaju stvarne i istinski postojeće. Ali kada se probudiš, ti uviđaš da su one sve iz tvog uma, da se pojavljuju tvom umu i da nemaju istinsku osnovu za svoje postojanje, ili za tebe da bi ih naznačio kao »moje telo« i tako dalje. Istovetna je i istina smrti koja se odnosi na tvoja životna iskustva i na buđenje iz neznanja kada uviđaš da je ono što si ti obmanuto smatrao za konkretno i stvarno, zapravo lišeno postojanja kao takvog.

Sve pojave dolaze od uma. Ako misliš da postoje duhovi ili demoni, ti ćeš ih videti. Ako ne veruješ u njih, nećeš ih videti. Jednom je Je-tzün Mi-la rä-pa meditirao u pećini i, primetivši rupu u zidu, zapitao se da li je možda u njoj duh. Čim se ova misao pojavila, užasna džinovka ljudožder se pojavila jašući na mošusu i zapitala ga, »Zašto si me zvao? Tvoj grabežljivi ego me je dozvao. Umiri svoj um i tada ću ja otići«. Slično ovome, zbog toga što si obmanut razmišljanjem da pojave postoje kao stvarni, čvrsti objekti »tamo«, ti veruješ da one postoje na takav način. Ovo nije ništa drugo do sujeverje.

Sve pojave jesu odrazi uma, lišene istinske egzistencije kao nečega čvrstog »tamo« što postoji sa svoje sopstvene strane. Na primer, visoke Lame će doći u Bod Gaju i videti to poput raja a sve ljude poput božanstava. Prosjaku, to će se učiniti kao pakao. Iza svakog od njih, to je stvarnost. Zamisli jednu čašu sa teč-

nošću. Biće — pakla to vidi kao istopljeni bakar, gladan duh kao gnoj i krv, riba kao svoj dom, ljudsko biće kao vodu a bog kao nektar. Svako od ovih jeste samo pojava za um i pojava uma. Ma kakve stvari da ti se pojavljuju, to je tvoj um. Ali sve su pojave obmanljive, zato jer se pojavljuju kao da su stvarne i »tamo«, dok stvari nisu.

Zamisli istu osobu koja nosi istu debelu odeću i leti i zimi. Jedan put je on označava kao tešku a drugi put kao tanku i laganu. Po kojoj osnovi ih on označava kao takve? Ne može da postoji inherentna postojeća osnova za ovo u odevanju: to je sve pojava. Isto je i sa osećajima.

Burmut i ljuta paprika su ili ukusni ili užasni, zavisno od onoga na šta si naviknut, drugim rečima od toga kako ti se oni pojavljuju.

Ma kakve pojave da iskrsnu (pred tobom, kao što je tvoj prst) posmatraj ih načinom (intenzivnog netremičnog posmatranja) i usredsredi svoj um (na to jedno-usmereno za nekoliko minuta). Zatim malo opusti svoje zurenje. Isprva su svi detalji veoma oštri. Ali onda, nakon izvesnog vremena, (lik) odlazi na svoje sopstveno mesto jer, ili se tebi smuč i ne želiš više da ga posmatraš, ili tvoje oči utru i počnu da suze. Ali tada, kada ga (još jednom) malo posmatraš, živa pojava koja se ne može dokučiti dolazi (ponovo). Vratila se na svoje sopstveno mesto.

Na ovom mestu (moraš da shvatiš) da su tvoj sopstveni (um) i pojave za njega i od njega neodvojive. Oni su (jedinstvo) pojave i Praznine, blistavi bez bilo kakvog objekta (koji inherentno postoji na svojoj strani). Pošto postoji ova povratna pojava stvarne trajne prirode stvarnosti, takođe poznate i kao određujuće karakteristike uma, ne postoje dve odvojene, različite stvari — spoljašnja pojava i unutarnji um. Sjaj samoga uma rađa se bez prepreka; to je sve.

Pojave kao objekti poimanja i svesnost koja ih poima oboje predstavljaju pojavljivanje obmane. U to vreme, ove (pojave) ne mogu da se izdvoje na stranu; one se pojavljuju pošto su one samo-obmana uma. Stoga um predstavlja pojave. Pored ovoga, ne postoji takva stvar kao što je pojava koja može da se zasnuje, čak ni u najmanjem stepenu, da inherentno postoji kao izvođeni objekat.

Strašilo, viđeno iz daljine, izgleda kao čovek. Šta je ova pojava, osim za tvoj um?

Prethodno, pošto je ovo bilo zatamnjeno neznanjem ili umnim prijanjanjem (za istinsku egzistenciju) nisi mogao da ga vidiš. Ali sada, kada je tok tvog grabežljivog konceptualnog uma presečen, ti možeš da prepoznaš sopstvenu prirodu (odražavajućeg uma) i takođe to da nema (istinski postojećih) objekata. Bez shvatanja pojava (kao istinski postojećih) ti vidiš da su pojave blistave i prazne i da nisu (inherentno postojeći) objekti. One su poznate kao svetlosni-zraci Dharmakāya-e, pojave koje se pojavljuju istovremeno (sa Prazninom, kao izdanak i njegova senka).

Na ovaj način, kada se tvoj prijatelj pojavi pred tobom, samo posmatraj njegovu pojavu i boravi ovde i sada. Ne razmišljaj, »O, kako je on dobar prijatelj«, ili »Kakav užasan prijatelj, nije mi pisao.« Ne prijanjaj uz zamisao ove osobe kao nepromenljivog koncepta, inherentno postojećeg, čvrstog i stvarnog. Ostani otvoren, svež i spontan, bez očekivanja, briga ili predkonceptija i ostvari neodvojivost pojave i Praznine. Ostani sa praznom pojavom osobe a ne sa tvojim fiksiranim idejama.

Sada usavršavaj (ovu svesnost) bez ikakvog izmišljanja. Predaj slobodne uzde svim svojim šest konglomeratima i razvijaj upražnjavanje u granicama svega što se pojavljuje umu.

Šest konglomerata jesu svesnost, spoznajna moć i objekti tvojih sposobnosti viđenja,

sluha, mirisa, ukusa, dodira i razmišljanja. Shvatajući da su svesnost, spoznajna moć i objekat svo troje međuzavisni, lišeni usamljenog inherentnog postojanja i svi neophodni za spoznaju, samo se opusti i budi svestan svega što iskrsne.

Sa svojim umom raspoloženim i smirenim u ovakvom stanju, postavi se neumišljeno nad pravom prirodom stvarnosti. Ne pokušavaj da postigneš blaženstvo, jasnost, Prazninu ili izvrsnost. Ne premišljaj nad prošlošću. Ne misli o budućnosti. Nemaš nikakvih misli o sadašnjosti. Ne meditiraj intelektualizujući. Dopuštajući tvome umu da bude na svom sopstvenom nivou, fluidno protičući ovde i sada, bez ikakvog naprezanja ili nespokojne zabrinutosti, postavi sebe u prirodno stanje samoga uma. Postavi sebe u stanje neodvojivosti pojave i Praznine, neodvojivosti zvučenja (zvukova) i Praznine, neodvojivosti blaženstva i Praznine, neodvojivosti svesnosti i Praznine, neodvojivosti jasnosti i Praznine. Kada shvatiš, sa golom percepcijom neodvojivosti pojave i Praznine na ovaj način, naime kako pojave nisu zaustavljene ali se isto tako ne mogu ni dokučiti, tada poseduješ prodordno uviđanje u (um dok odražava) pojave. Tada si prepoznao Drahmakāya-u koja predstavlja jedinstvo Praznine i pojave. Ako neguješ kontinuitet ovakvog stanja, razviješ postojana, uzvišena iskustva i uviđaje. Biti u stanju da se prepozna priroda uma dok odražava pojave jeste treće upoznavanje. Ovo je sedmi stupanj (za meditaciju prodornog uviđanja): usavršavanje tvog upražnjavanja na ovaj način.

Sledeće upoznavanje postiže se nakon što si posmatrao da bi uvideo da li su smireni i pokretni umovi isti ili različiti. Kada si analizirao da li su smireni i pokretni umovi isti ili različiti, shvatio si iz (prirode) ova dva kako da postakneš misli u svojoj meditaciji, jer su smireni i pokretni umovi ništa drugo do isti. Način na koji se javljaju jeste naizmeničan. Kada je um smiren, on se ne pokreće, a kada se pokreće, nije smiren. Ali pokretač oba jeste sam um i priroda oba jeste jasna, prazna blistavost. To nije ništa drugo osim ovoga.

Štaviše, ne radi se o tome da kada prekineš misao (radi ispitivanja) da tada vidiš jasnu, praznu blistavost. Niti se radi o tome da kada sećanje ili misao iščeznu, oni odlaze u jasnu Prazninu ili da je ona ostavljena na njihovom mestu. Već, misli koje se iznenada javljaju u momentu, same jesu jasna, prazna blistavost. Kada si postigao ovakav uviđaj ili razumevanje, tada poznaješ trajnu prirodu uma.

Smirena i pokretna stanja mogu da se opišu kao prsti koji potiču od iste ruke.

Oni su svi iste prirode kao i ruka, ali jedan prst nije isto što i drugi.

Kada je um smiren, to je jasna sjajnost u ne-konceptualnom stanju. Kada se pokreće sa mislima, priroda samih ovih misli jeste jasna, prazna blistavost. To nije ništa više od ovoga.

Kada poseduješ uviđaj da su sve pojave objekata jednostavno pretvaranje uma poput talasa na vodi i da se ne mogu konačno ustanoviti kao da imaju istinsku, nezavisnu egzistenciju, ovo je (poznato kao) prepoznavanje pojava kao uma. Kada analizuješ prirodu ovoga uma da bi uvideo da li on ima odlaženje, ostajanje ili dolaženje i kada postigneš uviđaj da se on ne može ustanoviti kao ni jedno od ovih, zato što um, kao i slon ili konj u snu, konačno ne poseduje istinsko postojanje, ovo je prepoznavanje uma kao Praznine.

(Štaviše) kada poseduješ uviđaj da se različite (pojave) spontano pojavljuju iz ovog stanja čiste jasnosti i Praznine, bez ikakve smetnje kao i (odraz) meseca na vodi, ovo predstavlja prepoznavanje Praznine kao spontanog (pojavljivanja). U vezi sa ovom spontano izniknutom jasnom, praznom svesnošću koja je oslobođena od svih mentalnih tvorevina (trajnih vidova egzistencije), koja nije nešto što se dešava promenom, koja ne odlazi od (ili na bilo koji način sputava) Veliko Blaženstvo i koja se upravo spontano pojavila — kada si ti ubeđen da se ona pojavljuje i sleže u potpuno istom trenutku kao smotavanje i odmotavanje zmiје, ovo predstavlja prepoznavanje spontanog (pojavljivanja) koje se samo od sebe sleže.

Um koji ti treba da si u stanju da prepoznaš jeste normalna svesnost koja može da pomisli bilo šta i sve i koja je sve-svesna i sve-prilagodljiva. To samo poznato je kao jedinstvo jasnosti i Praznine, Veliko Blaženstvo, Praznina koja poseduje ono što je većito najuzvišenije, ili Mahāmudrā, Veliki Pečat Praznine. Kada prepoznaš ovo, to predstavlja uviđaj u Mahāmudrā-u. Stoga postavi tvoj um u njegovo sopstveno stanje žive svesnosti, bez ičega nad čim da meditira i ne dozvoli mu da odluta ni na tren. Opusti se i budi u miru bez ikakvih očekivanja ili zabrinutosti, nadanja da će tvoja meditacija biti dobra, ili strahovanja da će biti loša. Održavajući prirodno stanje tvoje normalne svesnosti, ti

ćeš u svakom momentu ovde i sada posmatrati Mahāmudrā-in Veliki Pečat Praznine, jedinstvo blaženstva i Praznine i (i to ćeš videti) kao čisto prostranstvo bezoblačnog prostora.

Sada, kada se mentalno mirovanje sjedinilo sa prodornim uviđanjem, dogodiće se uzvišena iskustva i uviđaji. Ovo ispunjava zahtev stvarnog ulaženja na stazu Oslobođenja. Praznina je kao i um, jasnost je njihovo određujuće svojstvo a njihovo jedinstvo jeste priroda uma. (Postoji puno imena za) ovu jasnu, živu blistavost sa prirodom blaženstva, jasnosti i gole (ne-konceptualnosti), koja je oslobođena svih krajnosti mentalno stvorenih (vidova egzistencije) kao što su dobro ili loše, nastajanje, prestajanje ili trajanje, postojanje ili nepostojanje, stalno ili nestalno i koja je izvan svih reči i misli, koja se ne može identifikovati (kao ovo ili ono) a koja ipak može da se skusi. Ona je poznata kao sama suština velika iskonske svesnosti, stvarnost velikog prirodnog događanja, trajna priroda toka u kome postoji sve saznatljivo, čista svesnost, sama priroda stvari, podjednaki činilac (saṃsāra-e i Nirvāna-e), Veliko Blaženstvo, priroda-Bude, savršenstvo mudrosti, sveznanje, Praznina koja poseduje ono što je večito najuzvišnije.

Pošto se sve može shvatiti umom, on se (naziva) um-samo. Pošto je oslobođen od svih krajnosti ili sredine, on je Madhayamaka, Veliki Centralni položaj. Pošto je za svakoga teško shvatljiv, on je skriveni, ili tajanstveni tantra. Pošto uništava sve zablude, on je Vajrayāna Vozilo tvrdog-Dijamanta. Pošto vidi suštinu Budastva, naziva se Drahmakāya.

Ukratko, ono što ti treba da prepoznaš jeste to što je oslobođeno svih mentalnih tvorevina koje bi prionule za dvojnost (istinski postojeće svesnosti i objekata), drugim rečima: iskonska svesnost ne-dvojnosti, podjednaki činilac (saṃsāra-e i Nirvāna-e), Veliko Blaženstvo oslobođeno od mentalnih tvorevina, Mahāmudrā Veliki Pečat Praznine. Štaviše, ti treba da ploviš iznad (okeana saṃsāra-e) na tvojoj vatrenoj pažnji i ljubaznom poštovanju (prema svom

Guruu) koga smatraš kao nešto što je najvitalnije. Stoga obilazi ga neprestano moleći (za nadahnuće) bez pomisli da si ikada učinio dovoljno. A zatim je spusti na očito mesto njegovog nadahnuća i blagoslova za sebe.

Kada prepoznaš da postoji snažna blistavost kao deo tebe, neometana, neskrivena, oslobođena bivanja neuočljivog, stigao si do Mahāmudrā-e koja je osnova. Posmatrati prirodu (uma) jeste Mahāmudrā koja je put. Ostvariti (ovu prirodu) sa punim ubeđenjem jeste Mahāmudrā koja je rezultat. Stoga radosno usavršavaj sebe na ovaj način.

Sada je dostignuće (potpuno obdarenog) ljudskog tela postalo značajno. Ti si zaista ušao na stazu Oslobođenja i učinio kraj saṃsāra-i. Stoga meditiraj dobro i sa radošću, i dugo ovo usavršavaj. To je krajnje važno. Posmatravši smirene i pokretne umove i upoznavši se (sa njihovim stvarnim prirodama), ti si prepoznao da su pojave um, da je um Praznina, Praznina je spontano (pojavljivanje) a spontano (pojavljivanje) samo sebe smiruje. Ovo je Mahāmudrā, ukazivanje prstom na Dharmakāya-u. Razvijaj njeno upražnjavanje neprekidno. Sledi ga do kraja. Ne ostavljajući ga samo kao (suvo) intelektualno razumevanje, budi siguran da ćeš ga postaviti u tvoj umni-tok. Ovo je osmi stupanj (za meditaciju prodornog uviđanja).

Ovo je bio aktuelni glavni deo teksta, uvođenje u mentalno mirovanje i prodorno uviđanje. Prvo je potrebno da se usredsrediš na posmatranje (prirode uma) a zatim ćeš postepeno biti sposoban da je prepoznaš u skladu sa time kako se (tvoja iskustva) razvijaju i kako ih ti razumeš. To će sve biti uzajamno povezano. U drugim (tekstovima) mogu da se nađu uvođenja koja su u skladu sa svakim načinom na koji (iskustva) mogu da se jave i da se razumeju, i to je u redu. Ali, ovde sam ja povezao (uvođenje) u skladu sa četiri načina posmatranja, ne oslanjajući se samo na nagomilavanje mnogih reči. Ova uvođenja, koja odgovaraju istinskim uviđajima i koja dospevaju do istinskog značenja, moraju da budu međusobno povezana i primenjena od svake osobe individualno za njen sopstveni račun i napredne uviđaje. Ovo što sam ja napisao jeste u skladu sa uopštenim načinom na koji se razvijaju (iskustva) i ostvaruju dostignuća.

Ako je od početka trebalo da budeš upoznat sa prirodom (uma pre nego što si bio spreman), upoznavanje je moglo da te iznuri. Ako neko, koji je dobro upoznat sa Dharmom, postane iznuren, pitanje je da li će (iskustva i uviđaji) da se razviju u njegovom umnom-toku. Stoga sam pripremio da način uvođenja treba ovako da se izvede da bi se ta (opasnost) otklonila. Ovo zaključuje aktuelni glavni deo vežbanja.

#### CETVRTI DEO

#### POJAČAVAJUĆI SVOJE VEŽBANJE

## KOMBINOVANJE MAHĀMUDRĀ-E SA OSTALIM VEŽBAMA I ČETIRI AKTIVNOSTI

Treći deo jeste zaključni materijal koji se odnosi na pojačavanje (svog upražnjavanja). U toku meditativnog procesa (jedno-umne koncentracije) održi svojom oprežnošću nadzor kako se ne bi pojavilo nikakvo mentalno lutanje. (Ako tvoje misli postanu sasvim) rasute, odloži (svoju meditaciju) i (odmori se). Ako u vremenu nakon meditacije upadneš u mentalno lutanje, zameni ga češće sa meditativnim procesima u kojima vežbaš svoj um da ne luta.

Stoga, moraš da odmeriš sebe i da znaš kada da načiniš odmor ako sebe previše guraš u meditaciju i kada da meditiraš ako tvoj um postane previše rasejan u toku dnevne aktivnosti. Kroz tako vešto smenjivanje, pojačaćeš svoj razvoj ostvarivanja Mahāmudrā-e u svako vreme.

Dok razmišljaš o smrti i netrajnosti, potrebno je da budeš u stanju uma koji misli. »Što se tiče smrti, moji sopstveni sjedinjeni telo, govor i um će umreti.« Zatim (na vrhuncu toga) treba da prepoznaš prirodu smrti i prirodu uma koji razmišlja o smrti i na taj način da postaneš oslobođen od poimanja (kao istinski postojećima) trajnosti i netrajnosti, koje nisu ništa drugo do mentalno označene (kategorije stvorene) umom. Takođe, dok razmišljaš o svim nepogodnostima saṃsāra-e ili kružne egzis-

tencije, treba da dođeš do shvatanja da su saṃsāra i Nirvāna kao daleke i bliske planine u snu.

Sa ovakvim upražnjavanjem ti pojačavaš svoje ostvarenje istovremenosti dva nivoa istine. Na relativnom ili uobičajenom nivou ti poseduješ smrt, netrajnost, patnju saṃsāra-e i drugo, što su sve varljive pojave no ipak doživljene kao takve. Na konačnom nivou vid egzistencije ovih pojava jeste Praznina; njima nedostaje istinsko inherentno postojanje. Dva nivoa istine, relativni i konačni, pojava i Praznina, neodvojivi su. Tebi je potrebno istovremeno ostvarenje oba kao i dva krila da bi poleteo. Ne idi u krajnost smatrajući da su pojave ili potpuno ne-postojeće ili da one istinski postoje. Prethodno jeste nihilizam ili prijanjanje za Prazninu, drugo predstavlja krajnost afirmacije, prijanjanje za istinsko postojanje. Nikakav nivo ostvarenja Praznine neće te učiniti manje opreznim prema opštim preliminarnijama kao što je meditacija smrti.

Pored ovoga, dok meditiraš nad ljubavlju i samilošću zasnovanim na saznanju da su sva osetna bića bili tvoji majke i očevi i isto tako, dok meditiraš nad željenim i neustrašivim stanjima Prosvetljenog Motiva Bodhicitta-e sve do svog dostignuća Prosvetljenog Uma, treba da prepoznaš prirodu svega ovoga. Postavi sebe u neumišljeno stanje, umiri se u stanju ostvarenja imajući istaknutog (relativnog) Bodhicitta-u kao njegov aspekt i (razumevanje) prirode (ovoga aspekta, konačnog Bodhicitta-u) koji je neizmišljen i oslobođen je od svih mentalnih tvorevina (krajnjih vidova egzistencije). Činiti ovo predstavlja neodvojivost Praznine i samilosti.

Ljubav jeste želja da svako bude srećan i samilost za svakoga da bude oslobođen od patnje. Pošto si podneo bespočetna ponovna rođenja, u izvesnom momentu, svako je bio

tvoja majka ili otac. Sećajući se njihove dobrote i želeći da im to uzvратиш, ti treba da razviješ željeno stanje Bodhicitta-e, misao da dostigneš Budastvo da bi bio u stanju da im najdelotvornije pomogneš. Neustrašivo stanje Bodhicitta-e znači pridružiti se upražnjavanjima koja će te odvesti do Prosvetljenja, kao što su usavršavanje velikodušnosti, moralna disciplina, strpljivost, entuzijastička istrajnost, meditativna koncentracija, oštromna svesnost i tako dalje. Sve ovo jeste relativni Bodhicitta. Konačni Bodhicitta jeste ostvarenje Praznine.

Ono što se zahteva jeste posedovati istovremeno ostvarenje relativnog i konačnog Bodhicitta-e na isti način kao i dva nivoa istine. Isto kao što i meditirajući nad Guru-jogom ti vizualizuješ svog Gurua u formi ili aspektu Bude Vajradhāra-e dok poseduješ prirodu svog sopstvenog Gurua, učini to isto i ovde. Neka aspekt i vid tvoje meditacije bude samilost, dok ostvaruješ njenu prirodu kao Prazninu. Ovo je način da se razvije ostvarenje neodvojivosti samilosti i Praznine.

Takođe, kada od četiri tantričke inicijacije, ti primiш važno oponuemoćenje, tada ti je dopušteno da vršiш upražnjavanja razvojnog stupnja i da vizualizuješ sebe kao božanstvo. Sada, kada zamisliš sebe kao bilo koje od četiri glavna meditaciona božanstva i kada postigneš jasnoću u svojoj meditaciji okoline sa svim bićima u njoj kao božanstvima i sa svim zvukovima kao mantrom, sagledaj prirodu ovoga. Upražnjavati u stanju jedinstva razvojnih i završnih stupnjeva, oslobođenog od svih misli (istinske egzistencije) jeste Mahāmudrā razvojnog stupnja.

Postoji puno tantričkih meditacionih božanstva ili yidams kao što su Heruka ili Cakrasaṃvara, Hevajra, Guhyasamāja i Kālacakra. Na razvojnom stupnju ti vizualizuješ sebe u vidu božanstva, svoju okolinu kao njihovu man-

dalju nebeskih boravišta, svoj govor kao njihovu mantru, svoje misli kao iskonsku svesnost, svoja dela kao prosvetljenu aktivnost njihovog vrlog rukovođenja i tako dalje. Ovo treba da eliminiše tvoje prinudno prijanjanje za obične pojave i tvoje smatranje njih kao istinskim i inherentno postojećim.

Završni stupanj je, prema klasifikacionoj shemi Mahāmudrā-e, podeljen na stupanj koji poseduje znake i na stupanj koji je bez znakova. Prvo se odnosi na meditacije nad energetskim-sistemima suptilnog tela unutar konteksta vizualizacija razvojnog stupnja, a koje se vrše da bi se kanalizovali svi energetski-vetrovi u centralni kanal u cilju blaženstvenog ostvarenja Praznene. Drugo se odnosi na meditacije Mahāmudrā-e koje se vrše u ovom stanju.

Imati u meditaciji jasnu pojavu ili aspekt božanstva ili mantre, dok se ostvaruje njihova Prazna priroda, poznato je kao kombinovanje razvojnih i završnih stupnjeva ili mešavina Mahāmudrā-e sa razvojnim stupnjem. Ma šta da vizualizuješ, to predstavlja neodvojivo jedinstvo pojave i Praznine.

Zatim treba da meditiraš primenjujući Jasno Svetlo. Prepoznati samo-prirodu (stvarnosti) u svakom vreme, bilo da se šetaš, ležiš, sediš ili govoriš, predstavlja mešavinu (svega) sa Mhāmudrā-om.

Na sve što činiš, trebaš da primeniš ostvarenje Jasnog Svetla svega kao sna. Ako u snu shvatiš da sanjaš, onda možeš da uzmeš potpunu kontrolu nad svojim snom. Možeš da letiš ili da učiniš bilo šta što poželiš. Slično ovome tvoje budno stanje nije ništa drugo do varljivi san. Kada shvatiš da ništa ne poseduje istinsko inherentno postojanje, nema granica onome što ti možeš da učiniš. Sa apsolutnim ubeđenjem u neodvojivu Prazninu i pojavu, oslobođen od najmanje su-

mnje, ti više nećeš biti ograničen neznanjem i moći ćeš da preuzmeš kontrolu nad elementima i nad svim drugim.

Dalje, upražnjavati jedno-usmereno u stanju neodvojivih razvojnih i završnih stupnjeva ili mentalnog mirovanja i prodornog uviđanja (naziva se aktivnost koja je) sve-dobra. Kada je ovo postalo stabilno, tada možeš sebe da pritajiš na zastrašujućim usamljenim mestima i sa svesnošću da pratiš vi-dokrug, meditacije i aktivnosti. Ovakvo upražnjavanje se naziva tajanstvena aktivnost.

Tajanstvena aktivnost znači otići na takva mesta kao što su groblja, pustinje ili osamljene planine i spavati sa svojom glavom na ležu ili napolju u divljini. Ovim treba sebe da proveriš i da uvidiš da li se sujeverja i obmanuta stanja uma još uvek pojavljuju i da budeš u stanju da ih ispitaš kada se pojave. Preduzeti ovakvu aktivnost, bez prethodno postignute neodvojivosti mentalnog mirovanja i prodornog uviđanja, predstavlja ludost i postoji opasnost da možeš da poludiš. Stoga se zahteva krajnja opreznost.

Kada postaneš potpuno stabilan u ovome, bez ikakvog mentalnog lutanja, tada možeš da lutaš unaokolo i da se pomešaš među velikim gužvama. Uzeti ovo kao put i upražnjavati ga naziva se aktivnost bivanja u gužvama.

Ova je vrsta upražnjavanja slična prethodnoj u smislu da je namenjena kao prilika da bi proverio svoje napredovanje i da bi ispitao obmane, privrženosti i averzije koje se javljaju u bučnim, prepunim, haotičnim situacijama.

U skladu sa razlikama (u kojima je od ovih situacija tvoj um) stabilan a u kojima nije, postoje tri (tipa ljudi): veliki, srednji i mali.



Izvesni ljudi mogu da postupaju kada su sami, ali nisu sposobni da se sukobe sa gužvama i poslovima. Drugi su uspešni u aktivnosti sa drugima, ali ne mogu da podnesu samoću ili da budu usamljeni. Neophodno je biti u stanju da budeš u svakoj okolnosti sa kombinovanim mentalnim mirovanjem i prodornim uviđanjem.

Ne postoji poseban znak (razlikovanja) onih koji su veliki. Ali kada oni dostignu veliki put pripremanja i kada upražnjavaju sa emanacijom pojave, tada prihvataju odeću Heruke i mešaju se u zastrašujuće okolnosti bez ikakvih misli o tome šta treba da se jede a šta ne treba, šta je čisto a šta prljavo ili šta je pogrešno a šta ispravno. Upražnjavajući na ovaj način, oni postepeno napreduju kroz put pripremanja a kada dostignu put viđenja oni, sami, postižu pobjedu nad demonskim impulsima Māra-e, zabludama i Hīnayāna (motivacijama). Stoga (se ovo naziva aktivnost) pobedonosna u svim pravcima.

U skladu sa uopštenim opisom Mahāyāna-e, postoji pet puteva na stazi ka Prosvetljenju. Sa razvijanjem Bodhicitta-e, ti ulaziš na prvi od ovih, na put sakupljanja u kome razvijaš mentalno mirovanje. Na narednom putu pripremanja ti usavršavaš prodorno uviđanje tako da na putu viđenja, u meditativnom procesu, ti postižeš golo ne-konceptualno razumevanje Praznine. Na ovom mestu ti ulaziš na prvi od deset stupnjeva Bodhicattva-e (bhūmis). Za vreme četvrtog puta meditacije ti i dalje meditiraš da bi otklonio smetnje koje te sprečavaju da u svako vreme vidiš Prazninu. Na putu, na kome više nema učenja, ti dostižeš prosvetljeno stanje Bude.

Heruka jeste uopšteni termin za bilo koje muško meditaciono božanstvo, ili može posebno da se odnosi na Cakrasaṃvara-u. Oni sa

najvećim sposobnostima, poput Tilope i Nārope, prihvataju nakit od kostiju i Herukinu odeću od tigrove kože dok su na putu pripremanja. Tada se ponašaju kao ljudi, jedući bilo šta što im se nađe na putu, ne neslično svinjama. Postoji puno priča o Mahāsiddha-ma, stvarnim velikim učiteljima, koji bi jeli otpatke ili riblje utrobe. Upražnjavajući na ovaj način, oni su zadobili pobjedu nad svakim sujeverjem, predrasudama i prijanjanjem za inherentno postojanje, zajedno poznatim kao «Māra demoni». Ovo je krajnje napredno upražnjavanje u cilju postizanja gole percepcije Praznine.

Što se tiče drugih, oni krajnje intenzivno rade za dobrobit osetnih bića dok učestvuju u aktivnosti bivanja u gužvama. Stoga je ova aktivnost takođe poznata kao napredovanje sa samom Mahāmudrā-om.

Za one koji su izuzetno oštroumni, ne postoji potreba da pojačavaju (svoje upražnjavanje), zato jer su oni u (Prosvetljenom stanju Dharmakāya-e) u kome nema više ničega nad čim da se meditira niti bilo koga da meditira. Za one koji nisu ovakvi, postoji puno metoda da pojačaju (svoje upražnjavanje) što je potrebno da nauče iz usta svojih Gurua. (Opšti) metodi za pojačavanje tvog upražnjavanja jesu, međutim, uzajamno smanjivanje meditacije i post-meditacionih perioda, upražnjavanje puta zajedničkog vozila (meditiranje nad netrajnošću i drugim u granicama Mahāmudrā-e), odgovarajuće tantričke metode (u granicama Mahāmudrā-e), i učestvovanje u četiri vrste aktivnosti (onoj koja je svedobra i u drugima). Ulagati napor i upražnjavati na ovaj način predstavlja prvi stupanj za pojačavanje (tvog vežbanja).

## PET NEPRAVILNIH GLEDIŠTA, TRI VEŠTINE I ČETIRI BUDINA TELA

Zatim, da bi eliminisao smetnje potrebno je da odvojiš sebe od prinudne privrženosti ka takvim stvarima kao što su vrli i ne-vrli objekti.

Zvanično, istina je da su određena dela vrlo a da druga nisu. Ali konačno, ove stvari nemaju istinsko inherentno postojanje kao takve. Ako smatraš određena dela za inherentno »dobra« i ako si im prinudno privržen, ili druga za »grešna« i stoga si odbojan prema njima, ovakvo poimanje samo ometa tvoje napredovanje.

Takođe, pošto se tri vremena (prošlost, sadašnjost i budućnost) ne mogu ustanoviti (u smislu da poseduju istinsko, inherentno postojanje), ti moraš da napustiš čak i misao poput ove, »Od samog ovog trenutka ja ću raditi sve dok ne dostignem Prosvetljenje«. Postani uveren da postoji (trenutno) Prosvetljenje u svakom momentu.

Uobičajeno, postoji prošlost, sadašnjost i budućnost. Ali, kada bi ove kategorije posedovale istinsko inherentno postojanje kao takve, tada bi prošlost oduvek bila u prošlosti i nikada se ne bi mogla dogoditi. Budućnost bi uvek trebala tek da dođe i nikada se ne bi mogla pojaviti. A sadašnjost bi uvek bila takva i nikada ne bi prestala. Stoga, iako je imperativ posedovati motivaciju Bodhicitta-e, ti

ne smeš da zamišljaš da radiš od sada sve do Prosvetljenja pošto je ovo zasnovano na ideji tvog bivanja u istinski postojećem momentu sada sa Prosvetljenjem negde »tamo« u istinski postojećoj udaljenoj budućnosti.

Sa samom činjenicom da se misli pojavljuju i iščezavaju u potpuno istom trenutku, Prosvetljenje postoji u svakom momentu. Ako si svestan ovoga, to se pripisuje »trenutnom Prosvetljenju«. U drugim Budističkim krugovima, ti postižeš prosvetljenje dugim razvučenim procesom sakupljanja zasluga od preko tri nebrojena eona. Svakako, ostvarenje Praznine Prosvetljenja jeste rezultat sakupljenih zasluga, ali pošto um upravlja telom i govorom, meditacija Mahāmudrā-e nad umom predstavlja sredstvo bez premca za brzo sakupljanje ogromne zasluge. Trenutno ili momentalno Prosvetljenje ne znači da je neznanje magijski eliminisano bez ikakvog uzroka i da ti ne treba da upražnjavaš vrline, da meditiraš ili da činiš bilo šta drugo u cilju Prosvetljenja. To znači da u svakom momentu ti možeš da budeš Prosvetljen ako si svestan istinske trajne prirode stvarnosti u tom trenutku. A ako nisi, ti ostaješ u saṃsāra-i.

Ne smatraj svoj um kao prost i običan. Prepoznaj da je on od vremena nezapamćenog posedovao prirodu pet iskonskih svesnosti.

Iskonska svesnost je sačinjena od neodvojivosti pojave i Praznine, od dva nivoa istine, od trajne prirode stvarnosti. Ona je prirodno stanje tvoga uma i poseduje pet vidova ili funkcija, poznatih kao pet tipova iskonske svesnosti. Kada njih nisi svestan i kada ih prekrivaš prijanjanjem za istinsku egzistenciju, tada oni predstavljaju glavne zablude.

Iskonska svesnost praznine prirode stvarnosti pravilno razlikuje između onoga što je lažno i istinito. Prekriven tvojim prijanjanjem za istinsko postojanje, ti želiš da se oslobodiš stvari kojima pripisuješ takvo postojanje i stoga poseduješ gnev. Nesvestan iskonske svesnosti, koja je poput ogledala, ti ograničeno sebe pokrivaš i radije ignorišeš određene stvari umesto da jasno odražavaš njihovu pojavu i stoga poseduješ ograničeno neznanje. Nesvestan iskonske svesnosti, koja vidi individualnu prirodu stvari kao praznu, ti izdvajaš određene objekte kao po prirodi više poželjne nego druge. Ovo je pohlepna želja. Nesvestan iskonske svesnosti, koja vidi jednakost stvari u neodvojivoj Praznini i pojavi i drugome, ti smatraš sebe boljim od ostalih i stoga poseduješ gordost. Nesvestan iskonske svesnosti, koja nenaporno sve ostvaruje, ti si opsednut dostignućima drugih i ne činiš ništa za sebe. Ovo je zavist. Ili zadržavaš ono što poseduješ za sebe i ne deliš i ne dopuštaš da stvari teku. Ovo je tvrdičluk. Kada uvidiš, ipak, da je priroda različitih zabluda ista poput ovih od pet iskonskih svesnosti — i da, pošto su svih pet potpune u svakoj, može da postoji puno spisakova ovakve uzajamne povezanosti — tada pretvori prethodno u ovo drugo.

Ne smatraj svoje sopstvene agregate, spoznajne sfere i osnove kao nečiste. Postani uveren da su od vremena nezapamćenog postojala muška i ženska meditaciona božanstva i muške i ženske Bodhi-sattva-e.

Sastavne fizičke i mentalne sposobnosti jesu sposobnosti forme, osećanja, prepoznavanja, kompozicioni faktori i svesnost. Spoznajne osnove jesu objekti i spoznajne moći sposobnosti vida, sluha, mirisa, okusa, dodira i razmišljanja. Spoznajne sfere jesu ove prethodne

osnove plus svesnost svake od ovih sposobnosti.

U različitim tantrama postoje brojni odgovarajući sistemi koji izjednačuju svako od prethodnih sa muškom ili ženskom meditacionom figurom. Jedan takav sistem od stotinu božanstava nalazi se u »Tibetanskoj knjizi mrtvih« (B'ar-d'o t'ö-dr'öl). U vreme smrti, ova božanstva se otkrivaju i jasno pojavljuju. Ako ih prepoznaš kao ono što jesu, dostižeš oslobođenje, ali ako si zastrašen, pojurićeš u jedno od stanja nesrećnog ponovnog rođenja.

Odreći se želje da budeš oslobođen samo kroz slušanje i razmišljanje (o učenjima). Oduči da postaneš oslobođen kroz (dodatnu) snagu meditacije i blagoslove Gurua.

Da bi uvežbao svoj um i nadvladao patnju, moraš da se osloniš na moć slušanja, razmišljanja i meditiranja. Isprva moraš da čuješ pravilno objašnjenje učenja, na primer o prirodi uma, a zatim razmišljaj o njima da bi doznao njihovo značenje. Ovo poslednje jeste kao i posmatranje i podvrgavanje uma beskrajinim pitanjima i logičkim analizama. Konačno, kada si postigao odluku o prirodi uma, moraš da meditiraš i da stvarno iskusiš da je to tako. Uz pomoć Gurua ti uspevaš da to prepoznaš iz svoje meditacije. Ovako su sva tri potrebna da bi se postalo prosvetljenim.

Drugim rečima, odstupi od pet nepravilnih ideja koje se tiču objekata, vremena, prirode (tvojih zabluda), načina na koji (tvoji agregati) postoje i oštroumne svesnosti (što potiče od slušanja, razmišljanja i meditiranja).

Imati svoje telo u osnovnom položaju i svoj um početno postavljen u jedno-umnoj koncentraciji, pošto si posmatrao prirodu smirenog uma, dok je smiren, i pokretnog uma, dok je u pokretu, naziva se veština na početku meditacije Oslobođiti sebe od

umora (uzimanjem odmora) kada je jedinstvo tvoje jedno-usmerene koncentracije i osnovnog telesnog položaja postalo daleko rašireno te su se razdvojili, naziva se veština u posrednom presecanju rasplinutosti. Ne postati opsednut ili privučen ma kakvim izvrsnim blagodetima da se pojave (kao što su blaženstvo, jasnoća ili gola-nekonceptualnost) naziva se veština na kraju razvijanja blagodeti. Potrebno je da sebe uvežbaš u ove tri veštine.

Četiri Budina tela mogu da se shvate u granicama uma.

Različite pojave uma i za um jesu Nirmānakāya ili Telo Emanacije. Njena svesnost je Saṃbhogakāya ili Telo Korisnosti. Njena Praznina jeste Svabhāvakāya ili Telo Prirode a neodvojivost (ova tri) jeste Dharmakāya ili Telo Istine.

Vrlo često su definicije Dharmakāya-e i Svabhāvakāya-e obrnute. Poznata analogija za shvatanje ovih tela jeste da je Dharmakāya kao prostor, Saṃbhogakāya kao mesec a Nirmānakāya kao odraz ovog meseca u vodi. Sve tri su potpuno međuzavisne i neodvojive. Mesec ne može da postoji bez prostora koji zauzima niti postoji ikakva refleksija nezavisno od meseca. Isto tako, neodvojive i međusobno zavisne su Praznina, svesnost i pojava uma.

Kada si konačno odlučio da je ovo način na koji stvari jesu-pojava, egzistencija, saṃsāra, Nirvāna-i, kada si dokučio da su sve stvari odvojene od svih krajnosti mentalno stvorenih vidova egzistencije i oslobođene od (inherentnog) nastajanja, prestajanja i trajanja, tada postavi svoj um jedno-usmereno u stanje koje je oslobođeno od svih oče-kivanja i zabrinutosti i od svih odricanja i prihvatanja. To je drugi stupanj (za pojačavanje tvog vežbanja).

TRI MESTA GDE MOŽEŠ DA SKRENEŠ I ČETIRI GDE MOŽEŠ DA IZGUBIŠ PRAZNINU

Štaviše, pošto ćeš skrenuti u Tri Carstva ako si opsednut sa tri (blagodeti) blaženstva, jasnoće i gole-nekonceptualnosti, ne smatraj ove blagodeti kao najuzvišenije, bilo šta da se pojavi, dobro ili loše.

Ako si opsednut sa blagodanošću blaženstva i ako prijanjaš za nju kao da ima istinsku egzistenciju, bićeš ponovno rođen kao bog u Carstvu Želje; ako si opsednut jasnoćom, bićeš rođen u Obličnom Carstvu; i ako si opsednut sa golom ne-konceptualnošću u Bezobličnom Carstvu.

Kada si jednom dokučio (Prazninu) kroz uviđaj da su stvari inherentno niti jedno niti mnoštvo (na primer da telo i um nisu ni totalno isti ni potpuno različiti), možeš da pomisliš da je sve po prirodi totalno ništastvo ili da je sama intelektualno stvorena negacija koja opovrgava istinsku egzistenciju, Praznina svega (i da ništa ne postoji čak ni konvencionalno). Ako učiniš ovo svojom meditacijom, izgubio si Prazninu s obzirom na njenu stvarnu prirodu. Pošto možeš da postaneš razuzdan (ne imajući nikakve vere) u uzrok i posledicu, moraš da napustiš meditacije koje prijanaju za sve kao totalno ne-postojeće bivanje kao i one koje se vrše nad takvom intelektualno formulisanom Prazninom. Posmatraj prirodu ovoga prijanjanja za totalnu ne-egzistenciju, a zatim budi neumišljen (bez intelektualnog formulisanja bilo čega).

Ako posmatraš prirodu misli koja prijanja za ne-egzistenciju, ona će sama da se umiri i da iščezne na svom sopstvenom mestu na isti način kao i svaka druga misao. Priroda svih misli, čak i onih suptilnih kao što je poimanje, jeste jasna, živa svesnost.

Kada ne poseduješ uviđaj da su sve stvari prazne-ujedno (zablude) koje treba napustiti kao i njihove suprotnosti (odnosno Praznina) — tada, kada se mnoge zablude ili loše misli pojave u tvom umnom-toku, može se dogoditi da ih smatraš kao svog neprijatelja misleći: »Ovi ubijaju moju (moćnost) Prosvetljenja«. Zatim misleći: »Ovi treba da se unište Prazninom«, ti shvataš ova dva kao (istinski postojeću) stvar koju treba napustiti (s jedne strane, a s druge strane kao istinski postojeću) stvar koja treba da pomogne. Meditirati nad Prazninom na ovaj način znači izgubiti Prazninu s obzirom na njeno bivanje suprotnosti. Prepoznaj prirodu same misli koja prijanja za zabludu odnosno za ono što treba da se napusti i za pomagača (Prazninu) kao po prirodi odvojene i postavi sebe u stanje u kome ne postoji ništa istinski postojeće da se opovrgne ili ustanovi.

Kada ne poseduješ uviđaj da su, osnove (naime trajna priroda stvarnosti), put (ili meditacija nad tom prirodom) i rezultat (ostvarenje Dharmakāya-e) sva tri Prazna (po prirodi), možeš da pomisliš da je Praznina najuzvišeniji put za dostizanje Budastva (i da se ne dovodi u vezu sa osnovama i rezultatom). Takođe možeš da pomisliš da ako shvatiš (Prazninu), da je to najuzvišeniji put i da su osim ovoga, svi drugi Budistički putevi (kao što su Hīnayāna meditacije nad Četiri Plemenite Istine) podređeniji. Ne smatrati da ovi drugi putevi pripadaju metodama (koje je Buda poučavao), znači izgubiti Prazninu s obzirom na njeno bivanje kao put. Prepoznaj prirodu same misli koja je opsednuta Prazninom i koja je shvata kao najuzvišeniji put. Posmatranjem, ti ćeš shvatiti da je sve prazno (osnove, put, kao i re-

zultat) i da u Praznini ne postoji ništa najuzvišenije ili niže, ništa što treba napustiti ili potpomoći.

Naredno mesto gde možeš da izgubiš Prazninu jeste kada vršiš upražnjavanja tantričkog razvojnog stupnja odnosno iščezavanja svega u Praznini sa mantrom, pre vizualizovanja meditacionog božanstva.

Ako ne poseduješ čvrsto iskustvo (Praznine) može se dogoditi da zamisliš intelektualno formulisano (mentalnu zamisao) Praznine ili njenu mantru kako se prostire preko svega (kao da je stvar). Tada, pošto si isključivo pomislio da je sve ova Praznina ili da se ništa ne može (konvencionalno) ustanoviti pošto je sve prazno, može da se dogodi da odbaciš karmu i zakon uzroka i posledice, misleći: »Šta može da proizađe iz vrlih dela koja su (samo) uslovni fenomen«. Ovo predstavlja gubljenje Praznine u vezi sa prostiranjem nje (kao da je stvar). Posmatraj samu misao koja razmišlja »Ovo je Praznina« i kada si jednom prepoznao njenu prirodu, postavi sebe jedno-usmereno nad stvarnom praznom prirodom same Praznine i nemaj nikakvih misli (o vakuumu, na primer, misleći, »Ovo je Praznina«).

Ove intelektualno formulisane ideje o Praznini, ipak, nisu potpuno neispravne u svim okolnostima. Ako početnici ne meditiraju sa intelektualnim formulacijama (i logičkim rasuđivanjem), oni neće biti u stanju da zadobiju uviđaj u Prazninu čak i ako su od početka bili podučavani o tome. Ali, sa njihovim upoznavanjem Praznine (konceptualno), oni će konačno zadobiti bez naporni (ne-konceptualni) uviđaj u Prazninu. Stoga, čak i meditiranje nad intelektualno formulisanom Prazninom može da se dopusti. Međutim, konačno (takvo konceptualno razumevanje) mora da se napusti pošto može da bude mesto gubljenja Mahāmudrā-e.

Početnik podrazumeva svakoga koji još nije dostigao put viđenja i njegovu голу-nekonceptualnu percepciju Praznine, drugim rečima

svakoga koji nije Ārya. Ako je neko sakupio ogromnu količinu zasluga u svojim prethodnim životima, on može da »preskoči unapred« i da zadobije takvu golu percepciju odmah nakon meditacije. Ovo je retko. Više je uobičajen proces koji sledi.

Isprva razvijaš pretpostavno razumevanje Praznine zasnovano na slušanju pravilnog objašnjenja. Pretpostavljanje znači dostizanje ispravnog zaključka ili usled pogrešnog ili čak usled ispravnog razloga ali, koji ti ne razumeš. Tvoj Guru te poučava o Praznini i iako ti ne razumeš stvarno šta je on rekao, ti ponavljaš njegove reči i poseduješ pojam o Praznini zasnovan na čuvenju.

Zatim, ponavljajući tvoje razmišljanje i logičko analizovanje onoga što je on rekao, ti zadobijaš važeće zaključno razumevanje Praznine zasnovano na intelektualnom, konceptualnom procesu logičkog rasuđivanja. Ponavljanjem ovog logičkog procesa i usredsređivanjem na Prazninu mešajući svoje stvarno razumevanje nje sa pomoćnim konceptualnim razumevanjem, tako da poseduješ spremniji pristupačni objekat za koncentraciju nad Prazninom, ti ćeš konačno postići njenu golu, ne-konceptualnu percepciju. Ovo se ne dešava mističnim skokom vere, već kroz zakon uzroka i posledice kao rezultat tvog sakupljanja zasluga. Stoga su mentalna zamisao Praznine kao što je zamisao o vakuumu i konceptualno razumevanje zasnovano na logici, neophodna pomoć za potpuno ostvarenje Praznine. Ali, konačno oni moraju da se napuste, zato jer teže da od Praznine učine »stvar« što ona nije i mogu da budu mesto gde se ona gubi, kao što je širenje intelektualno formulisane zamisli o Praznini kao da je ona stvar.

Ovo su, tada, četiri mesta gde možeš da izgubiš (Prazninu). Pošto oni predstavljaju smetnje (za

pravilnu meditaciju Mahāmudrā-e), ne smeš da se zbuniš u vezi sa onim što treba da se napusti i sa onim što treba da se prihvati u skladu sa (ovim učenjima). Tada, u ovom stanju, bez ikakvog pretpostavnog razumevanja (Praznine), usmeri svoju pažnju neumišljeno na sve što se pojavi. Ne udaljuj se od ovde i sada. Budi fluidan i tačan ne držeći svoje telo u strogom položaju, ne zadržavajući svoj dah i tako dalje.

Takvi metodi, kao i oni koji se nalaze u »Šest joga Nārope«, korisni su za postizanje Mahāmudrā uviđaja, ali kada se jednom dostignu više nisu potrebni.

Ma kakve misli da se jave —vrle, ne-vrle ili neodređene — nemoj da ih zaustavljaš ili da utvrđuješ (njihovo trajanje), nemoj da (njih) napuštaš ili da prihvatiš (suprotnosti). Ma šta da se pojavi, ne sledi ga, već pre usmeri svoju pažnju na to bez ikakvog poimanja. To je treći stupanj (za pojačavanje tvog vežbanja).

Zatim, pretpostavi da se osećaš samo-zadovoljan i srećan zato jer misli i zablude (ne uznemiravaju) tvoju meditaciju. Zatim, iznenada, mnogo uzburkanih misli snažno te poremeti i ti ne možeš da ih uzmeš pod kontrolu u svojoj meditaciji. Može se dogoditi da ove misli smatraš kao neprijatelje koji su se pojavili. Pokušaj da prepoznaš same ove misli i prirodu samih ovih misli. Ne smatraj ih kao nedostatke, već razmišljaj o njima s blagošću.

Na primer, ako se javi gnevna misao, posmatraj je kao priliku za razvijanje strpljivosti, ili ako se javi misao želje, kao priliku da meditiraš nad netrajnošću onoga što želiš. Končno, međutim, ako se samo usredsrediš na njih, one će prirodno da se smire.

Uzimajući ih u sferu svoje meditacije, sagledaj da je njihova priroda oslobođena od svih mentalno stvorenih (krajnjih vidova egzistencije) i da se one pojavljuju (kao igra) Dharmakāya-e. Razvijaj (uviđaj) da su one ovakve.

Pretpostavi da si ti prethodno, ma kakve zablude da su se pojavile, bio u stanju da ih uništiš sa (intelektualno formulisanim analizama) Praznine.

Ovo se odnosi na sposobnost eliminisanja zablude putem logičkih, intelektualno formulisanih analiza njene Praznine. Na primer, ako poželiš jednu osobu ili izvestan objekat i ako

nakon analizovanja da li su oni isti ili različiti od svojih delova, ti zaključiš da nisu ni jedno i da su stoga lišeni istinske egzistencije, tvoja želja će se raspasti na delove čim uvidiš da za nju ne postoji čvrst, konkretan objekat.

Ali tada, iznenada, van svake kontrole pojavi se (druga) zabluda kao što je pohlepna želja. Može se dogoditi da smatraš takvu zabludu poput neprijatelja koji se pojavio. Tada, ma kakve zablude da se pojave prepoznaj njihovu prirodu. Postavljanjem sebe u (stanje) u kojem (njih) niti zaustavljaš niti utvrđuješ (njihov prestanak), one postaju pročišćene (i smiruju se) na svom sopstvenom mestu bez svoje potrebe da ih ostaviš. Drugim rečima, idi u samu njihovu čistotu kao što je objašnjeno u (metodama za) uzimanje misli kao put, odnosno (usredsredi se na) praznu prirodu istaknutog aspekta (ili pojave misli) koja je blaženstvena, jasna i ne-konceptualno gola. Usavršavaj sebe na ovaj način.

Kada tražiš um analizama i kada uvidiš da on ne može da se nađe i da ništa ne može da se ustani kao istinski postojeće, može se dogoditi da tada odbaciš (konvencionalno postojanje) svega, onoga što treba da se ostavi kao i onoga što je od pomoći, onoga što je vrlo kao i onoga što nije. Uzimajući doživljenu blagodet golosti kao glavnu stvar, može se dogoditi da osetiš kako si ti zajedno sa svima drugima iščezao u vakuumu i kako stoga ne treba ništa da učiniš. Takvo poimanje Praznine poznato je kao Praznina koja se pojavila kao neprijatelj ili šireći mračnost posvuda.

Krajnosti egzistencije i ne-egzistencije moraju oba da se opovrgnu. Ali ako moraš da izabereš, bolje je pasti u prethodno nego u nihilizam. Nāgarjuna je rekao kako Praznina opovrgava svako istinsko postojanje, ali ako to ne razumeš, bolje je da razumeš fenomen. Razmotri na primeru zmije. Ako kažeš da je prazna i da nije ništa i ako ne poštuješ njenu

relativnu prirodu, može da te ujede i umrečeš. Isto tako, možeš da padneš u niže ponovno rođenje u paklu, zanemarujući činjenicu da ne-vrla dela donose nesrećne rezultate.

Za ovo je, takođe potrebno da prepoznaš prirodu prijanjanja za samu Prazninu. Postavljajući sebe u stanje niti (njenog) zaustavljanja niti ustanovljavanja (njenog prestanka), ti ćeš da eliminišeš (ovakvo prijanjanje). Stoga usmeri svoju jedno-umnu koncentraciju na ovaj način.

Drugim rečima, na isti način kao i prethodni, usredsredi se nad prirodom misli koja prijanja za Prazninu ili nihilizam i ona će prirodno da se slegne.

Čak i ako poseduješ (intelektualno) razumevanje da pojave predstavljaju zavisna pojavljivanja, još uvek možeš da budeš opsednuto privučen ka ovim praznim (pojavama) prijanjajući za njih kao istinski postojećim stvarima. Ako je ovakav slučaj, tada ćeš postati krut i ili ćeš biti zastrašen ili zaveden različitim pojavama koje vidiš. Za nekoga koji je nesrećan i koji se nalazi na ovakvoj ivici, ovo (paranoično stanje uma) poznato je kao pojave koje su se pojavile kao neprijatelj. Za ovo je potrebno da prepoznaš prirodu pojava i prirodu prijanjanja za njih kao istinski postojećim stvarima. Postavljajući sebe u stanje niti njihovog zaustavljanja niti pokušavanja da ustanoviš (njihovo trajanje), ti ćeš da ih eliminišeš.

Možda ćeš posedovati pretpostavno, intelektualno razumevanje da su, na primer, otac i sin, međusobno zavisni: sin ne može da postoji bez oca i tako dalje. Međutim, može se dogoditi da ih ti još uvek poimaš kako postoje inherentno kao zavisna pojavljivanja. Usled ovakvog poimanja, objekti mogu da počnu da se pojavljuju kao neprijatelji. Paklenim stvaranjima koja pate od krajnje paranoje, svako

se čini kao njihov neprijatelj, a svaki predmet kao oružje.

Klasičan je primer jednog krojača koji je izgubio svoju iglu i osećajući da ju je progutao, razvio je oštar bol u stomaku. Njegov prijatelj je video kako je on samo ispustio iglu na zemlju ali nije mogao da ga ubedi da je to ta izgubljena igla. Stoga mu je predložio da isprazni stomak. Ovaj je to i učinio dok je prijatelj neprimetno stavio iglu u stolicu. Čim je krojač video iglu, njegov stomakni bol je čudesno iščezao. Slično ovome, kada sagledaš istinsku prirodu tvog prijanjanja za pojave, one će, kao i tvoja patnja, da nestanu.

Pošto si meditirao na ovaj način, čak i ako razviješ (emocionalnu) veru, samilost i drugo više nego ostali, ovi će da iščeznu na svom sopstvenom mestu (pošto su nestabilni), ako nisu bili pročišćeni Mahāmudrā-inim (razumevanjem neodvojivosti samilosti i Praznine). Pretpostavi da razviješ (emocionalnu) samilost prema nekome koji ne poseduje ni jedan takav kvalitet Dharمة i ti u tvom prisutnom (emocionalnom) stanju misliš da bi bilo korisno da mu pomogneš. I ako ovo neće doneti (nikakvu konačnu dobrobit), ako si ti trebao da odbaciš svoje sopstvene dobre kvalitete Dharمة, a ako si, zapravo, trebao da pokušaš da mu pomogneš, tada se samilost pojavila kao neprijatelj.

Pretpostavi, na primer, da vidiš lovca kako se muči da ubije jelena i osećajući samilost prema ovoj okrutnoj osobi, ti odlučiš da mu pomogneš. Ako ti treba da se odrekneš tvoje sopstvene samilosti za životinje i tvoje zakletve da ne ubijaš te mu pomogneš da ubije zver, tada se emocionalna samilost pojavila kao neprijatelj.

Ovde takođe, ti treba da prepoznaš (prirodu ovog) stava emocionalne samilosti. Postavljajući sebe u stanje niti njenog zaustavljanja niti utvrđiva-



nja njenog trajanja, postani jasan u vezi sa prirodom ove jake samilosti u granicama Mahāmudrā-e. Zatim, prinoseći duge molitve (za dobrobit svih drugih) dok si u ovom stanju, ti ćeš otkloniti pojavljivanje (samilosti) kao neprijatelja i uzrokovati dobrobit za sve druge u skladu sa međuzavisnim proizilaženjem.

Biti u stanju da, bez napora, pomogneš drugima dešava se prema zakonu uzroka i posledice kao rezultat tvojih molitvi da budeš sposoban da učiniš tako, kao i usled tvog zajedničkog ostvarenja samilosti i Praznine. Sve dok delaš u pravcu Prosvetljenja, najbitnije je imati samilost i pomagati druge, ali moraš da upotrebiš mudrost.

Postoji velika razlika između Bodhisattva-e, koji primenjuje neuobičajeno ponašanje, da bi pomogao nekome zato jer vidi ono što će biti konačno korisno, i početnika bez ikakvog ostvarenja koji, pošto je veoma emocionalan, pomaže druge na nespretn način koji zaista ne koristi drugoj osobi i samo ozleđuje njegovo sopstveno upražnjavanje. Ne zamišljaj da jesi Bodhisattva kada nisi i ne koristi samilost kao izgovor da postupaš silovito po svojim emocijama. Ali, naravno, ako neko samo što ne padne, treba da mu pomogneš. Moraš da upotrebiš zdrav razum.

Osim toga, pretpostavi da nisi bio utvrdio ispravio mišljenje (o Praznini), već da si osećao kako ćeš učenjem (prvo) gramatike, logike i ostalog zadržati uviđaj u ispravno iskonsko gledište. Ako smatraš da tada treba da ostaviš meditiranje, ovo je poznato kao pojavljivanje uzroka i posledica kao neprijatelja.

Pogrešno je ako osećaš da će rezultat učenja svetovnih nauka biti tvoje razumevanje Praznine. Zapravo je obrnuto. Kada si postigao uviđaj u Prazninu, svo drugo znanje i mudrost

će uslediti. Ovo međutim, ne znači da ne treba ništa da učiš sve dok ne postigneš potpuno ostvarenje Praznine, ili moraš nedvosmisleno da odražavaš svoja preimućstva.

Radi ovoga, treba da uložiš napor da (utvrdiš) ispravno gledište i da meditiraš nad time. Usavršavajući ovo bez ikakvih očekivanja ili zabrinutosti, ti ćeš ukloniti (ovu prepreku). Stoga ti je potrebno upražnjavanje na ovaj način.

Takođe, kad god se bolest, povreda od duhova i slične smetnje za jednomnunu koncentraciju kao što je mentalna tupost, uznemirenost i umna zamagljenost pojave — ma šta da bude, ispitaj individualnu prirodu toga (da vidiš) da li poseduje boju, oblik ili pojavljivanje, trajanje, i odlazanje. Ne zaustavljajući ih niti utvrđujući (njihov prestanak) zaključiti da oni ne mogu da se ustanove kao da imaju istinsko, inherentno postojanje.

Takođe upražnjavaj davanje (tvoje sreće) i uzimanje na sebe (patnje drugih). Bez ikakvih očekivanja ili zabrinutosti, strahovanja da ćeš se stvarno razboleti ili nadanja da ćeš koristiti (drugoj osobi), upražnjavaj uzimanje bolesti i povreda od duhova (kao put za ostvarenje) četiri Budina tela.

Praznina bolesti jeste Svabhāvakāya, jasnoća i svesnost njenog bola jeste Saṃbhogakāya, njen vid je Nirmānakāya a neodvojivost ova tri jeste Dharmakāya.

Što se tiče mentalne tuposti i uznemirenosti, ako postaneš otupeo u odnosu na objekte i drugo u toku svojih dnevnih aktivnosti, upotrebi mentalnu uznemirenost kao metod (da živneš) a za uznemirenost upotrebi tupost kao metod (da te umiri).

Ovo su privremeni lekovi i oni su poput Sāntidevainog saveta u »Bodhicaryāvatara« da treba upotrebiti zavist kao suprotnost za ponositost i tako dalje. Ako osećaš ponositost, zamisli sebe u tuđoj koži i oseti zavist za sebe.

Na ovaj način ćeš obuzdati tvoju gordost. Slično tome, ako si u mentalnoj tuposti, potstakni izvesnu uznemirenost da bi doveo sebe u uravnoteženo stanje.

Štaviše, ako posmatraš prirodu mentalne tuposti i uznemirenosti i postaviš sebe jedno-umno nad time, one će biti eliminisane.

Iako postoji puno takvih uklanjanja prepreka, ja ih nisam sve napisao iz bojazni da bi to bilo previše govrljivo. One trebaju da se nauče iz usta tvog Gurua. Takođe, za one najoštroumnije ne postoji potreba da eliminiše smetnje pošto oni poseduju uviđaj da je sve praiskonski oslobođeno od svih mentalnih tvorevina (krajnjih vidova egzistencije).

Ovi opasni momenti (misli, zabluda i drugog koji se javljaju kao neprijatelji) dešavaju se u vreme kada se nalaziš na stupnju koji se naziva stupanj »jednog ukusa«.

Ovaj stupanj dolazi nakon što si postao Ārya sa golom ne-konceptualnom percepcijom Praznine i za vreme dok si na prvim sedam stupnjeva Bodhisattva-e na stazi meditacije. Drugim rečima, oni se dešavaju kada si ti već video Prazninu, ali se usled tvojih instinkata zablude i neznanja, uznemirujuće misli i poimanja nastavljaju da pojavljuju, osobito za vreme post-medicionog perioda.

U granicama Mahāmudrā-e kaže se da su ove (zablude i drugo što nastavlja da se pojavljuje, u vezi sa) instinktima zabluda i misli poređanih u tvom umnom-toku i kada oni izazivaju (zablude i drugo), treba da se shvate kao znaci (Nirmānakāy-e) koje treba pročistiti Prazninom.

Brojanice su načinjene od perli, ali ni jedna od tih perli ne predstavlja brojanice, niti su sve perle nagomilane zajedno. Brojanice jesu mentalna oznaka ili ono što pripisujemo kolekciji perli poređanih zajedno u nizu. Slično

ovome, šta je običaj ili instinkti koji uvek nanovo izazivaju uobičajeni obrazac ponašanja? Običaj nije ništa drugo do mentalno naznačenje, određeno pripisivanje seriji sličnih događaja koji, ako ih shvataš kao istinski postojeće, izazivaju hronično pojavljivanje svog beskrajnog nastavljanja.

Stoga, sagledaj Prazninu svojih navika i nagona zablude. Kada se zabluda javi, shvati da je njen vid Nirmānakāya, da je njen svesni aspekt Saṃbhogakāya, njena Praznina Svabhāvakāya i neodvojivost ova tri Dharmakāya. Na ovaj način oni mogu da budu »pročišćeni« Prazninom.

U granicama uopštenih učenja o putevima i o njihovim rezultatima i tako dalje, a zajedničko za (sve Budističke tradicije na Tibetu), kaže se da će se u vreme dok (upražnjavaš) završni stupanj (anuttarayoga tantrę) sa znacima, (sva dobra svojstva) pojaviti iz moći zabluda i misli (koje su pomešane sa) ovim stvarima u njihovoj kategoriji i da će se ona desiti kao zavisno pojavljivanje iz njihovog kombinovanja sa (upražnjavanjima) nad energetskim-kanalima, energetskim-vetrovima, stvaralačkim energijama i umom.

Ovo se odnosi na drugi nivo metoda koji se koriste da bi se savladale uznemirujuće misli i zablude. Na završnom stupnju anuttarayoga-e sa znacima, ti uređuješ i uprežeš energetski-sistem suptilnog tela. Ovaj sistem obuhvata energetske-kanale (nādi; tza) ekvivalentne telu, energetske-vetrove (prāna; lung) ekvivalentne govoru i stvaralačke energije (bindu: t'ig-le) ekvivalentne umu.

Svesnost plovi kroz ovaj sistem na energetskim-vetrovima i kada oni jure osiono tako čine i tvoje obmanute misli. Kada su ovi vetrovi kanalisani u centralnom energetskom-ka-

nalu u srčanom centru, ove misli će same da se umire.

Štaviše, svaka od zabluda istovetna je sa odgovarajućim dobrim svojstvom. Tako postoje određena vežbanja kao što su »Šest joga Nārope« u kojima zabluda i dobro svojstvo u njevoj kategoriji bivaju pomešani i tako je energija zablude delotvorno pretvorena u nešto korisno. Ovo se dešava kroz zavisno pojavljivanje, drugim rečima kao rezultat posebnog vežbanja koje je upotrebljeno. Tako želja postaje pomešana sa blaženstvom kroz (tum-mo) upražnjavanje psihičke toplote, gnev sa ostvarenjem o lišenosti istinske nezavisne egzistencije kroz tehnike iluzornog tela, umna ograničenost sa Jasnim Svetlom posredstvom joge sna i tako dalje. Ovakva upražnjavanja korisno upotrebljavaju energetske-sisteme koji su gore ukratko prikazani.

Iako postoji puno stvari kao što su ova — mesta gde možeš da izgubiš Prazninu, opasne tačke (gde stvari mogu da se pojave kao tvoj neprijatelj), bolest, povreda od duhova, smetnje u jedno-umnoj koncentraciji i tako dalje — verovatno će ovo da bude dovoljno kao sažet pregled.

Ovo su, stoga, stupnjevi za eliminisanje tri mesta gde možeš da skreneš, četiri mesta gde možeš da izgubiš Prazninu, pet opasnih tačaka i tri smetnje (za jedno-umnost). Shvativši nedostatke ovih i dobrobiti (njihovog eliminisanja) kao što je gore objašnjeno, ti moraš da uložiš napor i ne treba da se zbunjuješ u vezi toga šta treba da se prihvati a šta ne. Ovo je peti stupanj (za pojačavanje tvog vežbanja).

## DOBROBITI UPRAŽNJAVANJA I STUPNJEVI I PUTEVI U SAGLASNOSTI SA MAHĀMUDRĀ-OM

U vezi sa načinom na koji se dobrobiti (ili dobre vrednosti) pojavljuju, dobrobiti preliminarnih vežbanja jesu da ona donose ispunjenje tvojih privremenih i konačnih ciljeva. Ovo je zbog toga što je za njih podesno da budu osnove za tvoje postizanje ujedno boljeg budućeg ponovnog rođenja kao i putevi Prosvetljenja.

I ne samo to, već meditirajući nad teškoćom zadobijanja potpuno obdarenog ljudskog tela i nad smrću i netrajnošću, ti ćeš odvratiti svoj um od misli o ovom životu. Razmišljajući o karmi i zakonu uzroka i posledice, ti ćeš da postigneš ubeđenje u njih i moć da zaštitiš (svoje položene zakletve moralne discipline) čak i po cenu svog života. Razmišljajući o nepovoljnostima saṃsāra-e, razviješ gnušanje prema saṃsāra-i i njena Tri Carstva. Razvivši odricanje, ti ćeš želeti da dostigneš samo prosvetljeno stanje Bude. Meditirajući nad ljubavlju, samilošću i Prosvetljenim Motivom Bodhicitta-e, postać ćeš oslobođen od (sebičnih) želja za svoju sopstvenu sreću i posedovaćeš misli samo za dobrobit osetnih bića. Trudeći se u jogi sto-složne mantr (Vajrasattva-e), primić ćeš stvarne znake i znake u snu da si postao pročišćen od (prinudnosti da iskušiš) nedozrele nesrećne posledice svojih prethodno učinjenih ne-vrljih dela. Uz pomoć ovoga, ti ćeš (lako) da razviješ iskustva i uviđaje. Prinoseći mandalu, tvoje će telo da bude blaženo, tvoj um čist, tvoje želje malobrojne i za-

dobićeš neprocenjive zasluge. Usled meditiranja nad Guru-jogom, tvoje vatreno uvažavanje i ljubazno poštovanje (za tvog Gurua) rasplamsavaće se sve više i više. Primićeš njegove blagoslove i nadahnuće kao i jedno-umnu koncentraciju. Beznaporno ćeš da razvijaš iskustva i uviđaš. Da li razvijaš stvarna upražnjavanja ili ne zavisi od (tvoje odanosti — Guruu).

Što se tiče stvarnih upražnjavanja, dobrobiti mentalnog mirovanja jesu da besprekorno razvijaš blagodeti blaženstva jasnoće i gole ne-konceptualnosti. Umanjiće se tvoja žudnja za hranom i odelom. Tvoje (telo) će da postane svetlo i zračeće, tvoj um prilagodljiv, a postići ćeš takve stvari kao što su nad-čulne moći i pet očiju. Nadsjaćeš svoje zablude i misli.

One će biti nadsijane blistavošću tvog mentalnog mirovanja, kao i zvezde suncem tako da se ne pojavljuju.

Pet nad-čulnih očiju su (1) čulni vid za viđenje udaljenih objekata, (2) nebeski vid za viđenje prošlih i budućih ponovnih rođenja, (3) vid oštroumne svesnosti za posedovanje gole percepcije Praznine, (4) vid Dharme za viđenje mentalnih sposobnosti drugih tako da bi znao kako i čemu da ih naučiš i (5) vid Bude za sveznajuće razumevanje svega. Prema »Abhisamayālaṅkāra« od Maitreya-e, svako od ovih dostiže se postepeno na putu ka Prosvetljenju.

U vezi sa prednostima prodornog uviđanja, oni koji su najoštroumniji proći će odmah stupnjeve i puteve (ka Prosvetljenju). Oni srednjih sposobnosti, ponekad će ih preći odmah, a ponekad u stupnjevima, napredujući na način onih koji preskaču unapred. Oni najmanjih sposobnosti napreduju postepeno po stupnjevima, idući po redu od početničkog stupnja sve do desetog stupnja Bodhisattva-e. Način na koji oni prelaze u saglasnosti je sa načinom na koji razvijaju četiri puta po tri, ili dvanaest joga.

Pet puteva i deset Bodhisattva-inih stupnjeva ka Prosvetljenju, kao što je prethodno kratko objašnjeno, mogu da se podele na mnogo načina i mogu da se pređu putem raznolikosti tehnika. Postoje uopštene metode za svaku od klasičnih indijskih Budističkih škola i postoje različite klase tantri. U saglasnosti sa sistemom koji je kratko opisao Gam-po-pa u svom »Draguljskom Ukrasu Oslobođenja«, ovi stupnjevi mogu da se podele na trinaest: stupnjevi željenja, vatrena pažnja, deset Bodhisattva-inih stupnjeva i stupanj Budastva. U Dzogch'en ili sistemu Velikog Upotpunjenja postoji čak drugi način njihove podele. Ovde u Mahāmudrā-i, pet puteva i deset stupnjeva su podeljeni u dvanaest joga. Ali bez obzira na to kako je pita isečena, osnovni obuhvaćeni materijal, ostvareni uviđaji i dostignuti cilj su isti.

(Uglavnom, kada postigneš mentalno mirovanje) možeš sebe da postaviš, koliko god želiš, u stanje blaženstva, jasnoće i gole ne-konceptualnosti. Iako možeš sebe da postaviš u ovakvo meditaciono stanje, ako ponekad (ove blagodeti) ne dođu čak i kada meditiraš, a u drugim slučajevima dođu dok ne meditiraš, ovo je (zbog toga) što još nisi postigao veliku kontrolu nad jedno-umnom koncentracijom. Ovo je rani ili mali stupanj jedno-usmerenosti. Ako poseduješ stanje uma koje je upravo takvo kao što bi trebalo da bude, a da nisi uznemiren nikakvim rastrojenostima i kada god meditiraš (blagodeti) dolaze, tada si postigao kontrolu nad jedno-umnom koncentracijom. Ovo je srednji stupanj jedno-usmerenosti. Ako (tvoja koncentracija) teče u kontinuitetu i ako nisi rastrojen čak ni u žestokim okolnostima, ako su sve tvoje misli smirene u ovom stanju, ako si potpuno sjedinjen sa ovim stanjem čak i u vreme spavanja i ako nikada nisi razdvojen od njega u svim tvojim aktivnostima, ovo je napredni veliki stupanj jednousmerenosti.

Na ovom mestu, pošto će blagodeti biti prisutne u svako vreme, može se dogoditi da zadobiješ uviđaj kako je ovo veliki stupanj u kome više nema meditiranja (drugim rečima Prosvetljenje). Ali osim toga da je to uviđaj da poseduješ blagodeti, to nije stvarni uviđaj (u Prazninu). Ovi (stupnjevi jednosmerenosti) prisutni su u vreme puteva sakupljanja i pripremanja. Pošto ne shvataš potpuno prirodu uma, blagodet sa kojom poimaš golost (ili praznost) jeste glavna odlika tvog mentalnog mirovanja. Ako dugo vremena usavršavaš da ne budeš opsednut ili privučen ka samoj ovoj blagodeti, ova iskustva će postati pročišćena. Svi postojani aspekti blaženstva, jasnoće i gole ne-konceptualnosti će se razjediniti razdvajajući se u delove, (tako da se ovo stanje pojavljuje i sleže u svakom momentu) i ti tada vidiš (konačnu) istinu prazne prirode stvari. Drugim rečima, kada su (tvoja opsednutost i prijanjanje za istinsko postojanje blagodeti) bile smirene u neobjektivirajućem stanju trostruke Praznine blaženstva, jasnoće i gole ne-konceptualnosti, istinske prirode svesti (ili uma) osvanuće čisto u tebi kao i da si oljuštio koru (sa voća) ili pronašao blago.

Ovde kora predstavlja tvoju opsednutost blagodetima ili blistavim iskustvima i tvoje prijanjanje za njihovo istinsko postojanje. Kada se ovi razjedine i kada su oljušteni, ti dospevaš unutar voća, odnosno prazne prirode tvog uma okarakterisane blaženstvom, jasnoćom i golom ne-konceptualnošću koja se, pošto je prazna, pojavljuje i sleže istovremeno u svakom momentu.

Ovo je dostignuće puta viđenja Mahāyāna-e i takođe se naziva stanje oslobođeno od mentalnih tvorevina (krajnjih vidova egzistencije). Na ovom mestu, ako još uvek nisi potpuno odvojen od bliskosti prijanjanja za (istinsko postojanje) praznosti i tvoje opsednutosti njom i ako si samo malo sagledao istinsku prirodu uma, ovo je rani stupanj oslobođenosti od

mentalnih tvorevina. Kada si ovo pročitao iz korena, ako je tvoje normalno stanje svesnosti postalo neobjektivirajuće blistavo u skladu sa tvojim uviđajem, ovo je srednje stanje oslobođenosti od mentalnih tvorevina. Kada je ovo postalo stabilno i kada si ti bio pročišćen od ovog (stanja) uspevajući lako u granicama misli ali ne uspevajući lako u granicama pojave, tada si postigao uviđaj da je sve prazno i da ne postoji čak ni jedna stvar koja nije prazna. Kada si odbacio sva potcenjivanja Praznine svih spoljašnjih i unutrašnjih fenomena, ovo je napredno stanje oslobođenosti od mentalnih tvorevina.

U toku perioda nakon meditacije ovih (stupnjeva), pojave izgledaju kao obmana. Ti postižeš uviđaj istinske prirode Bodhicitta-e i napuštaš osamdeset i dve (grube zablude) koje se napuštaju na putu viđenja. Ne uzimaš ponovno rođenje u (Tri Carstva) kružne egzistencije na nijedan (od četiri načina) rođenja ili otklanjaš (takva rođenja umiranjem) izuzev kada snagom svojih molitvi (produžavaš da činiš tako da bi pomogao drugima). Ovo je poznato kao dostignuće puta viđenja ili prvog Bodhisattva-inog stupnja koji se naziva »Krajnje Radosni«. Usavršavajući ovako dugo, ti ćeš napredovati do stupnja jednog ukusa.

Na ovom prethodnom stupnju bilo je još uvek pomalo teško biti u samo-smirivanju ovde i sada u kome su sve misli koje se pojavljuju blaženstvo koje predstavlja ne-istinsko postojanje ili lišenost istinskog postojanja svih stvari. Ali kada je ovo pročišćeno, bilo da nisi ili jesi oslobođen od mentalnih tvorevina da su stvari niti istinski prazne niti ne-prazne, dovoljno je (samo da se prepozna priroda) samog ovog stanja ovde i sada.

Iako moraš da budeš oslobođen od svih krajnosti kao što su prijanjanje za Prazninu, što predstavlja nihilizam, ili prijanjanje za ne-Prazninu, odnosno istinsku egzistenciju, ovakve mentalne tvorevine se ipak pročišćavaju samo uviđanjem prirode »ovde i sada« u kome se

nepravilne misli poput ovih istovremeno pojavljuju i sležu kao i slika na vodi.

Kada si postigao uviđaj u (istinsku prirodu svih) stvari, tada (ti vidiš da je sve) u prirodi od jednog ukusa i možeš potpuno da razumeš, bilo u granicama pojave ili u granicama Praznine, ma koja učenja o putevima.

Trajni temelj za »ovde i sada« jeste jedan ukus ujedno i pojava i Praznine u iskonskoj svesnosti o neodvojivosti ova dva. Stoga, bilo da si svestan pojave ili njene Praznine, ti uviđaš jedan ukus oba ova, odnosno ovu trajnu osnovu iskonske svesnosti svih učenja o putevima.

Ovo je rani stupanj jednog ukusa

Na ovome stupnju, iskustvo (ovog jednog ukusa pojave i Praznine) još uvek je pomešano sa količinom ubeđenja.

Ovo ubeđenje jeste da je ovo to iskustvo »ovde i sada«, koje tako sadrži tvoje poimanje toga kao »stvari«.

Kada je ovo pročišćeno, tada je sve pomešano u jedan (ukus) čiste prirode svih stvari — uključujući (prividnu dihotomiju) svesti i iskonske svesnosti kao i pojave i uma, bez toga da suština bude ostavljena izvan a svesnost da bude ostavljena unutra (kao da su od različitih ukusa). Kada se jednakost kružne egzistencije i mirnog oslobođenja, neodvojivost sañsāra-e i Nirvāna-e, pojavljuje neposredno, to je srednji stupanj jednog ukusa.

Kada se, nakon što su se sve stvari pojavile kao jedan ukus, jedan ukus tada ponovo pojavljuje kao mnogi ukusi kroz pojave šireći se procesom međuzavisnog proizilaženja što predstavlja vešt način, ovo je napredni stupanj jednog ukusa.

U rastvarajućem procesu telesnih elemenata kao što je prethodno ukratko opisano,

svest se postepeno oslanja na sve manje elementa. Tako se zemlja rastvara u vodi, što znači da svesnost više ne može da se osloni na čvrsti element. Zatim se voda rastvara u vatri, vatra u vazduhu ili energetskom-vetru a ovaj u prostoru. Tri stupnja prate ovo: bela, crvena i crna iskustva kao bele i crvene stvaralačke energije ili Bodhicitta-e spuštaju se s temenog centra, podižu se iznad pupka i sastaju se u srcu. Nakon ovoga dolazi iskustvo Jasnog Svetla Dharmakāya-e koje može da se javi u vreme smrti, u toku spavanja, klonulosti ili u naprednim tantričkim meditacijama. Kroz ovaj proces ti dolaziš do ostvarenja jednog ukusa svega u Dharmakāya-i.

Nakon ovoga javlja se ponovni evolucionni proces elemenata u kojem je svesnost izložena crnim, crvenim i belim iskustvima a zatim se postepeno oslanja na elemente kao što su energetski-vetar, vatra, voda i zemlja koji, ponovo izranjaju za vreme procesa ulaženja u b'ar-d'o, ponovnog rođenja, buđenja i za vreme određenih naprednih tantričkih upražnjavanja. Ovo se događa putem međuzavisnog proizilaženja, što se ovde odnosi na uzrok i posledicu i pokrenuto je vešt načinom da bi se obezbedila forma koja će biti od dobrobiti za druge.

Ostvariti jedan ukus pojave i Praznine kroz ujedno disolucioni proces i ponovni evolucionni proces predstavlja napredni stupanj jednog ukusa.

Sada si postigao strpljenje za sve pošto (si potpuno shvatio) da ne postoji istinsko pojavljivanje. Ovo pokriva interval između drugog i sedmog stupnja Bodhisattva-e, iako neki autori objašnjavaju da ovo uključuje takođe i osmi stupanj.

Postoje brojni putevi definisanja dvanaest joga Mahāmudrā-inog klasifikacionog sistema puteva i stupnjeva. U skladu sa uopštenim ob-

jašnjenjem koja se nalaze u radovima Trećeg K'am-trül Rinpoche-a, drugi manje kompleksni sklop definicija je kao što sledi.

Stupnjevi jedno-usmerenosti poseduju dostignuće mentalnog mirovanja. Na njegovom ranom stupnju blagodeti se pojavljuju naizmenično, ponekad se dešavaju a ponekad ne. Na srednjem stupnju one same dolaze a na naprednom stupnju one su neodvojivo pomešane sa Jasnim Svetlom čak i u snovima.

Stupnjevi oslobođeni od mentalnog izmišljanja, oslobođeni su i od poimanja da um poseduje bilo koji od četiri krajnjih vidova egzistencije-istinsku egzistenciju, totalnu egzistenciju, obe ove i nijednu. Krajnost obe ove odnosi se na poimanje da fenomen poseduje istinsku egzistenciju na relativnom nivou a totalnu ne-egzistenciju konačno. Iako svi fenomeni ne poseduju niti istinsku niti totalnu ne-egzistenciju, krajnost nijednoga jeste konceptualno poimanje ove činjenice kao da je ovaj vid egzistencije »stvar«. Na ranom stupnju oslobođenom od mentalnog izmišljanja ti shvataš da je um lišen inherentnog pojavljivanja, trajanja i prestajanja. Na srednjem stupnju ti više ne prijanjaš za pojavu niti za Prazninu. Na naprednom stupnju ti odbacuješ potpuno sva precenjivanja i potcenjivanja mentalno stvorenih vidova egzistencije.

Na stupnjevima jednog ukusa, pojave i um postaju potpuno pomešani. Na ranim stupnjevima sve stvari koje su dvojake prirode mešaju se u jednaki ukus Praznine. Na srednjem stupnju, pojave i um su kao i voda pomešana sa vodom. Na naprednom stupnju ti vidiš pojavljivanje pet tipova iskonske svesnosti iz istog ukusa.

Sve ovakve definicije nisu protivurečne i zasnovane su na ličnom meditacionom iskustvu učitelja.

Staviše, iako postoji puno razlikujućih odlika između svakog od deset Bodhisattva-inih stupnjeva, jedna od njih jeste da ti na svakom od stupnjeva potpuno usavršavaš jednu od deset savršenosti (pāramitās). Tako je to na prvom velikodušnost, a zatim postepeno moralna disciplina, entuzijastička istrajnost, meditativna koncentracija, oštroumna mudrost, vešti načini, snaga, molitva i iskonska svesnost. Oštroumna mudrost (prajñā; she-rab) jeste oštroumna mudrost Praznine, koja se razlikuje između pravilnih i nepravilnih vidova egzistencije. Iskonska svesnost (jñāna; ye-she) jeste iskonska svesnost neodvojivosti dva nivoa istine, pojave i Praznine. Ili može ponekad slobodno da se odnosi kao »mudrost«.

Sada meditacija i stanje nakon meditacije postaju pomešani. (Prethodno) još uvek su bile prisutne mrlje prijanjanja za praznost u toku perioda nakon meditacije. Ali kada je ovo pročišćeno, sve postaje pročišćeno u praznoj sferi svih stvari gde ne postoji ništa da se postigne niti neko da to postigne i gde ne postoji čak ni najmanja razlika u lutanju ili nelutanju (od ovog ostvarenja) u meditaciji i u stanjima nakon meditacije. Kada si oslobođen od svih znakova (dvojnosti onoga) nad čime treba da se meditira i onoga koji meditira, ovo je rani stupanj u kome više nema meditacije. Ovo je osmi stupanj Bodhisattva-e.

Na ovom mestu, još uvek je moguće da se tu pojave ponekad, za vreme spavanja neznatne mrlje ovog prijanjanja (za znakove nečega nad čime treba da se meditira i nekoga koji meditira). Kada je ovo pročišćeno i kada sve postane isto kao i veliko meditativno stanje iskonske svesnosti, ovo je srednji stupanj u kome više nema meditacije. Ovo je deveti i deseti stupanj Bodhisattva-e.

Zatim kada mač oštroumnosti i iskonske svesnosti preseče iz korena skrivene prepreke koje ometaju Sveznanje (odnosno instinkte svakog neznanja),

tada majka Jasno Svetlo, koja je totalna čista prazna sfera svih stvari i dete Jasno Svetlo, koje je ogledalo-lika iskonska svesnost, postaju spojeni u jedno. Ovo je potpuni preobražaj u savršeno Budino Prosvetljenje, stanje Jedinstva bez ičega što još treba naučiti. Ovo je napredni stupanj u kome više nema meditacije ili Budastvo.

Putujući kroz osmi, deveti i deseti Bodhisattva-in stupanj do ovog jedanaestog stupnja (Bude), prirodna čistota praiskonskog stanja koje je istovremena (sfera Praznine i ogledalo-lika iskonska svesnost) jeste Dharmakāya koju si ti učinio očitom.

Budina tela mogu da se podele na dva: Dharmakāya, i Rūpakāya, ili Mudrost i Tela Oblika. Prvo je rezultat Budinog savršenog napuštanja svih prepreka i ono ispunjava njegove sopstvene namene. Drugo potiče od njegovih savršenih ostvarenja svih dobrih vrednosti i pojavljuje se iza Bodhicitta-e da bi ispunilo namene drugih.

Dharmakāya je oslobođena od pojavljivanja, trajanja i prestajanja. Ona je stalna, neuslovljena, prirodno čista, trajna priroda uma i celokupne stvarnosti. Iskonska svesnost prazne sfere svih stvari vidi Prazninu. To što je ogledalolika odražava sve znane fenomene bez ikakve smetnje. Stoga se bivanje Dharmakāya-e kao istovremenosti ove dve iskonske svesnosti, majke i deteta Jasnih Svetla, često smatra kao sveznajući um Bude i kao Praznina tog uma.

Prirodna čistota misli, koja je um (ili osetni aspekt) osetnih bića, jeste Saṃbhogakāya koju si ti učinio očitom.

Najopštija sūtra definicija Saṃbhogakāya-e, Tela Korisnosti, jeste Telo Oblika koje poseduje pet izvesnosti. Ono poseduje izvesnost (1) oblika, ono uvek koristi telo koje ima svih stotinu i dvanaest većih i manjih oznaka Bude,

(2) učenja, ono uvek koristi učenja Mahāyāna-e, (3) učenika, ono uvek podučava krug Ārya Bodhisattva-i, (4) mesta, uvek na čistom-tlu Budinih-polja i (5) vremena, sve do završetka saṃsāra-e. Ovde je ona određena kao prirodna čistota misli. Ove dve definicije nisu u neslagasnosti.

Ārya Bodhisattva-e su oni sa motivacijom Bodhicitta-e koji poseduje golu, ne-konceptualnu percepciju Praznine. Dejstvom takvog uviđaja, njihove okoline postaju čisto-tlo Budinog-polja. Prirodna čistota misli je nešto što samo takva bića mogu da opaze. Stoga je Saṃbhogakāya ta čistota misli ili svesnosti koja je vidljiva jedino Ārya Bodhisattva-ma. Ako si, ipak, zbunjen u vezi sa ovom prirodnom čistotom, tada te misli obmanjuju i ti veruješ da one imaju istinsko postojanje i tako ne možeš da vidiš Saṃbhogakāya-u.

I prirodna čistota pojava kao objekata pod uticajem okolnosti jeste Nirmānakāya koju si ti učinio očitom.

Isto kao i kada dno lapis lazulija nije uglašano, odraz Boga Indre se neće pojaviti u njemu, tako i ako umovi osetnih bića nisu čisti, oni neće videti Budu čak i da jedan stoji pred njima. Stoga su Nirmānakāya ili Emanaciona Tela Bude prirodna čistota pojava za umove osetnih bića. Ona se pojavljuju kao fenomen koji nastaje usled uzroka i okolnosti i mogu da se klasifikuju u tri kategorije.

Najuzvišeniye Nirmānakāya-e, kao što je Buda Sākyamuni, poseduju sve veće i manje znake i izvode dvanaest dela Budinog-porekla od Tusita-e, rođenja u kraljevskom rodu, svetovnog uživanja, odricanja, asketizma, Prosvetljenja pod bodhinimi drvetom, okretanja točka Dharma i tako dalje. Ako ne poseduješ zaslužnost ili čistotu da vidiš Sākyamuni-a kao



Budu, on će ti se pojaviti samo kao visoki čovek sa velikim ušima. Ako poseduješ čistotu uma, tvoj Guru će ti se pojaviti kao Buda.

Obične pojave Nirmānakāya-a jesu emanacije kao što su majmuni, ptice i drugo sa posebnim namenama da poučavaju posebna osetna bića. Određene Nirmānakāya-e se pojavljuju kao majstori muzike, fizičari, muzičari, i tako dalje da bi poučavali svoj posebni medij. Ovako, čista pojava Nirmānakāya-e zavisi od čistote uma posmatrača.

Beznaporno vrlo delanje za dobrobit drugih učinjeno bez ikakvih misli bilo od ova tri Budina tela ili od različitih tela, jeste izvan svake zamisli. Pošto beznaporno ispunjava ciljeve svih osetnih bića, prostorno kao i beskonačnost svemira i pošto čini tako sve dok sva samsāra ne bude ispražnjena, ovo je konačna dobra vrednost.

Postoji mnogo načina nabiranja i definisanja Budinih tela. U uopštenim tantrickim učenjima, prosvetljeno telo, gvor i um su objasnjeni ponaosob kao Nirmānakāya, Saṁbhogakāya i Dharmakāya. U nekim sistemima, pored četiri uobičajena tela dodate su još Vajrakāya ili Dijamantsko Telo nepromenljivosti Prosvetljenja, Jñānakāya ili Telo Iskonske Svesnosti i tako dalje. Ali bez obzira na to koliko tela je opisano, njihovo vrlo delovanje (samudācāra; tr'in,lā) u pomaganju osetnih bića je isto.

Buda je oslobođen od svih misli, od svih konceptualnih procesa. On sve doznaje kroz golu percepciju. Ovako, kada pomaže druge, on to čini spontano bez ikakvih misli. Njegovo vrlo delovanje je stoga — beznaporno. To je zbog toga što je Buda dok je još uvek bio na putevima ka Prosvetljenju učinio bezbrojne molitve da bude u sposobnosti da učini dobro za sva osetna bića. Njegova sposobnost da čini

tako, jednom prosvetljena, rezultat je ovih molitvi i ne zahteva daljnji svesni napor ili misli. Kao što i oblak nema misli da koristi usevima, a to se ipak samo dešava u vreme kiše, isto tako i Buda koristi svim bićima.

Postoji nekoliko vidova Budinog vrlog delovanja, poznatih kao oslobođenje putem viđenja, putem čuvenja, putem potsećanja i dodirivanja. Stoga samo videvši Budu, čuvši njegove reči, potsećajući se na njih ili biti dodirnut njegovom rukom, ti možeš da postaneš oslobođen od patnje. Ovo ne znači da se to magično dešava i da ti sa tvoje strane ne treba ništa da učiniš. Ovakvo trenutno oslobođenje dešava se u krajnje retkim slučajevima prouzrokovano prethodnom ogromnom količinom sakupljenih zasluga. Ali mnogo češće ovakvo viđenje i ostalo zasađuje seme karmičke asocijacije sa Prosvetljenjem i nadahnjuje te da stremiš ka ovakvom stanju.

Sve se ove stvari, međutim, dešavaju bez ikakvog svesnog napora od strane Bude. Na primer, samo pogled Njegove Svetosti Dalai Lame može da te ispuni nadahnućem da upražnjavaš Dharmu, bez toga da Njegova Svetost učini bilo šta sa svoje strane. Stūpa ili monument u Bodh Gayā-i gde je Śākyamuni Buda obznanio Prosvetljenje ne poseduje nikakve misli i ne čini nikakve napore, no ipak mnogi ljudi koji ga vide potstaknuti su da obilaze oko njega ili su nadahnuti religioznim mislima.

Klasičan primer kako oslobođenje dejstvuje putem viđenja i čuvenja jeste u uslovima boga Indre. Indra sedi u svojoj nebeskoj kristalnoj palati i ne čineći ništa njegova pojava se odražava na svim stranama njenih zidova. Ljudi na zemlji vide njegov prekrasni odraz i nadahnuti su da rade da bi dostigli njegovo stanje. Isto tako, Indra ima i nebeski doboš čiji je zvuk tako dirljiv da samo čuvši ga, ljudi razvijaju duboke uviđaje.

Na ovaj način, baš kao što sunce i mesec nemaju nikakve namere da koriste ljudima, tako i Buda ispunjava ciljeve drugih beznaorno, putem njegovog vrlog delovanja i bez ikakvih misli.

Ovo su, tada, dobrobiti koje proizlazi iz preliminarnih vežbanja celim putem sve do stupnja u kome više nema meditacije. Ako uložiš napor u razvijanje ovih (dostignuća) jedno za drugim, ne dopuštajući da oslabe ona koja si već razvio već neprestano ih uvećavajući, ove dobrobiti će se pojaviti. Povećavajući svoj entuzijazam i upražnjavajući ovako, predstavlja šesti stupanj (za pojačavanje tvog vežbanja).

## ZAKLJUČNE DEFINICIJE

Stoga, konačno i praiskonski od početka svako poseduje svoj sopstveni udeo u onome što je poznato kao sama priroda samoga uma, sama priroda stvari ili Mahāmudrā Veliki Pečat Praznine i (ne postoji nikakva razlika) izuzev da li ti shvataš ili ne shvataš njene dve čistote.

Sama priroda samoga uma je takođe poznata kao Budina priroda. Njene dve čistote jesu prirodna čistota ove trajne prirode — ona je praiskonski čista od vremena bespočetnog — i čistota postignuta kada se trenutne zamrsljanosti koje je zatamnjuju uklone. Ovo je poput zlata koje poseduje dvostruku čistotu svog prirodnog stanja kao i onu koja je postignuta kada se uklone sve mrlje.

Ono što svako biće poseduje kao svoj udeo predstavlja osnovu (Mahāmudrā-e). Na (osnovama) ovoga ti sebe postavljaš u meditacije nad putevima, a sama priroda samoga uma za vreme perioda sve do desetog Bodhisattva-inog stupnja jeste put (Mahāmudrā-e). Tada, kada si se probudio iz sna nesvesnosti ili neznanja, ostvarena konačna čista priroda stvarnosti poznata je kao plod Mahāmudrā-e.

Osnova, put i plod Mahāmudrā-e jesu međusobno zavisni i ne mogu da postoje izdvojeno, kao što je slučaj sa detetom, odraslim čovekom i starim čovekom. Ti ne možeš da budeš sta-

rac ako nisi nikada bio dete ili odrastao čovek. Isto tako, i plod Mahāmudrā-e dolazi kroz osnovu i put.

Videti stvarnu, čistu, trajnu prirodu stvarnosti i biti oslobođen od svih (pojmov) o objektima koji se poimaju i o svesnosti koja ih poima predstavlja gledište (Mahāmudrā-e). Meditirati nad značenjem ovog (gledišta) bez ikakvog mentalnog lutanja jeste (Mahāmudrā) meditacija.

Tebi je potrebno jedinstvo ispravnog gledišta i meditacije. Imati ovo poslednje bez prethodnog jeste isto što i biti slepac na otvorenoj ravnici. Ne možeš nigde da odeš. Posedovati samo ispravno gledište ali ne i meditirati isto je što i biti tvrdica; Tvoje znanje nije od koristi ni tebi ni drugima. Ali sa oba, ti imaš dva krila da letiš ka Prosvetljenju.

Razvijati bilo koju od četiri aktivnosti koja je prikladna i činiti to potpuno oslobođeno od svih (pojmov) o nečemu što treba da se čini i o nekome da to čini predstavlja aktivnost (Mahāmudrā-e).

Ove četiri jesu aktivnost koja je sve-dobra, skrivena aktivnost, aktivnost bivanja u gužvama i ona koja donosi pobedu u svim pravcima, kao što je prethodno objašnjeno.

I, biti oslobođen od svih (pojmov) o nečemu nad čime treba da se meditira i o nekome da meditira i ne posedovati nikakva očekivanja ili zabrinutosti kao što je strahovanje da ćeš da padneš dole u saṃsāra-u ili priželjkivanje da se uzdigneš do dostignuća Budstva jeste rezultat (Mahāmudrā-e). Kada na ovaj način shvatiš značenje (Mahāmudrā-inog) viđenja, meditacije, aktivnosti i rezultata, ti treba da pojačaš svoj entuzijastički napor.

Imaj vatreno uvažavanje i ljubazno poštovanje prema svojim Guruima, sa potpunom verom, sasvim ulažući sebe u to. Odvrati se od opsednutosti,

oslobađajući sebe od prisilne privučenosti ka saṃsāra-i i ovom životu. Osloni se sve vreme na to da budeš oprezan i da nemaš nikakvog mentalnog lutanja. Imaj kratkotrajne planove i ispunjavaj ih pravo na gore i na dole poput pumpe. Kada god se pojave takvi stavovi kao što su želja da sačuvaš obraz ili misli o ovome životu ili o osam svetovnih osećanja, koji su svi nepotrebni, ukloni ih. Moćno preseči uže svog sebičnog interesovanja za ovaj život. I ma šta da razviješ u meditaciji, ne budi nezainteresovan, već uložiti napor da to usavršavaš u svako vreme.

Stoga utek treba da budeš oprezan i budan. Ako učiš da čitaš i pišeš, od kakve je to koristi ako ne vežbaš? Ako nabaviš dragoceni predmet i ako ne vodiš računa o njemu, biće upropašćen ili će se izgubiti.

Iako postoji puno razlika između trenutnog iskustva i uviđaja, (uopšteno) ako onaj koji meditira oseća da postoji njegov sopstveni um (s jedne strane a sa druge) objekat njegove meditacije, odnosno blaženstva, jasna, gola ne-konceptualna Praznina, nad kojima on meditira ili koje on iskušava, ovo predstavlja trenutno iskustvo.

Potrebno je napomenuti da se isti stručni termin koristi za trenutna iskustva i za blagodeti. Oni su natopljeni verovanjem u dvojnost i, iako su divni i primamljivi, netrajni su kao i cveće na planinskoj livadi. Uviđaji, s druge strane, daleko su čvršći i stabilniji.

Ako shvatiš sa glom percepcijom a ne samo pretpostavljanjem, da ne postoji dvojnost onoga koji meditira i nečega nad čim se meditira, ovo je uviđaj. Stoga, razlikujući između trenutnog iskustva ili blagodeti i uviđaja, postavi sebe u stanje u kome nisi opsednut sa ovim (blagodetima) i ne smatraj ih kao najuzvišenije. Zatim ih s naporom usavršavaj u svako vreme. Ovo je važno.

Iako blagodeti nisu najuzvišnije, one su osnova za prodorno uviđanje. Stoga će, sa njihovim pojačavanjem i usavršavanjem bez ikakve privrženosti, uviđaji definitivno da uslede.

Od četiri pečata, pečat aktivnosti jeste put za one koji su manje oštroumni. Kroz njega ti postižeš moćna dostignuća Carstva Želje.

Postoji mnogo nivoa značenja četiri pečata. Ovde se pečat aktivnosti, karmamudrā, odnosi na upražnjavanje (1) mironosnih aktivnosti da bi se umirile bolesti i interferencije, (2) onih aktivnosti koje povećavaju tvoj životni vek, dobre vrednosti i zasluge, (3) aktivnosti kojima zadobijaš moć nad elementima i (4) gnevnonosnih aktivnosti kojima eliminišeš povrede, smetnje i prepreke. Kao rezultat ovih aktivnosti ti možeš da postigneš dobro zdravlje, dug život, bogatstvo, moć i drugo, koji su moćna dostignuća Carstva Želje.

Pečat izvršenja i pečat Dharme jesu putevi za one koji su srednje oštroumni. Putem njih ti postižeš konačna moćna dostignuća najvišeg carstva saṃsāra-e, Akanistha Nebesa ili Wog-min, onoga što nije ni pod čim.

Pečat izvršenja, samayamudrā, predstavlja održavanje zakletvi i izvršenja različitih Budinih-porodica. Pečat Dharme, dharmamudrā, jeste tvoje vizualizovanje sebe kao meditacionog božanstva. Primenjivanje ovih bez ostvarenja Praznine može da te odvede do vrha saṃsāra-e, ali ne i do Prosvetljenja. Možeš da postigneš obična moćna dostignuća van-čulnih i psihičkih moći i druga, ali ne i ona najuzvišenija.

Ali Veliki Pečat Praznine (Mahāmudrā) jeste put za one koji su najoštroumniji. To je metod za postizanje najuzvišenijeg moćnog dostignuća (Prosvetljenja).

Stoga, primenjujući postupno sva četiri pečata u svom upražnjavanju, dostignućeš potpuno prosvetljeno stanje Bude.

(Mahāmudrā jeste) neodvojivost pojave i Praznine, blaženstva i Praznine, svesnosti i Praznine, jasnoće i Praznine, Oslobođena od svih mentalno stvorenih vidova egzistencije (da je ona istinski postojeća, totalno ne-postojeća, oba ova ili nijedno). To nije nešto što može da se pokaže od strane Gurua, da se intelektualno razume od strane učenika, ili da se učini shvatljivim kroz reči. Ona je oslobođena od svih pojmova da je ona ovo a ne to. Ona je Veliko Blaženstvo koje se doživljava i ako ne može da se identifikuje (kao ovo ili ono). Ne postoji ništa što ona ne prožima, bilo pojave, egzistenciju, saṃsāra-u ili Nirvāna-u. Ona je veliko stanje izvan intelekta (uobičajenog uma). Istovremenost uma, misli i Dharmakāya-e postoji od vremena bespočetnog. Ali pošto nije shvaćena, Gurui objašnjavaju svojim usmenim učenjima da (ova tri) moraju da se sjedine u jedno kao neodvojivo jedinstvo. Ovo je poznato kao Mahāmudrā koja istovremeno izranja i uranja.

Kada sjediniš um, misao i Dharmakāya-u, to nije isto što i mešanje brašna sa cementom, već je kao i sipanje vode u vodu. Priroda misli je ista kao i priroda uma: one su obe Dharmakāya. Misli, i ako obmanljive, ne trebaju da se napuste niti ti treba da težiš da ustanoviš njihovo prestajanje. Prepoznavanjem njihove prirode, one postaju pročišćene i ti ostvaruješ Dharmakāya-u i postaješ Buda. Kada ih ne razumeš, ti si obmanut u vezi sa mislima i tada si osetno biće.

Misli, um i Dharmakāya istovremeni su od vremena bespočetnog. Ako pitaš šta je bilo prvo, obmanutost ili Prosvetljenje, to je isto kao i poslovično pitanje, »Šta je prvo, pile ili jaje?« Ne radi se o tome da si ti isprva posedovao Prosvetljenje a zatim postao nesvestan

toga, niti si prvo bio nesvestan a zatim postao prosvetljen. Ipak, Buda nema nikakvih misli i nikakvih obmana. Šta to tu znači?

Misao je prožimajuća sa Dharmakāya-om, stoga ne možeš da kažeš da je Buda napustio misao, pošto bi to značilo da je on napustio Dharmakāya-u. Ali pošto Buda prepoznaje misao kao Dharmakāya-u, misli ne izranjaju u njegovom umnom-toku i sve njegove aktivnosti i manifestacije su ne-konceptualno, spontano vrlo delovanje bez ijedne misli.

Od loze koja vodi od Varjadhāra-e do Tilope, Nārope, Marpe, Mi-la rā-pa-e a zatim do Gam-po-pa-e, loza meditacionih metoda što potiču od (različitih učenika Gam-po-pa-e jesu Mahāmudrā-e Zhang-a, Ba-rom-a i Dr'i-k'ung Ka-gyü-a, gde ovaj poslednji pripada lozi P'ag-mo dr'u-pa. (One što potiču od direktnih učenika od P'ag-mo dr'u-pa-a jesu) Mahāmudrā Tag-lung-a, Chän-nga-a, Mar-ye-a, Shub-se-wa-a, Tr'o-p'u-a, Ya-zang-a i Drug-pa Ka-gyü-a, gde ovaj poslednji pripada lozi što potiče od Ling-rā-pa-a i Gya-ra-pa-a. Ali posebno postoji Mahāmudrā veoma istaknutog Kar-ma kam-tsang Ka-gyü-a koja poseduje nepromenjenu vlažnost daha Dākaiñi-a i nepromenjenu toplinu blagoslova neprekidne loze od Gam-po-pa-e kroz (Prvog Kar-ma-pa-u) D'ü-sum Ky'en-pa-e sve do mog Gurua (Petog Zha-mar Rinpoche-a) Kön-ch'og yan-läg. Ona poseduje lozu koja kombinuje u jedno posebne odlike svih mnogih, opširnih učenja Mahāmudrā-e. Poznata kao Mahāmudrā istovremenog izranjanja i uranjanja, izvor svih dobrih vrednosti, slavna je u svetu poput sunca i meseca. Ako je upražnjavaš savesno, sigurno je da ćeš neposredno razviti iskustva i uviđaje. Upražnjavanje na ovaj način predstavlja sedmi stupanj (za pojačavanje tvog vežbanja).

## AUTOROV KOLOFON

Ne sastavljajući pismene citate i drugo, ja sam ovo objasnio uzimajući kao glavnu stvar prepoznavanje prirode uma, ukazujući sve vreme direktno na upražnjavanje. Iako ja sam nema iskustva, ja, Mi-p'am ch'ö-wang ili Vajrešvara (Deveti Kar-ma-pa Wang-ch'ug dor-je, 1556—1603), pozajmvši u saglasnosti sa rečima prethodnih Gurua, napisao sam ovaj tekst u Zho-ka-wor Kući za vreme mojih meditacionih perioda na insistirajući zahtev Sam-de Lama Rab-jam ma-wa Sam-tän kün-ga. Tekst sadrži dvadeset, dvadeset i dve ili davdeset i pet tema meditacije.

Pomoću ovoga neka se ja i sva materinska osetna bića iskreno odvratimo od opsesivne privučenosti ka željenim objektima čula i neka uvidimo prirodu uma. Shubham astu sarvajagam, neka čitav svet bude čist.

Ovaj tekst je objašnjen sa usmenim komentarom Trećeg Jam-Yang Ky'en-tze Wang-po Rinposhe-a, Kar-ma drub-gyü tän-pa yar-p'el gyur-me g'o-ch'a tr'in-la kün-ky'ab päl-zang-po, u saglasnosti sa učenjima njegovog Gurua, Njegove Svetosti Šesnaestog Kar-ma-pa-e, Rang-j'ung rig-päi dor-je-a. Tekst je preveo na engleski i sakupio Alexander Berzin, a predavan je na tibetanskom u Bod Gaji, u Indiji, između decembra 1976. i januara 1977.

DVA:

## PEDESET STIHOVA O ODANOSTI GURU-U

(»Gurupañcāśikā«, »Bla-ma lnga-bcu-pa«)

od Āryaśūra-e

sa usmeno datim komentarom

*Geshe Ngawang Dhargyey-a*

# ODAJEM POŠTOVANJE BHAGVĀN-U VAJRASATTVA-I

Bhagvān jeste jedno od mnogih poređenja koja se koriste za Prosvetljeno Biće, Budu. Tibetanski termin za ovo, »Chom-dān-da (bCom-ldan 'das)«, etimološki objašnjava sledeće. »Chom« znači savladati. Bude su savladale ujedno i prepreke koje ometaju Oslobođenje i one koje ometaju Sveznanje. Prvo podrazumeva zablude ili moral i mentalna oskrnavljenja (kleša), kao i njihove nagone i neznanje poimanja istinske nezavisne egzistencije. Drugo se odnosi na nagone ovog neznanja. »Dān« znači posedovati. Bude poseduju sve dobre vrednosti, jer su završili svoja sakupljanja ujedno zasluga i uviđaja što rezultuje u njihovim Telima Oblika i Mudrosti redom. »Dā« znači preći izvan. Bude su prešle izvan samsāra-e, ciklusa nekontrolisanog ponovnog rođenja sa patnjom usled karme i zablude.

Skriveno značenje Vajrasattva-e, Dor-je sem-pa (rDo-rje sems-dpa') na tibetanskom, takođe može da se otkrije iz svog etimološkog značenja. »Dor-je« znači neuništavo dijamantsko-svetljenje. Ovde se to odnosi na tvrdi-dijamant mudrosti o ne-dvojnosti Praznine i Blaženstva, što je ne-dvojnost (1) uma koji poseduje голу percepciju Praznine, doživljenu sa osećanjem velikog Blaženstva i (2) Praznine koja je objekat ovoga uma. »Sem-pa« znači onaj sa herojskim umom. Ovo označava nekoga koji je sam napustio sve zablude, neznanje i njihove nagone i koji poseduje herojski um koji je spreman da pomogne drugima na sve moguće načine.

Stoga se Bhagvān Vajrasattva odnosi na stanje Vajradhāra-e, vid koji Buda uzima u tantrama. Pošto je put da se dostigne ovo Prosvetljeno stanje, kroz odanost Guruu, Aśvaghosa počinje svoj rad sa ovim odavanjem poštovanja.

(1)

*Klanjajući se dolično lotosovim stopalima moga Gurua koji je povod za mene da dostignem stanje uzvišenog Vajrasattva-e, ja ću da sažmem i ukratko da objasnim ono što je u mnogim besprekornim tantričkim tekstovima rečeno o odanosti Guruu. (Stoga) slušaj s poštovanjem.*

(2)

*Sve Bude prošlosti, sadašnjosti i budućnosti, što borave u svakoj zemlji u deset pravaca, ukazali su poštovanje Tantričkim Učiteljima od kojih su primili najviša opunomoćenja. (Ima li potrebe da se spomene da i ti trebaš, takođe?)*

Uopšteno postoje tri vrste opunomoćenja ili inicijacija, uzročna, putestvena i rezultujuća. Prva treba da dozreli tvoj umni-tok, druga predstavlja stvarni put upražnjavanja kroz koji treba da se dostigne prosvetljenje i treća je u stvarnom oslobođenom stanju Budastva. Svi koji su ikad ili koji će ikada da dostignu prosvetljenje čine to putem primanja ovih najviših opunomoćenja od svojih Tantričkih Učitelja.

(3)

*Svakoga dana sa najuzvišenijom verom tri puta moraš da pokažeš poštovanje koje imaš za svog Gurua koji te uči (tantričkom putu),*

*sklapanjem tvojih dlanova, prinošenjem mandale kao i cveća i vršenje prostracija (dodirujući) tvojom glavom njegova stopala.*

Kao učenik ti moraš da smatraš svog Gurua za Prosvetljeno Biće. Čak i ako sa njegovog sopstvenog gledišta on nije Prosvetljen i ako si ti, njegov učenik, postigao Budastvo pre njega, ti još uvek moraš da mu ukazuješ pažnju i odaješ poštovanje. Na primer, Maitreya, peti i sledeći Buda od hiljadu njih u ovom svetskom dobu, koji upravlja Tusita Budinim-poljem, postao je prosvetljen pre svog Gurua, Sākyamuni Bude. Da bi pokazao poštovanje za svog Gurua, Maitreya ima stūpa-u ili posmrtni monumnt na svom čelu. Isto tako i Avalokitešvara, inkarnacija samilosti svih Buda, krunisan je u svom jedanaestoglavom aspektu sa glavom svog Gurua, Bude Amitābha-e, onoga koji upravlja Sukhāvati Budinim-poljem.

Stoga učiti od Gurua ne treba da bude kao i ubijanje jelena da bi se izdvojio njegov mošus, odbacujući zatim njegov leš. Čak i nakon dostizanja Prosvetljenja ti još uvek moraš da nastaviš da ukazuješ počast svom Guruu koji je sva tvoja dostignuća učinio mogućim.

(4)

*Za one koji održavaju položene zakletve, ako je (tvoj Guru) svetovnjak ili mlađi od tebe, vrši prostracije (javno) dok si licem okrenut prema takvim stvarima kao što su njegovi sveti tekstovi da bi izbegao svetovni prezir. Ali u tvojoj svesti (vrši prostracije svom Guruu).*

(5)

*Sto se tiče usluživanja (tvog Gurua) i ukazivanja poštovanja prema njemu, kao što su poko-*



*ravanje onome što on kaže, ustajanje kada on dolazi i pokazivanje njegovog mesta-ovo treba da čine čak i oni sa položenim zakletvama (čiji su Gurui svetovnjaci ili su mlađi od njih). Ali (u javnosti) izostavi vršenje prostracije i takve ne-pravoverne aktivnosti (kao što je pranje njegovih nogu).*

Jedno od zakletvenih pravila jeste da monasi i monahinje ne trebaju da vrše prostracije svetovnjacima. Ovo znači da u javnosti ne treba da pokazuješ ovakvu vrstu poštovanja za svog svetovnog Gurua pošto to može da prouzrokuje nerazumevanje i omalovažavanje među onima koji slučajno posmatraju. Bolje je da vršiš prostracije okenut ka svetim tekstovima ili Budinim kipovima pored njega, dok u svojoj svesti ukazuješ poštovanje svom Guruu.

Na primer, veliki Učitelji Candragomī i Candrakīrti često su diksutovali jedan sa drugim. Prvi je bio svetovnjak, drugi monah. Jednoga dana Candrakīrti je pozvao Candragomī-a u svoj manastir. Zatražio je da svi monasi načine svečanu povorku, ali svetovni Učitelj je prigovorio da bi to za meštane grada bilo čudno. Candrakīrti mu je rekao da ne brine. Postavio je statutu Mañjuśrī-a na visoki presto i dao je jednom monahu da je nosi pravo ispred Candragomī-a. Svi ljudi su mislili da je ova ceremonija u čast Mañjuśrī-a, manifestacije mudrosti Buda i tako su monasi izbegli svaka neprijatna osećanja. Iako se uzdržani i neposredni načini ukazivanja poštovanja zahtevaju zbog obzira prema drugima, privatno učenik mora da sledi sve pravilne postupke odanosti Guruu nevažno od toga kakav je položaj njegovog Gurua. Ipak, opšte poštovanje, kao što je ustajanje kada on dolazi, mora da mu se pokazuje u svako vreme.

Sa njegove sopstvene strane, međutim, Guru treba uvek da bude smeran, nikada ponosit ili razmetljiv smatrajući sebe velikim i dostojnim počasti. P'a-ra Rinpoche, jedan od najuspešnijih učenika Starijih i Mladih Tutora Njegove Svetosti Četrnaestog Dalai

Lame, uvek je držao svete tekstove pokraj svog sedišta. Objašnjavajući zašto to čini, odgovorio je da će ljudi kada dođu da ga posete i kada vrše prostracije, bar zadobiti neke zasluge zbog ukazivanja počasti prema svetim tekstovima pošto on sam ne poseduje nikakve vrednosti.

(6)

*Da časne reči Gurua i očenika ne bi propale, prethodno mora da postoji uzajamno ispitivanje (da se utvrdi da li svaki od njih može) da izdrži odnos Guru-učenik.*

U tantričkim opunomoćenjima polaže se mnogo pravila zakletvi o tome da se nikada ne napuste upražnjavanja i postupci koji su bitni za duhovni razvoj. Učenik daje svoju časnu reč da nikada neće prekršiti ove zakletve kao i to da će uvek vizualizovati svog Gurua kao neodvojivog od meditacionog božanstva u čije je upražnjavanje on upravo iniciran. Takva božanstva, kao i Gurui, dele istu prosvetljenu prirodu kao i sve Bude, razlikujući se jedino u fizičkom aspektu koji manifestuju.

Guru je, takođe, prethodno položio svoju časnu reč da nikada neće otkriti tantričke tajne onima koji nisu sposobni da ih shvate i da ih čuvaju. Isto kao što i lavovo mleko ne treba da se drži u glinenom vruću, tako ni dubokouvidni i moćni metodi tantre ne trebaju da se povere onima koji nisu spremni. Ako, položivši takve zakletve, ili Guru ili učenik dozvole da njihova časna reč propadne, biće nemoguće za ijednoga od njih da postigne bilo koji od svojih ciljeva i veoma ozbiljne nesrećne posledice će uslediti za oba. Stoga je krajnje važno da postoji uzajamno ispitivanje između Gurua i učenika pre nego što započnu zvaničan odnos.

U stara vremena, da bi primio opunomoćenje potencijalni učenik je morao da moli više od tri godine. Inicijacija nije bila nipošto nešto slučajno. Os-

tavljajući učenika da čeka tako dugo, Guru bi u učenika urezao ozbiljnost ulaženja na put tantrę, proveravajući njegovo izvršenje i obezbeđujući njegovu pravu spremnost. Često bi Guru ostavio učenika da čeka još duže pre nego što bi se složio da ga u bilo čemu podučı. Uvek bi nanovo ispitivao njegov karakter i tek kada bi ga potpuno razumeo, prihvatio bi ga za svog učenika.

Učenik takođe mora da ispita svog potencijalnog Gurua i da utvrdi da li je on potpuno osposobljen. On mora da bude uveren da će biti u stanju da sebe potpuno posveti ovom Učitelju. Pre započinjanja zvaničnog odnosa Guru-učenik, ti imaš potpunu slobodu izbora. Ali kada je takva veza jednom zasnovana, ova učenja o odanosti Guruu moraju da se slede sa potpunim izvršenjem.

(7)

*Razuman učenik ne treba da prihvati za svog Gurua nekoga kome nedostaje samilosti ili koji je gnevan, poročan ili ponosit, posesivan, nedisciplinovan ili koji se hvali svojim znanjem.*

(8)

*(Guru treba da bude) nepokolebljiv (u svojim aktivnostima), usavršen (u svom govoru), mudar, strpljiv i pošten. On ne treba da prikriva svoje nedostatke niti da se pretvara da poseduje vrednosti koje mu nedostaju. Treba da bude iskusan u značenjima (tantrę) i u njenim ritualnim postupcima (lečenju i oterivanju prepreka). On takođe treba da poseduje ljubav i samilost i potpuno poznavanje svetih tekstova.*

(9)

*On treba da poseduje savršeno iskustvo na deset polja, veštinu u crtanju mandala, potpuno znanje kako da objasni tantru, najuzvišeniju čistu veru i potpunu kontrolu nad svojim čulima.*

Uopšteno, Mahāyāna Guru treba da poseduje sledećih deset vrednosti: (1) disciplinu kao rezultat njegovog majstorstva izvežbanosti u višoj disciplini moralne samo-kontrole, (2) mentalno mirovanje iz svog vežbanja u višoj koncentraciji, (3) umirenje svih zabluda i prepreka iz njegove izvežbanosti u višoj mudrosti, (4) više znanja nego njegov učenik u predmetu koji treba da se podučava, (5) entuzijastičku istrajnost i radost u podučavanju, (6) riznicu znanja svetih tekstova, (7) uviđaj u -i shvatanje Praznine, (8) veštinu u izlaganju učenja, (9) veliku samilost i (10) nikakvo protivljenje da podučava i da radi za svoje učenike bez obzira na njihov nivo inteligencije.

Tantrički učitelj mora da poseduje čak još više dobrih vrednosti, kao što je napomenuto u tekstu. Najvažnije je da on bude krajnje stabilna ličnost, sa potpunom kontrolom nad svojim telom, govorom i umom. On treba da bude neko u čijem se prisustvu svako oseća spokojan, miran i opušten. Čak i samo njegov pogled donosi veliko zadovoljstvo umu. A njegova samilost mora da bude neprevazidljiva.

Postoje dva sklopa deset polja u kojima Guru mora da bude savršeni učitelj. Deset unutrašnjih jesu bitni za učenje yoga i anuttarayoga klase tantri, koje naglašavaju važnost pročišćavanja uglavnom uнутarnjih mentalnih aktivnosti. Ovi jesu iskustvo u (1) vizualizovanju tačkova zaštite i u eliminisanju prepreka, (2) pripremanju i osvećivanju zaštitničkih čvorova i amajlija koje se nose oko vrata, (3) prenošenju važnih i tajanstvenih opunomoćenja, zasađujući seme za dostizanje Budinih Tela Oblika, (4) prenošenju mudrosti i reči opunomoćenja, zasađujući seme za dostizanje Budinih Tela Mudrosti, (5) od-

vajanju neprijatelja Dharma od njihovih sopstvenih zaštitnika, (6) vršenju prinošenja, takvih kao što su izvajane torme, (7) recitovanju mantri i verbalno i umno, što znači vizualizovati ih kako kruže oko njegovog srca, (8) izvođenju gnevnosnih ritualnih postupaka da bi se nasilno privukla pažnja meditacionih božanstva i zaštitnika, (9) osvećivanju slika i statua i (10) vršenju prinošenja mandale, izvodeći meditaciona upražnjavanja (sādhana) i uzimajući samoinicijacije.

Deset spoljašnjih vrednosti se zahtevaju za podučavanje kriya i carya klase tantri, koje naglašavaju važnost pročišćavanja uglavnom spoljašnjih aktivnosti u vezi sa unutarnjim mentalnim procesima. Ovi jesu veština u (1) crtanju konstruisanju i vizualizovanju mandala boravišta meditacionih božanstava, (2) održavanju različitih stanja jedno-umne koncentracije (samādhi), (3) izvođenju pokreta ruku (mudrā), (4) izvođenju ritualnih igara, (5) sedenju u punom meditacionom položaju, (6) recitovanju onoga što je prikladno za ove dve klase tantri, (7) vršenju paljenih prinošenja, (8) vršenju drugih različitih prinošenja, (9) u izvođenju rituala a) umirivanja sporova, gladi i bolesti, b) uvećavanja životnog veka, znanja i bogatstva, c) moći da se utiče na druge i d) gnevonosnog eliminisanja demonskih sila i interferencija i (10) prizivanju meditacionih božanstava i njihovom isčezavanju natrag u njihova prikladna mesta.

Za Tantričkog Učitelja nije dovoljno samo da zna kako da izvodi površne aktivnosti ovih gore navedenih rituala. On mora stvarno da bude sposoban da ih izvede. Na primer, dok osvećuje kip meditacionog božanstva, on mora da bude u stanju da prizove pravo božanstvo i da ga postavi na kip, ne samo da izgovara reči propratnog teksta. Ako za svog Gurua ti uzmeš Učitelja sa svim ovim vrednostima i moćima, i ako te on prihvati za svog učenika moraš potpuno da mu se posvetiš. Iako je moguće da

se, usled zablude, ne slažeš sa svojim Guruom, nikada nemoj da mu pokažeš nepoštovanje ili da ga prezireš iz dubine srca.

(10)

*Postavši učenik takvog zaštitničkog (Gurua), ako ga tada prezreš iz srca, požnjećeš neprekidnu patnju kao i da si omalovažio sve Bude.*

(11)

*Ako si toliko nerazuman da prezreš svog Gurua, navući ćeš na sebe zarazne bolesti i one uzrokovane zlim duhovima. Umrećeš (strašnom smrću) uzrokovanom demonima, bolestinama ili otrovom.*

(12)

*Bićeš ubijen od (surovih) kraljeva vatre, otrovnih zmija, vode, veštica ili razbojnika, od zlih duhova ili divljaka, a zatim ćeš biti ponovno rođen u paklu.*

(13)

*Nikada ne uznemiravaj um svoga Gurua. Ako se dogodi da budeš nerazuman i da ovako učiniš, sigurno ćeš se kuvati u paklu.*

(14)

*Ma koji zastrašujući paklovi da su podučavani, kao što je Avici, Pakao, Neprekidnog Bola, jas-*

*no je objašnjeno da će oni koji omalovažavaju svoje Gurue morati da ostanu tamo (veoma dugo vremena).*

(15)

*Stoga napregni sebe svesrdno nikada da ne potceniš svog Tantričkog Učitelja koji se ne razmeće svojom velikom mudrošću i vrlinama.*

Pošto je tvoj Guru Buda, prezreti njega isto je što i mrzeti sve koji su Prosvetljeni. Stanje Budastva jeste stanje Oslobođenja od svake patnje, neznanja, zabluda i prepreka. To je dostignuće svih dobrih vrednosti, potpunog savršenstva i totalnog sveznanja. Preziranjem ili potcenjivanjem ovakvog stanja, omalovažavajući Gurua, ti sebe odbacuješ u suprotnom pravcu od sreće i slabode. Posedovanjem prezira prema mudrosti i Oslobođenju, ti umesto toga postižeš ropstvo i bol. Ovakva pačenička stanja jesu ono što se u svim svetim tekstovima opisuje kao različiti paklovi.

Zbog ovoga postoje velike opasnosti u ulaženju u odnos Guru-učenik. Tvoj Tantrički Učitelj sme da bude onaj koji ti je dao opunomoćenje, tantričko predavanje ili čak instrukcije o crtanju mandale. Pošto tvoj Guru nema nikakvih zahteva i pošto nikada nije hvalisav, on će uvek skrivati svoje dobre vrednosti i nikad neće oklevati da prizna svoje nedostatke. Ako ne prepoznaš ovakve osobine kao znake njegove savršenosti, poniznosti i veštih načina, možeš da učiniš ozbiljnu grešku omalovažavajući ga i videći nedostake u njemu. Pošto zasnuješ zvaničnu vezu sa ovim Guruom i kroz njega uđeš na put Budastva, bacio si sebe u strahovitu patnju ako iz dubine srca prekineš ovu kariku. Stoga moraš da poseduješ ogromnu opreznost, jer iako će te odanost Guruu uzdići do Potpunog Prosvetljenja, raskid ovoga biće tvoja propast.

(16)

*(Ako si usled nedostatka opreznosti pokazao nepoštovanje) prema svom Guruu, ponizno mu daruj prinošenje i zatraži njegov oproštaj. Tada te u budućnosti neće zadesiti takva zla kao što su bolesti.*

Kao Buda, Guru nikada neće da bude zlopamtilo. Pokazivanje nepoštovanja prema njemu nikako ne može da ga naljuti ili povredi. Jedino možeš sebe da povrediš. Stoga, ako se pokaješ i ako zamoliš za njegov oproštaj on će da prihvati tvoju ponudu sa velikom samilošću. Tada uz pomoć svoje vere, poštovanja i odanosti, nije potrebno da iskusiš veliko zlo.

Blagotvorna dejstva odanosti Guruu i kobne posledice prekida ove odanosti ne dolaze kao nagrade i kažnjavanja od božanskog Gurua. Oni slede direktno iz uzroka i posledice. Tvoj Guru je središna tačka tvojih upražnjavanja koja vode ka Prosvetljenju. Što si više odan ovom stanju savršenosti koje on predstavlja, to bliže prilaziš ovome cilju. Prezir prema njemu jedino može da te odvede u tamu i neznanje.

(17)

*Oduvek se učilo da, za Gurua kome si se zavetovao svojom časnom rečju (da ćeš da ga vizualizuješ kao jedno sa svojim meditacionim božanstvom), treba voljno da žrtvuješ svoju ženu, decu i čak svoj život, iako ovo nije (lako) dati. Da li ima potrebe da se spomene i tvoje prolazno bogatstvo.*

(18)

*(Ovakvo upražnjavanje prinošenja) može čak da prenese Budastvo na revnog (učenika) u to-*

*ku samog njegovog života, što bi inače moglo da bude teško dostići čak i u bezbrojnim milionima eona.*

(19)

*Uvek drži svoju časnu reč. Uvek vrši prinošenja za Prosvetljenje. Uvek vrši prinošenja takođe za svog Gurua, jer on je isto što i sve Bude.*

(20)

*Oni koji žele (da dostignu) neiscrpno (stanje Budinog Tela Mudrosti) treba da daju svome Guruu sve ono što se njima čini prijetnim, od najbeznačajnijih predmeta sve do onih od najveće vrednosti.*

(21)

*Davati (svom Guruu) isto je što i vršiti neprekidna prinošenja za sve Bude. Usled takvog davanja sakuplja se mnogo zasluga. Usled takvog sakupljanja dolazi najuzvišenije moćno dostignuće (Budastva).*

Vršiti prinošenja svom Guruu, kao onome koji pretstavlja sve Bude, krajnje je važno. Takva velikodušnost, simbol je tvoje potpune posvećenosti dostizanju Budastva. Ako se usled tvrdičluka i sebičnosti uzdržavaš od davanja onoga što smatraš najdopadljivijim i daješ samo ono što ne želiš za sebe, kako onda tvoje obećanje da ćeš potpuno da se posvetiš radu za dobrobit svih osetnih bića može da bude bilo šta drugo do lakrdija? Bez ikakve privrženosti, ti moraš da budeš voljan da žrtvuješ sve za svoje dostignuće Prosvetljenja kroz svog Gurua.

Prinošenje mandale simboliše ovu posvećenost tvoja, tela, govora i uma i čak čitavog univerzuma za ovaj cilj.

Ako si siromašan kao i Je-tzün Mi-la räpa, nije važno što ne poseduješ bogatstva da ih prineseš. Ono što je važno jeste tvoje stanje uma i voljnost da žrtvuješ bilo šta za svog Gurua, Prosvetljenje i za sva osetna bića. Najbolje prinošenje je, tada, tvoje upražnjavanje. Ako poseduješ bogatstvo, nikad ne smeš da oklevaš da ga upotrebiš za uvećavanje zasluga.

Stoga se vršenje prinošenja ne čini da bi tvoj Guru postao bogat. Sa njegove strane, Guru treba da se odnosi prema ovim prinošenjima kao i tigar prema travi. Stvar je u tome da svojom posvećenošću učiniš konačnu dobrobit za sebe i za sve druge. Velika zaslužnost se sakuplja iz ovakvog upražnjavanja i ona rezultuje u tvom dostignuću Budinog Tela Oblika. Ako si sposoban da vidiš praznu prirodu, koja predstavlja lišenost istinske nezavisne egzistencije tebe samoga, tvog Gurua i onoga što ti prinosiš, tada u isto vreme povećavaš uviđaj koji će da rezultuje u tvom dostignuću Budinog Tela Mudrosti. Na ovaj način najuzvišenije moćno dostignuće Budastva proizilazi usled tvojih prinošenja Guruu.

(22)

*Stoga, učenik sa dobrim vrednostima samilosti, velikodušnosti, moralne samo-kontrole i strpljivosti nikad ne treba da smatra kao različitim svog Gurua i Budu Vajradhāra-u.*

Tvoj Guru, meditaciona božanstva i Vajradhāra, vid koji Buda uzima u tantrama, isti su po prirodi. Oni su kao i jedna jedina osoba u drami koja menja maske i kostime igrajući različite uloge. Isto važi i ako ti imaš mnogo Gurua. Moraš sve da ih

smatraš kao Budu koji se razlikuje samo po liku koji nosi.

Sposobnost da vidiš svog Gurua kao ne-različitog od Bude Vajradhāra-e zavisi od tvoje motivacije. Ako si razvio Prosvetljeni Motiv Bodhicitta-e, ti stremiš da sam postaneš Buda da bi potpuno bio u stanju da učiniš dobrobit za druge. Što je ovaj motiv jači, to više misao o Prosvetljenju dolazi i prožima potpuno tvoj um. Razmišljajući jedino o Prosvetljenju i o načinima kako da ga dostigneš, ti ćeš automatski da budeš u stanju da vidiš svog Gurua u granicama ovog stanja jer ništa drugo neće da bude u tvojoj svesti.

Što više želiš da dostigneš Prosvetljenje, to jasnije uviđaš neophodnost da tvoj Guru bude Buda. Stoga, sa jakom samilošću i željom za druge da nikada ne pate, ti možeš sebe da posvetiš s lakoćom i s radošću. Kroz upražnjavanje usavršavanja velikodušnosti, discipline moralne samo-kontrole, strpljivosti i drugog, svih ovih usredsređenih oko tvog Gurua, ti ćeš tada biti sposoban da dostigneš njegovo stanje.

(23)

*Ako ne treba čak ni da staneš na senku (svog Gurua), pošto su zastrašujuće posledice iste kao i da uništiš stūpa-u, da li ima potrebe da se spomene da nikada ne treba da staneš na ili preko njegovih cipela ili sedišta, (da sediš na njegovom mestu ili da jašeš) njegovog konja?*

Stūpa je monument u kojem se čuvaju mošti Bude. Kao i tvoj Guru, ovo služi kao središte tvog obožavanja i odanosti ka dostignuću Budastva. Uništenje jednoga kao i gaženje po senci tvog Gurua, tada, oba predstavljaju dela krajnjeg neobaziranja i nepoštovanja prema stanju Prosvetljenja. Zato su zastrašujuće posledice oba ova iste.

Ako smatraš cipele svog Gurua, njegovo sedište i konja ili njegovo vozilo kao obične predmete i ako se usuđuješ da ih koristiš ili da gaziš po njima, tvoj gordi stav može samo da postane glavna prepreka za tvoje dostizanje Budastva.

(24)

*(Učenik) koji je veoma razuman treba da se pokorava rečima svog Gurua radosno i sa oduševljenjem. Ako ti nedostaje znanje ili sposobnost (da učiniš šta on kaže), objasni (učtivim) rečima zašto ne možeš (da poslušаш).*

(25)

*Od Gurua dolaze moćna opunomoćenja, viša ponovna rođenja i sreća. Stoga učini svesrdan napor da nikad ne prekršiš savet svog Gurua.*

Slušati Guruova naređenja i slediti njegov savet važnije je nego vršiti bezbrojna prinošenja. Pošto si sebe potpuno poverio njemu, on će da te vodi putem prema Prosvetljenju. Ako sa oholom ponositošću i tvrdoglavom umnom ograničenošću ti misliš da znaš šta je najbolje za tvoj sopstveni duhovni napredak, kako ćeš da budeš u stanju da bilo šta naučiš od njega?

Ovo ne znači da ti treba da postaneš nerazumni rob ili da tvoj Guru može da preuzme nepravednu prednost nad tobom. Pošto ti stremiš ka potpunoj slobodi Prosvetljenja, mora takođe da postoji i sloboda u načinima njegovog dostizanja. Ti nikad ne treba da slediš želje svog Gurua samo zato što se osećaš obaveznim ili primoranim da im se pokoriš. Radije pokušaj da razumeš njegove namere i ciljeve. Tvoj Guru će ti reći da učiniš ono što je korisno za tebe i za druge. Ono što on traži može da bude teško i trenutna namena toga može da bude

neuočljiva, ali ti treba da primiš njegov savet s radošću i sa dubokom zahvalnošću zbog njegovog interesovanja za tvoje dobro.

Iskreno sebe preispitaj da vidiš da li možeš da slediš njegove želje. Ako ne postoji način na koji možeš da izideš u susret njegovoj želji, ne budi neučtiv ili gord. Objasni učtivo i sa krajnjom poniznošću u čemu je teškoća. Tvoj Guru neće da bude nerazuman; kao Buda on je ispunjen ogromnom samilošću.

Ako ti, ipak, možeš da izbegneš prekršenje njegovog saveta, ovo je najbolje. Sledeći duhovni put onako kako ga on upravlja, ti možeš da postigneš ne samo obična moćna dostignuća (siddhi) van-fizičkih i mentalnih moći koja su uobičajena za ne-Budiste, već u zavisnosti od tvoje motivacije i više ponovno rođenje, srećnost Oslobođenja ili najuzvišenije moćno dostignuće Budastva.

(26)

*(Straži) nad svojinom svog Gurua kao što bi i stražio nad svojim životom. Postupaj čak i prema voljenoj (porodici) svog Gurua sa istim (poštovanjem koje ukazuješ njemu). (Imaj ljubaznog obzira za) one koji su njemu bliski kao i da su tvoj najdraži rod. Jedno-umno razmišljaj u svako vreme (na ovaj način).*

Pre nego što je Drom-tön-pa, učio sa Atiša-om, on je služio drugog Gurua u K'am-u. U toku dana on bi decu svoga učitelja nosio na leđima, svojim rukama bi preo vunu i svojim stopalima omekšavao kožu. Uvek bi vodio računa o njegovim životinjama. On je sve ovo činio sa velikom radošću i iako je bio samo svetovnjak, Atiša je odredio njega da primi sva učenja koja je doneo na Tibet.

Dok je Je-tzün Mi-la rä-pa služio Mar-pa-i, on bi sebe bacao u blato i preklinjao bi ženu svog Gurua da sedi na njemu dok muze krave. Takvo po-

štovanje i odanost moraš da imaš za svakoga koji je blizak tvom Guruu. Zapamti da je on Buda sa podjednakom pažnjom i ljubavlju za sve. Ako si ljubomoran na njegovu porodicu, pratiocima ili ostale učenike, ako si posesivan prema njegovom vremenu i pažnji, ovo jasno pokazuje da ti ne veruješ iskreno da je on Buda.

(27)

*Nikada nemoj da sediš na (istom) krevetu ili sedištu (gde i tvoj Guru), niti da hodaš ispred njega. (Na učenjima ne) nosi kosu spletenu u pundu (kapu, cipele ili bilo kakvo oružje). Nikada ne dodiruj sedišta (pre nego što on sedne ili ako slučajno sedi na zemlji). Ne stavljaš svoje ruke (ponosito) na bokove niti ih krši (pred njim).*

(28)

*Nikada nemoj da sediš ili da se oslanjaš dok tvoj Guru stoji (niti da ležiš dok on sedi). Uvek budi spreman da ustaneš i da ga uslužiš vešto i na izvrstan način.*

(29)

*U prisustvu svog Gurua nikada ne čini takve stvari kao što su pljuvanje, (kašljanje ili kihanje bez toga da staviš ruku na usta). Nikada nemoj da opružaš svoje noge dok sediš, niti da hodaš napred-nazad (ispred njega bez razloga). I nikada se ne raspravljaj.*

(30)

*Nikada nemoj da masiraš ili da češeš svoje udove. Nemoj da pevaš, igraš ili da sviraš muzičke instrumente (u druge svrhe izuzev u religiozne). I nikada nemoj da brbljaš dokono ili da pričaš preterano (ili preglasno) u granicama da (tvoj Guru) može da te čuje.*

Svi ovi primeri nepravilnog ponašanja su zabranjeni ne zbog toga što će tvoj Guru da bude uvređen: Bude ne mogu da budu pogođene sirovošću. Zbog toga što ti želiš da dostigneš njegovo stanje i zbog toga što poseduješ veliko poštovanje prema ovom dostignuću, ti ne treba da postupaš na grub, ponosit ili nepromišljen način.

Ne znači da ove ukratko navedene navike treba da budu neprirodna i gruba ograničenja. Ako na predavanju sediš sa prekrštenim nogama i ako to postane neudobno, naravno da ti je dopušteno da opružiš kolena ili da promeniš svoj položaj. Ali, sedeti bezrazložno sa ispruženim nogama prema svom Guruu odražava neozbiljan, nepoštujući stav. Slušati predavanje nije isto što i prisustvovati sportskom događaju. Ti si sa svojim Guruom ne radi zabave, već radi svojeg dostizanja Prosvetljenja. Stoga moraš da mu ukazuješ veliko poštovanje i uvek da budeš budan za njegove potrebe i za njegovu udobnost.

(31)

*(Kada tvoj Guru ulazi u sobu) ustani sa svog sedišta i malo pogni glavu. Sedi (u njenom prisustvu) s puno poštovanja. Noću ili na rekama ili opasnim stazama, sa dopuštanjem (tvog Gurua) ti smeš da hodaš ispred njega.*

(32)

*Neposredno na oči svog Gurua, razuman (učenik) ne treba da (sedi) sa svojim telom u krivom položaju, niti da se (nemarno) oslanja na stubove i slično. Nikada nemoj da pucketaš zglobovima, (da se igraš sa prstima ili da čistiš svoje nokte).*

Moraš uvek da budeš pažljiv prema svom Guruu. Pošto je on taj koji će da ti pokaže put ka potpunom oslobođenju od sve tvoje patnje i kako da budeš u stanju da oslobodiš druge, on je daleko dragoceniji nego sve drugo. Ako je on u opasnosti, ti moraš da ga zaštitiš. Nemoj da sediš dokono i gordo kao da poseduješ čitav svet.

(33)

*Kada pereš noge ili telo (svog Gurua), kada ga brišeš, masiraš ili (briješ), neka ovim radnjama prethode (tri) prostracije a po njihovom završetku učini isto. Zatim se posveti (sebi) koliko god želiš.*

Ako si u prilici da okupaš svog Gurua, da obriješ njegovu glavu ili da se na bilo koji način postaraš za njegovu udobnost, bićeš u mogućnosti da postigneš ogromne zasluge. Zato sve ove aktivnosti moraju da se učine sa najvećim poštovanjem. Nemoj nikada da sebično misliš prvo o svojim potrebama. Tvoja osnovna briga jeste briga za tvog Gurua i za tvoje dostignuće njegovog Prosvetljenog stanja. Tek nakon toga treba da se pobrineš za sebe.

(34)

*Ako treba da se obratiš (svom Guruu) po njegovom imenu dodaj naziv »Vaše Prisustvo« na-*



*kon toga. Da bi u drugima izazvao poštovanje za njega, možeš takođe da upotrebiš još više počasti.*

Jednom dok je Je Tzong-k'a-pa držao predavanja nekolicini učenika u isposnici gde je kasnije sagrađen manastir Se-ra, K'ä-dr'ub Je je došao da ga upozna po prvi put. Upitao je monahinju koja je živele u blizini gde može da pronađe Poštovanog Tzong-k'a-pa i ona je otrčala ne rekavši ni reči. Isprala je svoja usta, zapalila štapić insensa i onda odgovorila, »Moj milostivi, poštovani Starešino, Njegovo Prisustvo Je Tzong-k'a-pa živi tamo«.

Ako se tvoj Guru zove Rin-ch'en dor-je, kada govoriš sa drugima možeš da ga nazivaš »moj duhovni učitelj, Njegovo Prisustvo, sveti, poštovani Rin-ch'en dor-je«. Bar izvesni nazivi poštovanja moraju da se upotrebe. Krajnje je sirovo, ponosito i uvredljivo osloviti, obratiti se ili pisati svom Guruu koristeći jedino njegovo ime. Tvoj Guru nije tvoj drug iz detinjstva, već Buda kojii te vodi ka Prosvetljenju.

(35)

*Kada tražiš savet od svog Gurua, (prvo najavi zašto si došao). Sa dlanovima sklopljenim pokraj svoga srca, slušaj ono što ti on govori ne (dopuštajući da tvoj um) odluta. Zatim (kada je on završio) ti treba da odgovoriš, »Učiniću tačno kao što ste vi rekli«.*

(36)

*Nakon što si učinio (ono što je tvoj Guru rekao), izvesti (šta se dogodilo) učtivim, blagim rečima. Ako treba da zevaš ili kašlješ, (da pročistiš svoje grlo ili da se smeješ u njegovom prisustvu), prekrij usta rukom.*

Nikada nemoj da rasipaš vreme svog Gurua dolazeći k njemu samo radi dokonog brbljanja. Nakon što si tri puta uradio prostracije, izjavi direktno nameru svoje posete. Postavljaj svoja pitanja na neposredan način, sa krajnjom učtivošću i poniznošću. Ako ti tvoj Guru pruži savet ili ako te pita da nešto učiniš, ispitaš sebe da li možeš da se povinuješ. Ako ne možeš, tada se izvini i objasni zašto. Nemoj da obećavaš da ćeš nešto da učiniš a zatim da ne održiš svoju reč. Posledice ovakve neposlušnosti i nemarnosti su veoma ozbiljne. Ali ako možeš da se povinuješ reci mu da ćeš da učiniš kako on kaže. Uvek ga obaveštavaj o svom napretku i uvek izvesti na kraju šta si učinio.

(37)

*Ako želiš da primiš određeno učenje, zamoli tri puta sa sklopljenim dlanovima klečeći pred njim na svom (desnom) kolenu. (Zatim na njegovom predavanju) sedi ponizno i s poštovanjem, obučan u prikladnu odeću koja je uredna i (čista, bez ukrasa, nakita ili ulepšavanja).*

(38)

*Ma šta da činiš da bi uslužio (svog Gurua) ili da bi mu ukazao poštovanje nikada ne treba da bude učinjeno sa gordim umom. Umesto toga treba uvek da budeš kao tek venčana nevesta, bojažljiv, stidljiv i vrlo pokoran.*

(39)

*U prisustvu (Gurua) koji te uči (putu), prestani da postupaš na uobražen, koketan način. Što se tiče hvalisanja kod drugih u vezi sa onim što si učinio (za svog Gurua), preispitaj (svoju savest) i odbaci ovakva dela.*

Nepravilno je da Guru ponudi učenje pre nego što je prethodno posebno bio zamoljen. On podučava da bi učinio dobrobit za svoje učenike, ne da bi pokazao svoje znanje. Stoga je važno učiniti ovakve molbe na ispravan, zvaničan, način. Međutim, ne pokušavaj da navaljuješ na svog Gurua da te uči nečemu što je previše napredno za tvoj nivo. On će da prosudi kada si ti spreman. Nemoj da mu oholo naređuješ da učini ono što ti misliš da je najbolje.

Dok prisustvuješ njegovom predavanju, zapamti da to nije društveni događaj. Jedini razlog zbog čega si ti tamo jeste da bi naučio kako da postigneš Prosvetljenje za dobrobit drugih. Ti nisi došao da bi drugima pokazao svoje bogatstvo ili lepotu, zato nemoj da se nakitiš kao paun. Uvek budi svestan i obazriv prema društvenim običajima onih koji su oko tebe. Nikada se ne odevaj na način koji je napadan za druge, koji može da uznemiri njihove umove. Budi uredan, čist i nerazmetljiv, sedeći s velikim poštovanjem prema svom Guruu.

Kada uslužuješ svog Gurua ne budi detinjast. Ma kakve usluge da učiniš ili ma kakva prinošenja da izvršiš, oni su za tebe, da bi kroz njihovu zaslugu dostigao Prosvetljenje. Ne čini takve stvari zato da bi mogao kod drugih da se razmećeš kako si pobožan i odan. Nikakva se zasluga ne zadobija iz ponositosti. Ne uslužuj svog Gurua sa oholom gordošću kao da njemu činiš veliku uslugu. Njemu nije potrebna tvoja pomoć; on je Buda. Ali je tebi veoma potrebna njenova pomoć, jer dopuštajući ti da činiš male poslove on ti pruža veliku mogućnost da sakupiš zasluge. Stoga zapamti njegovu dobrotu koja ti dopušta da ga uslužuješ.

Isto tako, ne ponašaj se koketno, šaleći se sa svojim Guruom kao da na ovaj način možeš da zadobiješ njegovu naklonost. Tvoj Guru je Buda sa podjednakom milostivom samilošću za sve. Svojim neozbiljnim ponašanjem nećeš da učiniš nikakav utisak na njega.

(40)

*Ako si (zamoljen) da izvršiš osvećenje, (inicijaciju u) mandalu ili u ceremaniju proširenja vatre ili da sakupiš učenike i da održiš predavanje, ne smeš to da učiniš ako tvoj Guru živi u toj oblasti, osim ako dobiješ njegovo prethodno dopuštenje.*

(41)

*Ma kakva prinošenja da primiš od izvođenja takvih rituala kao što je (osvećenje poznato kao) Otvaranje Očiju, ti treba sve ovo da ponudiš svom Guruu. Pošto je on jednom uzeo svoj simbolični deo, ti smeš da upotrebiš ostatak za šta god želiš.*

(42)

*U prisustvu svog Gurua učenik ne treba da se ponaša (kao Guru) prema svojim sopstvenim učenicima niti oni trebaju da se ponašaju prema njemu kao svom Guruu. Stoga (pred svojim sopstvenim Guruom) spreči (svoje učenike) da ti ukazuju poštovanje kao što je ustajanje (kada ti dolaziš) i vršenje prostracija.*

Čak i kada si ti sam postao Guru, još uvek moraš da upražnjavaš veliku odanost prema svom Guruu. Ako te tvoji sopstveni učenici zamole da im daš opunomoćenje, predavanje ili drugo, i ako tvoj sopstveni Guru živi u istom kraju, ti treba prvo njega da upitaš da li on to može da učini umesto tebe. Ako tvoj Guru to ne može, onda samo sa njegovim odobrenjem smeš ti da izvedeš takve ceremonije sam.

Ako tvoj Guru živi daleko, ti treba da mu pišeš za dopuštenje da bi prihvatio učenika ili da bi pre-

neo bilo kakva učenja. Ti ne treba da se ponašaš nezavisno s ponosom kao da si veliki i sveti Učitelj, već uvek iz obzira prema njegovom savetu. Posebno u prisustvu svog Gurua ti ne smeš da dopustiš svojim sopstvenim učenicima da ti ukazuju poštovanje. Uvek moraš da budeš smeran. Stoga ma kakva prinošenja da primiš, treba da ih odneseš svom Guruu kao znak svog poštovanja. On će da primi darove a zatim da ih vrati. On ne poseduje nikakvu žudnju prema tvojim prinošenjima, ali ti moraš uvek da imaš njega prvog u svojoj svesti.

Jednom je Rā-ch'ung-pa živeo u istom gradu kao i njegov Guru, Je-tzün Mi-la rä-pa. Pošto je bio na glasu kao veoma velikodušan, mnogo poklonika je dolazilo da ga vidi i da mu daruje mnoga prinošenja. On je tada pomislio: »Ako sam ja primio tako puno prinošenja, onda je moj Guru sigurno primio bar tri puta ovoliko«.

Otišao je k svom Učitelju i rekao, »Nismo li mi primili danas puno prinošenja. Hajde da ih podelimo sa svim ostalim učenicima«. Ali njegov Guru mu je pokazao da je sve što je on primio tog dana bio komad mesa, kolač od sira i nešto maslaca. Rā-ch'ung-pa se osetio neprijatno zato što je primio više prinošenja nego njegov Guru i rekao mu je da će odmah da napusti grad.

Zatražio je dopuštenje da ode u Lhasu da vidi čuveni Budin kip. Je-tzün Mi-la rä-pa je odgovorio: »Ako svog Gurua vidiš kao Budu, kakva je korist da vidiš statuu?«

On je tada upitao da li može da poseti drevni manastir u Sam-yä. Opet je njegov Guru odgovorio, »Dok posmatraš prizor svog uma, kakva je korist da posmatraš zgradu?«

Treći put on je zamolio da ide na hodočašće u Lho-dr'ag gde je živeo Guru njegovog Učitelja, veliki prevodilac Mar-pa. Njegov Guru je samo rekao, »Ako meditiraš nad učenjima mog Učitelja, kakvo je dobro da vidiš njegovu kuću?«

Je-tzün Mi-la rä-pa mu je rekao da ne pokušava da čini previše, već da ode u meditaciono sklonište da bi zadobio više pouzdanja u svoje upražnjavanje. I eto to je Rā-ch'ung-pa uradio, zato što je shvatio da nije pravilno da učenik primi više poštovanja i prinošenja nego njegov Guru.

(43)

*Uvek kada vrši prinošenja svom Guruu ili uvek kada ga njegov Guru daruje nečim, razuman učenik će ovo da (pokloni i) da primi sa obema rukama i sa malo pognutom glavom.*

(44)

*Budi marljiv u svim svojim aktivnostima, (budan i) oprezan da nikada ne zaboraviš na (svoju časnu reč). Ako učenici u svome ponašanju prekoračuju (ono što je ispravno), neka prijateljski ispravljaju jedan drugog.*

Svi učenici koji primaju tantrička opunomoćenja od istog Gurua postaju »vajra« braća i sestre. Potrebno je da imate veliku pažnju i obzir među sobom, pomažući jedan drugom da ostanete na putu. Nikada ne budi ljubomoran, ponosan ili u nadmetanju sa drugim učenicima, Ispravljajući jedan drugoga vi činite zadovoljstvo svom Guruu i tako svako ima dobrobiti. Ako postoji jedinstvo i harmonija među prijateljima Dharme, to će se proširiti i na živote drugih koji su oko vas.

(45)

*Ako si usled bolesti fizički (nemoćan) da se pokloniš svom Guruu i stoga moraš da učiniš ono što bi normalno bilo zabranjeno, čak i bez (njegovog izričitog) dopuštanja, neće da uslede nikakve nesrećne posledice ako poseduješ vrli um.*

Odanost Guruu nije fanatično upražnjavanje. Ako si bolestan i ako tvoj Guru uđe u sobu, nije potrebno da ustaneš i da vršiš prostracije. Ako imaš nešto da pkloniš, ali si preslab da bi pružio ruku, dopušteno je čak da se tvoj Guru sagne ka tvom krevetu da bi to primio. Ovo nije ukazivanje nepoštovanja prema tvom Guruu, pošto ti u svom srcu želiš da učiniš ono što je pravilno ali te sprečava tvoje fizičko stanje.

Međutim, postoje određene stvari za koje nema izuzetka. Nikada ne smeš da uznemiravaš um svog Gurua, da se razmećeš, da budeš gord ili neučtiv ma kakve da su okolnosti.

(46)

*Kakva je potreba da se tu još kaže. Čini sve ono što zadovoljava tvog Gurua i izostavi da činiš sve ono što se njemu ne bi svidelo. Budi marljiv u ovome.*

(47)

*»Moćna dostignuća slede iz (izvršavanja onoga) što tvoj Guru (voli)«. Ovo je rekao sam (Buda) Vajradhāra. Znajući to, pokušaj da sasvim udovoljiš svom Guruu sa svim aktivnostima (svoga tela, govora i uma).*

Svako želi samo sreću i da nikada ne iskusi patnju. Izvor svih ovih dostignuća jeste tvoj Guru, jer on ti pokazuje put Budstva i svojim živim primerom, kao Prosvetljeno Biće, nadahnjuje te da sam njime putuješ. Ako ovo shvatiš, shvatićeš i važnost jedno-umne odanosti Guruu i činićeš samo ono što njega zadovoljava. Pošto je izvor ovih učenja Buda Vajradhāra, treba da ostaviš na stranu sve sumnje. Sledi ih sa potpunim ubeđenjem i moći ćeš da dostigneš Prosvetljenje.

Zato je, ono što zadovoljava tvog Gurua, tvoje upražnjavanje koje vodi ka Budastvu. Stoga tvoja motivacija da mu udovoljiš treba da bude Bodhicit-ta i tvoja želja da pomogneš drugima. Ne treba da budeš napadnut svetovnim željama kao što su traženja Guruove pohvale ili očinskog pristupa. Štaviše, ako te tvoj Guru izgrdi, preispitaj svoja osećanja. Ako ga nisi namerno omalovažio ili tražio da ga uznemiriš i ako nisi odgovorio na njegovu grdnju ljutinom ili optužbama da je on neprosvetljen, tada nisi izvršio prekid odanosti Guruu. U ovakvim okolnostima potpuno je nepravilno postati obeshra-bren, klonuo duhom ili osećati samo-sažaljenje i krivicu da te tvoj Guru više ne voli. Učiniti ovako označava snažno prijanjanje — ega koji uzrokuje da ti primiš njegove kritike suviše lično.

Mar-pa je mnogo puta grdio i čak tukao Je tzün Mi-la rä-pa-u. Ne zbog toga što ga lično nije voleo, već zato što je iz samilosti uvideo potrebu za korisnim načinima koji su dejstveni. Stoga kada je tvoj Guru gnevan na tebe, pokušaj ovo da vidiš kao metod koji on koristi da bi obuzdao tvoj um i da bi te vodio ka Prosvetljenju. Kao Buda, kako je moguće da te on mrzi.

(48)

*Nakon što je učenik uzeo utočište u Trostrukom Dragulju i razvijo čisti (Prosvetljeni motiv), treba mu dati ovaj (tekst) da primi k srcu (kako da ostavi svoju, sopstvenu gordu samovolju i) kako da sledi stope svoga Gurua (duž Postepenog Puta ka Prosvetljenju).*

(49)

*(Studirajući preduslovna važbanja o odanosti Guruu i o Postepenom Putu, koja su zajednička i sūtrama i tantrama), ti ćeš da posta-*

*neš (pogodan) sud (za držanje) čiste Dhar-me. Tada smeš da primiš takva učenja kao što je tantra. Nakon što si primio prikladna opunomoćenja, izrecituj glasno četrnaest osnovnih zakletvi i primi ih iskreno k srcu.*

Ako ti kao učenik poseduješ čiste misli za dobrobit drugih, ako si skroman, neponosit ili nesebičan i ako nemaš grubo ponašanje, tvoj Guru će prvo da te nauči šta to znači izuzeti utočište. On će da prikaže stabilnost, pravac i značenje koje tvoj život može da dobije odlazeći u zaštitu od sve tvoje patnje i zbunjenosti ka Trostrukom Dragulju Buda, njihovim učenjima Dhar-me i Sangha zajednici onih koji ih ostvaruju. Zatim će postepeno da te vodi kroz Tri Glavna Puta odricanja, Prosvetljeni Motiv Bodhicitta-e i pravilno razumevanje Praznine. Na čvrstom temelju svog utočišta i Bodhicitta-inih zakletvi, ti tada možeš da primiš ova detaljna učenja o odanosti Guruu.

Ovaj tekst je napisan da se čita svakodnevno tako da učenici ne bi zaboravili važne smernice kako da se ophode prema svom Guruu. Kada te je tvoj Učitelj na ovakav način pripremio za tantrička učenja i kada si ti postao pogodan sud, tada je za njega pogodno da te inicira. On će tada da ti objasni tantričke zakletve i ti moraš da budeš siguran da ih nikada nećeš prekršiti. Buda Vajradhāra je obećao da ćeš iako ne meditiraš, već održavaš čisto tantričke zakletve u toku šesnaest života, pomoću toga da nakupiš dovoljno zasluga i da eliminišeš dovoljno prepreka da bi dostigao Prosvetljenje.

Nakon primanja inicijacija, ti ćeš da budeš opunomoćen da slediš potpuni tantrički put onako kako te tvoj Guru upravlja kroz razvojne i završne stupnjeve. Tvoj uspeh će da zavisi od tvoje odanosti Guruu i od čistote održavanja svih zakletvi. Stoga je dolična odanost tvom Guruu, u skladu sa ovim učenjima, suštinska kroz ceo put ka Prosvetljenom stanju ne-dvojnosti sa tvojim Guru-Buda-meditacionim božanstvom.

(50)

*Pošto ja nisam načinio grešku dok sam pisao ovaj način, neka sva osetna bića brzo dostignu ciju), neka ovo bude od beskonačne dobrobiti svim učenicima koji će da slede svog Gurua. Beskrajnom zaslugom koju sam ja sakupio na ovaj način, neka sva osetna bića brzo dostignu stanje Bude.*

Ovo zaključuje »Pedeset stihova o odanosti Guruu« od velikog Učitelja Aśvaghosa-e. Zatražio je i preveo (na tibetanski) monah prevodilac Rin-ch'en zang-po od Zhu-ch'en, zajedno sa indijskim Starešinom Padmakaravarma-om.

Mahāmudrā (Veliki Pečat Praznine) spada u staro tibetansko etičko učenje za najoštroumnije. Ono je zasnovano na Mahayana budističkom sistemu meditacije u cilju ostvarenja prosvetljenja. Učenje Mahāmudre je manifestovano u formi Vajradhare. Poreklo tog učenja u Indiji (Guru-yoga i odanost Guruu) vodi od Tilope, a proširili su ga Naropa, Marpa i Milarepa u Tibetu. Izvorni budizam, koji sledi Hinayana učenje, ne priznaje dušu i boga, a Mahayana, kao i hrišćanstvo, uvodi u svoje učenje dušu i boga i sve predstave o raju i vanzemaljskom životu.

Veliki Pečat Praznine (Mahāmudrā, 16 v.) uzvišeni je put za otkrivanje stvarne, čiste, trajne prirode stvarnosti, za posmatranje oslobođene prirode uma (— tiho, spontano, nenametljivo) — za oslobađanje od straha i more smrti. Svođenjem misli, kako kaže Lama Anagarika Govinda u svojim »Osnovama tibetanskog misticizma«, na dva nivoa istine, »na relativno i konačno, na pojavu i Prazninu — na relativnom nivou: čovek poseduje smrt, propadljivost, kraj, a na konačnom — Prazninu«. Međutim i Pojava i Praznina, slično kao čovek i priroda, nedeljivi su. Kao što se, u relativnom smislu, sve na sve naslanja, tako i unutrašnji svet, u odnosu na spoljašnji, ne može biti stvoren van svih stvorenih vidova egzistencije. Videti stvarnu, čistu, trajnu prirodu stvarnosti i biti oslobođen od svih pojmova o objektima koji se poimaju i o svesnosti koja ih poima pred-

stavlja gledište Mahāmudre. Šta to znači? To znači: probuditi se iz sna nesvesnosti ili neznanja, ostvariti konačnu, čistu prirodu stvarnosti u sebi i van sebe. Jer sve što postoji ima svoju osnovu i svoj put i ne može nestati ako nije postalo, kao što ni čovek ne može ostariti ako nije bio, najpre, dete, pa odrastao čovek.

U simbolima Mahāmudre, kao u poetskim simbolima, tibetanska mudrost doseže krajnji oblik duhovnosti, čudesnu lepotu intuitivnog razumevanja stvari i pojava. Reči-simboli, kao sveti zvuci, kao unutrašnja lepota, za uho i dušu milozvučno prijanjaju. Sve reči, izrazi i metafore povezani su sa tibetanskom drevnom tradicijom čija mudrost zrači iskonskom snagom života. Reči »velika« i »mudra« čine, zajedno, reč »Mahamudra«. Pomoću Mahamudre se uklanjaju velovi koji skrivaju predmet spoznaje. Njena jedinstvenost vodi duh do velikog blaženstva (mahāsukhaikarūpa), do nadnebesnog uzviuća. U tom nadnebesnom uzvinuću duha, u integraciji sebe sa celokupnim životom, klija večno seme univerzalne plemenitosti i ljubavi. Lepšeg čina nema.

*Vito Marković*

## SADRŽAJ

### JEDAN:

#### MAHAMUDRA

#### ELIMINISANJE MRAKA NEZNANJA

UVOD — — — — —	7
Prvi deo	
PRELIMINARIJE — — — — —	9
Drugi deo	
MEDITACIJA MENTALNOG MIROVANJA — —	45
Treći deo	
MEDITACIJA PRODORNOG UVIĐANJA — — —	75
Četvrti deo	
POJAČAVAJUĆI SVOJE VEŽBANJE — — — —	109

### DVA:

#### PEDESET STIHOVA O ODANOSTI GURU-U

### TEKST

ODAJEM POŠTOVANJE BHAGVAN-U VAJRASATT- VA-I — — — — —	161
--	-----

### POGOVOR

UKRATKO: O MAHAMUDRI — — — — —	191
--------------------------------	-----