

SNIAGA SILOJECANUA

Dalaj Lama



QUANTUM

www.quantum.com

SNAGA SUOSJEĆANJA

Zbirka predavanja Njegove Svetosti

Dalaj Lama XIV

Naslov izvornika

The Power of Compassion

His Holiness the XIV Dalai Lama 1995

PREDGOVOR

Njegova Svetost Dalaj Lama državni je poglavar i duhovni vođa tibetskoga naroda. Ujedno ga drže najvišim budističkim vođom i očitovanjem Chenreziga, Bodhisattve suosjećanja.

Učenjak i čovjek mira, Njegova Svetost Dalaj Lama proputovao je cijeli svijet ne samo da bi pobudio zanimanje svijeta za silnu patnju tibetskog naroda, već i da bi govorio o budizmu i snazi suosjećanja.

Od 1959. Njegova Svetost živi u progonstvu u Dharamsali u Indiji, nakon što su kineske trupe ugušile tibetski narodni ustanak protiv kineske vlasti u Tibetu. Kina je zauzela Tibet 1949/50.

Godine 1989. Njegovoj je Svetosti dodijeljena Nobelova nagrada za mir zbog njegove nenasilne borbe za oslobođenje Tibeta. Od vremena kad je prognan do danas susreo se s mnogim svjetskim političarima i duhovnim vođama uključujući predsjednika Clintona, premijera Johna Majora, predsjednika Vaclava Havela, Njegovu Svetost papu Ivana Pavla, nadbiskupa od Canterburyja te nadbiskupa Desmonda Tutua. S tim je vođama podijelio svoja stajališta o međusobnoj ovisnosti čovječanstva i izrazio svoju zabrinutost zbog trgovine oružjem, ugroženosti okoliša i netolerancije.

Njegova Svetost sebe naziva skromnim budističkim redovnikom. U predavanjima i na putovanjima oduševljava publiku svojom jednostavnošću, humorom i srdačnom toplinom - Njegova je poruka svugdje ista- ističe važnost ljubavi, suosjećanja i opraštanja.

Tekst za ovu knjigu uzet je iz niza javnih predavanja koje je Njegova Svetost Dalaj Lama održao na stadionu Wembley u Londonu, svibnja 1995. Premda su stotine ljudi slušale ta predavanja, mnogi su od tada zatražili prijepise govora od Tibetskog ureda, službene agencije Njegove Svetosti Dalaj Lame u Londonu. Osoblje Tibetskog ureda stoga je neizmjereno sretno što je u mogućnosti ponuditi riječi Njegove Svetosti čitateljima širom svijeta.

U izvornim predavanjima Njegova Svetost Dalaj Lama govorio je uglavnom engleski, ali je također upotrebljavao i tibetski obraćajući se svome službenom prevoditelju. Pokrovitelj ovog posjeta Londonu svibnja 1993. bila je Zaklada za Tibet u Londonu.

Tibetski ured zahvaljuje Jane Rasch i Cait Collins za brojne sate koje su provele transkribirajući govore s vrpce. Također se želimo zahvaliti prevoditelju Njegove Svetosti Gesheu Thuptenu Jinpi i Heather Wardle za njihov rad na uređivanju toga teksta.

Gđa Kesang Y Takla *Predstavica Njegove Svetosti*
Dalaj Lama

London

I

ZADOVOLJSTVO, RADOST I UMIJEĆE DOBROG ŽIVLJENJA

Ljudi koji puno brinu zamolili su me da govorim o određenim temama i o najboljem načinu na koji se treba odnositi spram životnih situacija. Pokušat ću to objasniti tako da obični ljudi shvate na koji način mogu upotrijebiti vlastite mogućnosti u susretu s neugodnim situacijama kao što je smrt ili mentalnim frustracijama kao što su ljutnja i mržnja.

Ja sam budist i cijela se moja izobrazba temelji na budističkom učenju ili Buddhinoj *dharmi*. Premda govorim iz vlastitog iskustva, mislim da nitko nema pravo nametati svoja vjerovanja drugima. Ne želim vas uvjeriti da je moj put najbolji. Odlučite sami. Ako otkrijete nešto što je prikladno za vas, onda možete početi sami eksperimentirati. Ako shvatite da tu nema koristi za vas, možete to odbaciti.

Temeljna je činjenica da sva živa bića, osobito ljudska bića, žele sreću, a ne žele bol i patnju. Polazeći od toga, imamo pravo biti sretni i služiti se različitim metodama ili sredstvima kako bismo se oslobodili patnje i sretnije živjeli. Međutim, te metode ne bi smjele zadirati u tuđa prava niti drugima nanositi još više patnje. Vrijedi ozbiljno promisliti o pozitivnim i negativnim posljedicama tih metoda. Trebali biste biti svjesni da ima razlike između kratkoročnih i dugoročnih interesa i posljedica. Ako se kratkoročni interes kosi s dugoročnim interesom, dugoročni je interes važniji. Budisti obično kažu da ništa nije apsolutno te da je sve relativno. Stoga moramo prosuđivati u skladu s okolnostima.

Naša iskustva i osjećaji uglavnom se odnose na naša tijela i naš um. Iz svakodnevnog iskustva nam je poznato da je mentalna sreća

blagotvorna. Primjerice, premda je dvoje ljudi suočeno s istom tragedijom, jedna je osoba lakše podnosi od druge zahvaljujući svom mentalnom stavu.

Vjerujem da je načelo po kojem se svi ljudski problemi mogu riješiti strojevima i stvarima pogrešno. Naravno, materijalna pomagala iznimno su korisna. Istodobno je potpuno jasno da se svi naši problemi ne mogu riješiti isključivo materijalnim pomagalima. U materijalističkom društvu vlada isto tako puno mentalnog nemira i nezadovoljstva, ako ne i više nego u nematerijalističkom. To nam govori da smo na koncu samo ljudska bića. Stoga moramo ozbiljno promisliti o svojim unutarnjim sposobnostima i dubljim vrlinama.

Mislim da je vrlo važno da se onaj koji doista želi sreću u životu oslanja kako na unutarnja tako i na izvanjska sredstva; drugim riječima, da se i materijalno i mentalno razvija. To bi se moglo nazvati 'duhovnim razvojem', ali kad kažem 'duhovno' pod time ne podrazumijevam bilo koju vrstu religije. Kad upotrebljavam riječ 'duhovni' mislim na temeljne ljudske vrline. To su ljudska privrženost, osjećaj angažiranosti, disciplina i ljudska inteligencija pod ispravnim vodstvom dobrih motiva. Sve to imamo već od rođenja; ne stječemo ih kasnije u životu. Religija, međutim, dolazi kasnije u našem životu. U tom smislu vjerujem da postoje dvije razine raznih religijskih učenja. Na jednoj razini religijska učenja govore o Bogu ili Svemogućem, ili u budizmu o nirvani i sljedećem životu. No ipak na drugoj razini sva nas religijska učenja i tradicije poučavaju da budemo dobri i srdačni ljudi. Ta religijska učenja naprosto osnažuju temeljne ljudske vrline koje imamo od rođenja.

Kao ljudi, svi imamo iste ljudske mogućnosti ako nemamo neku vrstu poremećene funkcije mozga. Čudesni ljudski mozak izvor je naše snage i izvor naše budućnosti pod uvjetom da ga koristimo u ispravnoj namjeri. Ako divan ljudski um koristimo na neispravan način, to je uistinu katastrofa.

Mislim da su ljudska bića najrazvijenija živa bića na ovom planetu. Ljudi imaju sposobnost ne samo sebi stvoriti sretan život, već i pomoći drugim bićima. Imamo prirodni poriv za stvaranjem i vrlo je važno da to shvatimo.

Uvjeren sam da su ljudski mozak i temeljno ljudsko suosjećanje po svojoj prirodi u nekoj vrsti ravnoteže. Ponekad, kad odrastemo počinjemo zanemarivati ljudsku privrženost i usmjerimo se samo na mozak te lako gubimo ravnotežu. Upravo se tada počnu događati

katastrofe i nesreće. Ako promotrimo različite vrste sisavaca, vidjet ćemo da je priroda vrlo važna te da je najsnažniji čimbenik koji stvara neku vrstu ravnoteže.

Postanemo li svjesni vlastitih mogućnosti i pouzdamo li se u svoje sposobnosti moći ćemo izgraditi bolji svijet. U mom iskustvu, samopouzdanje je iznimno važno. Takva vrsta pouzdanja nije slijepo vjerovanje; to je svjesnost o vlastitim mogućnostima. Na temelju toga ljudska se bića mogu preobraziti jačanjem vrlina i smanjivanjem negativnih osobina. Preobrazba ne znači stopostotnu promjenu. Bez temelja u onome čemu težimo, kako možemo razviti vrline? Budisti nazivaju te mogućnosti Buddhinom prirodom koja je istodobno temeljna nepomućena svjetlost prirode uma.

U temelju Buddhina učenja jest učenje o Četiri plemenite istine: 1) da postoji patnja; 2) da ta patnja ima uzrok; 3) da postoji prestanak patnje, te na koncu 4) da postoji put do takve slobode. Temeljno načelo ovoga učenja jest univerzalno načelo uzročnosti. Ono što se ističe u ovom temeljnom učenju jest izvorna svjesnost o vlastitim mogućnostima i potrebi da ih se u potpunosti iskoristi. Kad se sagleda na taj način, svaka ljudska aktivnost postaje bitna.

Primjerice, osmijeh je vrlo važan izraz ljudskog lica. Ali zbog ljudske inteligencije čak i dobar dio ljudske prirode može se upotrijebiti na loš način, kao što su sarkastični osmijeh ili diplomatski osmijeh čija je jedina svrha da pobude sumnjičavost. Mislim da je iskren, srdačan osmijeh veoma važan u našem svakodnevnom životu. Kako nastaje taj osmijeh uvelike ovisi o našem stavu. Nerazumno je očekivati osmijehe od drugih ako se i sami ne smiješimo. Dakle, uviđamo da mnoge stvari ovise o našem vlastitom ponašanju.

Sad bismo trebali govoriti o našoj motivaciji i mentalnim stavovima. Kao što sam ranije napomenuo, sposobnost kojom se stvaraju pozitivne stvari također može proizvesti i negativne učinke. Bitno je osloniti se na ljudsku inteligenciju i moć prosuđivanja te imati na umu u kojoj mjeri nešto pridonosi kratkotrajnoj i dugotrajnoj sreći. Do određene mjere i samo je tijelo dobar pokazatelj. Primjerice, ako neka vrsta hrane izazove kod vas nelagodu, kasnije zasigurno nećete poželjeti tu vrstu hrane. Čini se da nam u određenom stadiju samo tijelo može reći što je prikladno za naše blagostanje i sreću, a što nije. Na primjer, ima dana kad osjećamo jaču želju za zelenom salatom i određenim povrćem a katkad možemo poželjeti jesti nešto drugo. Na neki način, ti nam tjelesni pokazatelji govore što koristi našem zdravlju, a što ne.

Premda je, primjerice, vrlo jasno da je našem tijelu potrebna tekućina kad smo žedni, katkad tjelesni pokazatelji mogu stvoriti zabunu. U takvim slučajevima inteligencija je odgovorna za prosudbu o onome što je najbolje. Koji put će upozorenje vaše inteligencije biti suprotno od izravne želje jer ono poznaje dugotrajne posljedice. Dakle, uloga inteligencije jest odrediti pozitivne i negativne mogućnosti u događaju ili čimbeniku koji bi mogao imati i pozitivne i negativne rezultate. Uloga inteligencije, upotpunjene svjesnošću koju stječemo obrazovanjem, jest prosuđivati i u skladu s time iskoristiti mogućnosti za naše vlastito dobro i blagostanje.

Ako ispitamo svoj mentalni svijet, otkrit ćemo da postoje različiti mentalni čimbenici koji imaju svoje pozitivne i negativne vidove. Primjerice, možemo ispitati dvije vrste mentalnih čimbenika koje su vrlo slične: jedna je samopouzdanje, a druga je umišljenost ili oholost. Slični su po tome što raspiruju um i daju vam dosta samopouzdanja i hrabrosti. Ali umišljenost i oholost dovode do negativnih posljedica, dok samopouzdanje uglavnom dovodi do pozitivnih posljedica. Obično pravim razliku između različitih vrsta ega. Jedna vrsta ega je onaj koji nam povlađuje kako bi izvukao neku korist za sebe, zanemarujući prava drugih i čak iskorištava druge počinivši ubojstvo, krađu itd. To je negativni ego. Druga vrsta ega kaže: "Moram biti dobar čovjek. Moram služiti. Moram preuzeti odgovornost u potpunosti. Ta vrsta jakog osjećaja za "ja" ili jastvo u suprotnosti je s našim negativnim emocijama. Dakle, postoje dvije vrste ega, a mudrost ili inteligencija razlučuje između njih. Slično tome, moramo biti u stanju razlikovati iskrenu poniznost od nedostatka samopouzdanja. Može nam se dogoditi da lako pomiješamo to dvoje jer su to funkcije mozga koje nas u manjoj mjeri ponizuju, ali jedna je pozitivna dok je druga negativna.

Drugi primjer zato možemo vidjeti ako preispitamo ljubav i suosjećanje s jedne strane te jaku vezanost s druge. Premda se i jedno i drugo odnosi na nešto što volimo, jaka vezanost dovodi do negativnih posljedica, dok ljubav i suosjećanje dovode do pozitivnih posljedica. Tako dva stanja uma koja se odlikuju istim temeljnim osobinama mogu imati različite negativne i pozitivne rezultate.

Isto je i sa željom. Ima pozitivnih i negativnih želja. Mislim da je općenito ona želja za koju postoje ispravni razlozi pozitivna, dok je želja za koju ne postoje ispravni razlozi negativna i može dovesti do problema. Želja je prvotni pokretač u postizanju sreće sada i u budućnosti. S budističkog stajališta postizanje stanja Buddhé može se

postići samo određenom vrstom želje. Primjerice budistička literatura Mahavane govori o dvije želje ili dvije težnje. Jedna je težnja da se bude koristan svim živim bićima, a druga je težnja da se do kraja postigne prosvjetljeno stanje kako bismo u tome uspjeli. Bez te dvije vrste težnji postizanje potpunog prosvjetljenja nije moguće. Ali ima također i negativnih stvari koje nastaju iz želje. Protuotrov za negativne želje jest zadovoljstvo. Uvijek postoje krajnosti ali srednji je put ispravan put. Dakle, ako vas želja tjera u krajnost onda je na vašoj inteligenciji odgovornost da provjeri njezin smjer i vrati je u sredinu.

Osjećaj zadovoljstva ključni je čimbenik za postizanje sreće. Tjelesno zdravlje, materijalno bogatstvo i prijatelji, tri su preduvjeta za sreću. Zadovoljstvo je ključ prema kojem se određuju rezultati vašeg odnosa spram sva tri čimbenika.

Kao prvo, u odnosu na tijelo možemo vidjeti da prevelika vezanost za tijelo ponekad dovodi do problema. Iz tog razloga budističko učenje promatra tijelo iz drugog ugla i nastoji analizirati prirodu tijela. Za mene je razmišljanje u tom pravcu vrlo korisno. Razmišljam o izvoru svoga tijela i istinskoj prirodi krvi, kostiju i mesa. Tijelo nije nešto čisto. Čak je i čin rađanja krvav. Isto tako, bez obzira na to koliko se lijepim ili uređenim vaše tijelo doima izvana, unutra je još uvijek puno prljavštine. Prekriveno kožom, ljudsko tijelo katkad izgleda prekrasno. Ali ako se dublje zagledamo, tijelo je zapravo grozno! Premda uzimamo kvalitetnu hranu lijepe boje, okusa i mirisa, hrana se preobražava u nečiste otpadne tvari. Unatoč tomu, pokušamo li izdvojiti taj proces stvaranja nečistih tvari u tijelu, nećemo preživjeti. To se, dakako, ne odnosi samo na tijela drugih ljudi, već i na naše vlastito. Najhitnije je da se upravo zbog svoga tijela razbolijevamo, starimo, patimo i umiremo. No unatoč tim manama, tijelo je iznimno dragocjeno zbog inteligencije koju možemo upotrijebiti za mnoga velika djela. Stoga, kad nečija želja ili vezanost za vlastito tijelo ode u krajnost, vrlo je učinkovito meditirati o nečistim vidovima tijela, te se osobito zamisliti nad njegovim izborom, građom i funkcijama, tako da se stekne realniji i umjereniji uvid u tijelo.

Slično tome, kad naši stavovi spram materijalnih stvari i bogatstva nisu ispravni, to može odvesti u drugu krajnost to jest do pretjerane vezanosti za stvari kao što su imanja, kuće i osobna imovina. To može dovesti do nemogućnosti da budemo zadovoljni. Ako se to dogodi, tada će osoba uvijek ostati u stanju nezadovoljstva, uvijek priželjkujući više. Na neki način osoba je tada siromašna jer se patnja siromaštva rađa

uslijed priželjkivanja nečega i osjećaja da smo toga lišeni. Dakle, premda osoba može imati mnogo materijalnih stvari, ako je u umu siromašna, onda će se uvijek osjećati lišenom i stalno željeti više.

S druge strane, materijalne stvari iznimno su bitne za društvo, jer kad pojedinci steknu materijalno bogatstvo i napredak, to na neki način povećava blagostanje društva i zajednice u kojoj žive. Za to je potreban određeni stupanj onoga što bih nazvao zdravom konkurencijom, zato što bez konkurencije možda ne bi bilo takvog sjajnog napretka i materijalnog razvoja. Nadalje, još je uvijek vrlo važno biti svjestan kakva nam je vrsta konkurencije potrebna, koja je vrsta konkurencije prijateljska i nije joj cilj uništiti i upropastiti protivnika ili druge ljude, već djelovati kao poticaj za rast i napredak.

Osobno, mogu povući neke paralele između potrebe za konkurencijom u materijalnom i duhovnom razvoju u budizmu. U budizmu, temelj puta jest traženje utočišta u tri dragulja: *Buddhi*, *dharmi* (ispravnosti) i *sanghi* (duhovnoj zajednici). *Buddhu*, koji je savršeno prosvjetljeno biće, vrlo je teško slijediti. Možete crpiti nadahnuće iz *Buddhinoga* primjera, ali se ne možete uistinu mjeriti s njim, ali kad nađete utočište u *sanghi*, duhovnoj zajednici, u njoj može biti duhovnih suputnika koji su na samom početku puta do prosvjetljenja. Kad promislite o kvalitetima *sanghe*, dobit ćete ohrabrenje - to vam daje osjećaj da se možete mjeriti s drugima. To uistinu nije negativna konkurencija; to je zdrava konkurencija. Istodobno možete slijediti primjer drugih koji su ispred vas s vjerom da možete dosegnuti stupanj na kojem su oni.

Kad govorimo o užitku ili želji i materijalnom blagastanju, budistička literatura spominje pet vrsta predmeta želje: oblik, zvuk, miris, okus i dodirni podražaji. Hoće li nas ti predmeti u kojima uživamo dovesti do sreće i zadovoljstva, ili upravo suprotno uzrokovati nam patnju i nezadovoljstvo, u velikoj mjeri ovisi o tome kako primjenjujemo svoju sposobnost inteligencije.

Slično tome, isto kao i u slučaju materijalnih stvari, naše veze s prijateljima imaju različite mogućnosti. U nekim slučajevima, određena vrsta interakcije s prijateljima može dovesti do veće patnje, razočaranja i nezadovoljstva. Određena vrsta interakcije također može dovesti do zadovoljstva, osjećaja ispunjenosti i sreće. Ishod naših međusobnih odnosa opet ovisi o primjeni inteligencije.

Još jedno važno pitanje tiče se seksualnih odnosa. Seksualni odnosi

dio su prirode i bez njih ne bi bilo ljudskih bića - to je jasno. Ali ići u krajnosti, kao što je slijepa ljubav, često uzrokuje probleme i više patnje. Mislim da je glavna svrha seksualnih veza razmnožavanje, stvaranje prekrasnih malih beba. Čovjek ne bi smio željeti samo uživati u seksu, već bi trebao razvijati osjećaj odgovornosti i obveze. Ako pogledamo druge vrste, mislim da neke od njih zavrjeđuju divljenje. Na primjer, neke priče, kao što su labudovi, temelje svoje odnose isključivo na osjećaju odgovornosti i imaju jednog partnera do kraja života. To je predivno! Neke druge životinje, kao na primjer psi, nemaju tu vrstu odgovornosti i samo uživaju u spolnom činu, prepuštajući svu odgovornost majci. To je po mom mišljenju užasno!

Mislim da mi kao ljudska bića moramo slijediti prirodu, ali civiliziranim seksualnim odnosima ne možemo nazvati one u kojima se isključivo traži prolazno zadovoljstvo. Ako ne uviđamo osjećaj odgovornosti i braka to je kratkovidno. Ponekad mi ljudi postavljaju pitanja o braku. Naravno da nemam izravno iskustvo, ali u jedno sam siguran: srljati u brak na brzinu je opasno. Najprije trebate tijekom dužeg razdoblja ispitati jedno drugo, a onda kad ste se uistinu uvjerali da možete živjeti zajedno, trebate se vjenčati. To je ispravan put.

Čini se da mnoge obitelji u ovo moderno doba imaju problema. Jedan razlog tome jest pretjerana seksualna sloboda. K tome, jedan dio vaše moderne kulture promiče seks i spolnost na način za koji držim da nije zdrav. S druge strane, ako usporedimo seks s nasiljem, onda mislim da je seks bolji! Ali često se upravo zbog seksa rađa nasilje. Mislim da su u stvari tijesno isprepleteni.

Premda su ono najvažnije u obitelji djeca, kontracepcija je također iznimno važna. Naravno, s budističkog stajališta, svaki je ljudski život neizmjerljivo dragocjen. S tog stajališta kontracepcija nije dobra. Ali istodobno broj ljudi na svijetu nezaustavljivo rasle. Možda se pet milijardi ljudi može prehraniti ako se sva prirodna bogatstva ispravno koriste, po riječima znanstvenika još bi dvije do tri milijarde ljudi mogle opstati. Ali mislim kako je bolje kad je ljudi manje, mirnije je i prijaznije. S tim većim ciljem u vidu nameće se jasan zaključak da se kontracepcija mora upotrebljavati za dobrobit cijelog čovječanstva. Kontracepcija je, dapače, nužna.

Dakle ponavljam, naše vladanje u svakodnevnom životu ključni je čimbenik za određivanje pričinjavaju li nam sve te stvari i odnosi uistinu dugotrajno zadovoljstvo ili ne. Mnogo toga ovisi o našem vlastitom

stavu. A u tom mentalnom čimbeniku motivacija igra glavnu ulogu.

U budističkoj literaturi, ljudski život ili ponovno rođenje poželjan je oblik postojanja. Različiti čimbenici utječu na ugodnost tog poželjnog ljudskog života kao što su dug život, dobro zdravlje, materijalno bogatstvo i rječitost, tako da se s drugima može komunicirati na bolji način. Ali kao što sam ranije istaknuo, koji će uvjeti dovesti do života u blagostanju ili do života u patnji ponajviše ovisi o tome primjenjujemo li svoju sposobnost inteligencije ili ne, i kako je primjenjujemo.

U svezi s tim u budističkoj se literaturi govori o šest savršenosti. Primjerice, u slučaju gomilanja materijalnih stvari, budizam kaže kako su velikodušnost i davanje izvori bogatstva. Međutim, kako bi netko bio uspješan u velikodušnosti i davanju, on najprije mora imati čvrstu moralnu stegu, određene nazore i načela. Ta moralna stega ili ta načela mogu se razviti samo ako je osoba sposobna izdržati teškoće i nevolje kad na njih naiđe. Za to je također potrebno određeno ulaganje napora ili truda s radošću. Želimo li uspješno vježbati ulaganje truda s radošću, moramo imati sposobnost koncentracije, usredotočavanja na događaje, aktivnosti ili ciljeve. A to opet ovisi o tome imamo li ili nemamo sposobnost primjenjivanja svoje prosudbe, svoga suda o tome što je poželjno a što nepoželjno, što je negativno a što pozitivno. Dakle, na neki način svih šest savršenosti odnose se na stjecanje barem jednoga od uvjeta, recimo, materijalnog bogatstva.

Što nam je činiti ako želimo u svakodnevnom životu provesti načela koja su uvjet za prakticiranje šest savršenosti? Budizam preporuča živjeti svoj život u skladu s moralnom stegom i pridržavanjem onoga što je poznato kao Deset pravila ili izbjegavanje Deset negativnih postupaka. Od tih deset negativnih postupaka, jedan, poznat kao 'kriva stajališta' ili 'iskrivljeni pogledi', možda ima više smisla u nekom religijskom kontekstu. Osim njega svih ostalih devet postupaka, rekao bih, mogu se naći u svim religijskim tradicijama. Sve ostale svako će društvo osuditi kao negativne ili nepoželjne bez obzira na religijsko usmjerenje.

Zaključujemo da je ispravno vladanje način na koji život postaje smisleniji, stvaralačkiji i spokojniji. U tom smislu mnogo ovisi o našem vladanju i našim mentalnim stavovima.

II

KAKO SE SUOČITI SA SMRĆU I

ISPRAVNO UMRIJETI

Vrlo je teško objasniti kako na spokojan način prihvatiti smrt. Zdrav razum kaže da postoje dva načina za rješavanje problema i patnje. Prvi jest jednostavno nastojati izbjeći problem, izbaciti ga iz misli, premda je problem u stvari još uvijek tu i nije se smanjio. Drugi je način izravno se suočiti s problemom i analizirati ga, upoznati se s njim i shvatiti da su problemi dio života svakoga od nas.

Već sam govorio o tijelu i bolesti. Bolest se dogodi. To nije nešto izvanredno; to je dio prirode i životna je činjenica. Bolest se događa zato što postoji tijelo. Dakako, imamo pravo izbjeći bolest i bol, ali unatoč našem trudu, kad nas bolest snađe, bolje ju je prihvatiti. Premda trebamo uložiti sav mogući trud u što skorije izlječenje bolesti, to vam ne bi trebalo predstavljati dodatni mentalni teret. Kao što je veliki indijski učenjak Shantideva rekao: "Ako postoji način da se prebrodi patnja, onda nema potrebe za brigom; ako nema načina da se prebrodi patnja, onda nema ni koristi od brige". Takvo racionalno stajalište od velike je koristi.

Sada želim govoriti o smrti. Smrt je dio svakoga života. Sviđalo nam se to ili ne, ona će nas zasigurno zadesiti. Umjesto da izbjegavamo razmišljati o njoj, bilo bi bolje shvatiti njezino značenje. Na vijestima često vidimo ubojstvo i smrt, ali neki ljudi misle kako se smrt događa nekom drugom, a ne njima samima. Takvo je stajalište krivo. Svi imamo isto tijelo i isto ljudsko meso, stoga ćemo svi umrijeti. Naravno, velika je razlika između prirodne smrti i smrti uslijed nesretnog slučaja, ali u biti smrt će doći prije ili kasnije. Ako je vaše stajalište od početka: "Da, smrt je dio života", onda će vam biti lakše suočiti se s njom. Dakle, dva su

različita pristupa rješavanju ovoga problema. Jedan je jednostavno ga izbjegavati i o njemu ne misliti previše. Drugi, koji je puno učinkovitiji, jest izravno se suočiti s njim tako što smo ga već svjesni. Općenito govoreći, postoje dvije vrste problema ili patnje: s jednom vrstom moguće je, usvojimo li određena stajališta, uistinu smanjiti snagu i razinu patnje i tjeskobe. Međutim, može se raditi o drugim vrstama problema i patnji kod kojih usvajanje određenoga stajališta i načina razmišljanja ne mora nužno smanjiti razinu patnje, ali će vas ipak pripremiti za suočenje s njima.

Kad se u našim životima događaju nevolje moguća su dva ishoda. Jedna je mogućnost mentalni nemir, tjeskoba, strah, dvojba, razočaranje i na koncu depresija, a u najgorem slučaju čak samoubojstvo. To je jedan način. Druga je mogućnost to da uslijed tragičnih iskustava postanete realniji, dakle približite se stvarnosti. Uz pomoć sposobnosti istraživanja, tragična iskustva mogu vas osnažiti i povećati vaše samopouzdanje i povjerenje u vlastite mogućnosti. Neki nesretni događaj može postati izvorom vaše unutarnje snage.

Kao što sam već rekao, uspjeh u životu i u našoj budućnosti ovisi o našoj motivaciji i odlučnosti, ili samopouzdanju. Teškim iskustvima život katkad dobiva više smisla. Pogledate li ljude koji su od rođenja imali sve, vidjet ćete da kad sitnice pođu krivo oni gube nadu i postaju razdražljivi. Za razliku od njih, ljudi koji pripadaju naraštaju koji je u Engleskoj proživio Drugi svjetski rat, razvili su snažnija mentalna stajališta kao posljedicu svojih nevolja. Mislim da se osoba koja je proživjela više teškoća može bolje suočiti s problemima od osobe koja nikad nije iskusila patnju. S tog je stajališta, dakle, patnja dobra životna lekcija.

Međutim, je li takvo stajalište samo jedan oblik samozavaravanja? I sam sam izgubio zemlju, a što je još gore u mojoj je zemlji bilo puno razaranja, patnje i nesreće. Proveo sam ne samo veći dio svog života, već i najbolji dio života izvan Tibeta. Ako to promatrate isključivo iz jednog kuta, čini se da u tome nema gotovo ničeg pozitivnog. Ali iz drugog kuta može se vidjeti da sam upravo zbog te nesreće stekao drugu vrstu slobode, kao što je prilika za upoznavanje raznih ljudi iz različitih tradicija, a isto tako i znanstvenika koji se bave različitim područjima. Ta su iskustva obogatila moj život i pomogla mi naučiti mnoge vrijedne stvari. Dakle, moja tragična iskustva imaju dragocjenu dimenziju.

Sagledavanje problema iz različitih kutova zapravo umanjuje mentalni teret i mentalno razočarenje. S budističkog stajališta svaki

dogajađaj ima brojne vidove i prirodno je da se jedan događaj može promatrati iz mnogobrojnih kutova. Stoga je korisno kad se nešto dogodi pokušati to sagledati iz različitih kutova, tako će se moći vidjeti pozitivni ili povoljni učinci. Nadalje, ako se nešto dogodi, vrlo je korisno odmah to usporediti s nekim drugim događajem ili događajima koji se odvijaju kod drugih ljudi i naroda. To će vam biti od velike pomoći u održavanju vlastitog mira uma.

Sada ću kao budistički redovnik objasniti kako se treba odnositi spram smrti. Buddha je poučavao načela Četiri plemenite istine, prva od njih jest Istina o patnji. Istina o patnji poučava se u kontekstu triju odlika postojanja od kojih je prva netrajnost. Kad govorimo o prirodi netrajnosti moramo imati na umu da postoje dvije razine. Jedna je gruba razina koja je potpuno očevdna i predstavlja prestanak razvoja života ili nekog događaja. Međutim, netrajna priroda što se poučava u odnosu na Četiri plemenite istine odnosi se na suptilniji vid netrajnosti koji se očituje kao prolazna priroda postojanja.

Svrha Buddhina učenja o suptilnijim vidovima netrajne prirode postojanja jest pobuditi divljenje spram temeljne prirode našeg postojanja koja nas ne zadovoljava. Ako ispravno shvatite prirodu netrajnosti, shvatit ćete kako ona otkriva da sve postojeće stvoreno uzrokom, to jest ono što je nastalo kao posljedica uzroka i okolnosti, svoje postojanje u potpunosti duguje uzrocima i okolnostima.

I ne samo to, sami uzroci i okolnosti koji su doveli do tih događaja uzrokuju i njihovo nestajanje i svršetak. Dakle, u sjemenu uzroka događaja sadržano je sjeme njihova svršetka i nestajanja. Kad se to poveže s razumijevanjem netrajne prirode cijelog našeg bića koje čine tijelo i um, taj se uzrok odnosi na neupućeno stanje našega uma koji je korijen našega postojanja, a to nam otkriva da našim fizičkim ili tjelesnim postojanjem uglavnom upravlja snaga našeg neznačkog uma.

Međutim samo promišljanjem o grubim razinama netrajnosti čovjek konačno uči cijeliti suptilnije razine netrajnosti. A na taj će se način čovjek moći suočiti i suprotstaviti želji da zgrabi trajnost ili vječnost vlastitog identiteta ili sepstva, zato što ga upravo ta želja za posjedovanjem trajnosti nagoni da se čvrsto drži sadašnjosti, to jest samo onoga što se odnosi isključivo na ovaj život. Popustimo li taj stisak i izdržimo li u sebi, bit će nam lakše cijeliti vrijednost rada za buduće živote.

Jedan od razloga zašlo je svijest o smrti i netrajnosti toliko bitna u

budističkoj vjerskoj praksi jest to što se smatra da stanje uma u trenutku smrti ima golem utjecaj na naš odabir oblika u kojem ćemo se ponovno roditi. Najviše će utjecati to je li stanje našeg uma pozitivno ili negativno. Stoga budistička vjerska praksa jako naglašava važnost svijesti o smrti i neprolaznosti.

Premda je glavna svrha visokog stupnja svijesti o netrajnosti izvježbati sebe tako da u času smrti budemo u krjeposnom i pozitivnom stanju svijesti te tako osiguramo povoljno ponovno rođenje, tu su i druge blagodati. Jedna od pozitivnih nuspojava održavanja vrlo visokog stupnja svijesti o smrti jest što će to pripremiti osobu do te mjere da kad se uistinu suoči sa smrću, on ili ona će moći lakše zadržati pribranost. Naročito se u tantričkom budizmu smatra da je stanje svijesti koje osoba doživi u trenutku smrti posebno suptilno te da upravo zbog suptilnosti ta razina svijesti ima silnu snagu i utjecaj na naš mentalni sklop. Stoga se u tantričkoj praksi stavlja jaki naglasak na meditaciju o smrti kao i na promišljanje o procesu smrti, tako da osoba u trenutku smrti ne samo da zadrži prisebnost, već također bude u mogućnosti učinkovito iskoristiti to suptilno stanje svijesti za realizaciju svog puta.

Zbog toga tantričke meditacije koje se tehnički nazivaju 'yoga meditacija na božanstva' budući da se meditira na različita božanstva, uključuju proces razlaganja kad se promišlja o razlaganju elemenata koje osoba proživljava u trenutku smrti. U stvari iz tantričkog kuta gledanja, cijeli proces postojanja može se objasniti s tri pojma koja se nazivaju 'smrt', 'međustanje' i 'ponovno rođenje'. Sva tri stanja postojanja vide se kao stanja ili očitovanja svijesti i energija koje prate ili pokreću svijest tako da međustanje i ponovno rođenje nisu ništa drugo nego različite razine suptilne svijesti i energije. Primjer za ta nestalna stanja može se naći i u našem svakodnevnom postojanju, kada tijekom 24 sata proživljavamo stanje dubokog spavanja, razdoblje budnosti i stanje sna. Naše svakodnevno postojanje zapravo odlikuju ova tri stanja.

Kad govorimo o razlikama između suptilnih i grubih razina svijesti koje se navode u tantričkoj literaturi, mislim da je važno imati na umu što se točno misli kad kažemo 'mentalna svijest'. Ljudi su često pod dojmom da kad govorimo o šest vrsta mentalne svijesti postoji i neka vrsta autonomne svijesti koja je potpuno neovisna o tjelesnom stanju, pa je na neki način jednaka duši. Međutim, to je krivo shvaćanje. Osobno mislim da kad bismo preispitali svoj mentalni svijet, otkrili bismo da većina mentalnih stanja i funkcija ima izravne fizičke učinke. Ne samo osjetilna svijest, već veliki dio onoga što bismo nazvali mentalnom

svijesti ima fiziološku osnovu i blisko je povezano s tjelesnim stanjima, upravo kao što znanstvenici kažu da mozak i živčani sustav čine primarnu fiziološku osnovu za većinu naših svjesnih doživljaja. Stoga kad nestanu tjelesna stanja, ove mentalne funkcije također prestaju.

Pitanje zapravo glasi: što omogućuje određenim fizičkim supstancama ili fiziološkim stanjima biti povodom nekog mentalnog doživljaja ili stanja svijesti? Budističko, osobito tantričko objašnjenje upozorava na ono što se naziva suptilnim stanjem jasnog svjetla, koje je neovisno o fiziološkoj podlozi. I upravo je to stanje jasnog svjetla najsuptilnija razina svijesti koja u međusobnom djelovanju s fiziološkom podlogom daje povoda za sve naše svjesne i spoznajne doživljaje.

Postoje jasni dokazi o postojanju onoga što nazivamo stanjem svijesti jasnog svjetla. Ima događaja koji će se općenito vjerojatnije dogoditi religioznim ljudima. Na primjer, u tibetanskoj zajednici u progonstvu bilo je nekoliko slučajeva da su osobu proglasili klinički mrtvom, to jest, prestale su njezine moždane funkcije i mozak je bio mrtav, ali raspadanje tijela nije još počelo i osoba je ostala u tom stanju dane i dane. Primjerice, moj pokojni učitelj Kvabje Ling Rinpoche, ostao je u tom stanju 13 dana. Proglasili su ga klinički mrtvim i on je već doživio iskustvo smrti mozga, ali je njegovo tijelo ostalo živo i nije se počelo raspadati tijekom tih 13 dana.

Za to mora postojati objašnjenje. Budističko je objašnjenje da tijekom tog stanja osoba zapravo nije mrtva, već proživljava proces umiranja. Budisti objašnjavaju da iako se veza između tijela i uma prekinula na grubljoj, krućoj razini, ona nije prestala postojati na suptilnoj razini. U osobitom djelu tantričke literature koje se naziva *Guhyasamaja tantra*, kaže se da kad osoba proživi proces smrti, nastupa proces razlaganja. Između tog razlaganja i stanja jasnog svjetla postoji ciklus obratnog kretanja, kad taj ciklus dosegne određeni stupanj, započinje novi život koji se naziva ponovno rođenje. Tada to ponovno rođenje ostaje a osoba ponovno prolazi kroz proces razlaganja. Na neki način, smrt je međuslanje kad se elementi pretaču u jasno svjetlo i odatle se ponovno pojavljuju u drugom obliku. Dakle, smrt nije ništa drugo nego međustanje kad se fiziološki elementi jedne osobe pretaču u jasno svjetlo.

Što se tiče stvarnog procesa razlaganja različitih elemenata, u literaturi se navode različiti stupnjevi razlaganja i njima pripadajući znakovi. Primjerice, u slučaju razlaganja na grubljoj razini elemenata, postoje i

unutarnji i izvanjski znakovi i pokazatelji koji označuju razlaganje. Kad se radi o suptilnim elementima postoje samo unutarnji znakovi kao što su vizije i slično. Među znanstvenicima sve više raste zanimanje za te opise procesa razlaganja, osobito u vezi s izvanjskim i unutarnjim znakovima. Kao budist mislim kako je za nas vrlo važno da budemo svjesni znanstvenih istraživanja koja su u tijeku. Međutim, moramo biti u stanju razlikovati pojave koje i dalje ostaju izvan dosega provjere postojećim znanstvenim metodama i pojava za koje se zna da ih postojeće znanstvene metode i istraživanja pobijaju. Rekao bih da ako se za određene pojave zna kako ih pobija znanost, putem znanstvenih istraživanja i znanstvenih metoda, kao budisti mislim da ćemo morali poštivati te zaključke.

Kako sve bolje upoznajete smrt te kako stječete određeni uvid u njezine procese i prepoznajete njezine izvanjske i unutarnje pokazatelje, pripremate se za nju. Iz vlastitog iskustva mogu reći da još uvijek nisam potpuno siguran da ću u trenutku smrti uistinu moći primijeniti sve te vježbe za koje sam se pripremao. Ništa nije zajamčeno. Unatoč tome, ponekad kad razmišljam o smrti, obuzme me neka vrsta uzbuđenja. Umjesto straha osjećam radoznalost a na taj mi je način daleko lakše prihvatiti smrt. Pitam se do koje ću mjere moći primijeniti te vježbe. Naravno, moje jedino breme ako umrem danas jest: "O, što li će se dogoditi s Tibetom? Što će biti s tibetskom kulturom? Što će biti s pravima šest milijuna Tibetanaca?" To je moja najveća briga. Osim toga ne osjećam gotovo nikakav strah od smrti. Možda njegujem neku vrstu slijepog povjerenja! Stoga je dobro smanjiti strah od smrti. U svojoj svakodnevnoj molitvi zamišljam osam različitih božanstava i osam različitih smrti. Možda će sve moje pripreme pasti u vodu kad smrt dođe. Toplo se nadam da to neće biti slučaj!

Bilo kako bilo, mislim da su nam mentalne vježbe od velike pomoći u promišljanju o smrti. Čak ako i ne postoje sljedeći životi, od njih ima velike koristi ako nas mogu osloboditi straha. Upravo zato što je strah umanjen, čovjek se može u potpunosti pripremiti. Baš kao i kad je u pitanju bitka, ne pripremimo li se, veliki su izgledi da ćemo izgubiti, ali ako smo potpuno spremni veći su izgledi da ćemo se obraniti. Ako smo potpuno spremni u trenutku smrti, moći ćemo dosegnuti mir uma. A upravo je mir uma u času smrti temelj za izgradnju ispravne motivacije koja izravno jamči povoljno ponovno rođenje i bolji sljedeći život. Osobito za one koji vježbaju *mahanuttarayogu lantrayanu*, smrt je jedna od rijetkih prilika za preobrazbu suptilnog uma u istinsku mudrost.

Što se tiče onoga što nas očekuje nakon smrti, budisti govore o tri područja postojanja koja se tehnički nazivaju 'područje oblika', 'bezoblično područje' i područje želja. I u području oblika i u području želja postoji međustadij prije nego što dođe do ponovnog rođenja koji nazivamo 'srednjim stanjem'. Sve ovo upućuje na činjenicu da premda nam smrt daje najbolju priliku da iskoristimo najsuptilniju razinu svijesti, pretvarajući je u put mudrosti, čak i ako nismo u stanju učinkovito iskoristiti tu priliku, tu je i međustanje koje je, premda grublje od onoga koje se proživljava u času smrti, puno suptilnije od svijesti u času ponovnog rođenja. Dakle, imamo još jednu priliku. Ako nismo u stanju iskoristiti tu priliku ponovno se rađamo i nastavljamo ciklus.

Stoga, kako bismo iskoristili ovu čudesnu priliku koju dobivamo u času smrti i nakon toga tijekom srednjeg stanja, moramo se najprije izvježbati kako bismo bili u stanju iskoristiti te trenutke. U tu svrhu budizam poučava različite tehnike koje omogućuju pojedincu da primijeni određene meditativne tehnike tijekom sva tri stanja - stanja sna, dubokog spavanja i budnosti.

Kao zaključak, mislim da je mir uma u času smrti od najvećeg značenja bez obzira u što vjerujemo, bio to budizam ili neka druga religija. U času smrti, osoba ne bi smjela podleći srdžbi, mržnji i si. To je općenito vrlo bitno. Mislim kako čak i ateisti uviđaju da je bolje preminuti na spokojan način. To je puno sretniji način odlaska. Isto tako za one koji vjeruju u raj ili neki drugi sličan pojam, najbolje je preminuti spokojno misleći na Boga ili vjerujući u više sile. Za budiste kao i druge indijske vjerske tradicije koje prihvaćaju teoriju ponovnog rađanja ili karme, prirodno je stajalište da je krjeposno stanje uma u času smrti blagotvorno.

III

KAKO SE NOSITI SA LJUTNjom I

EMOCIJAMA

Ljutnja i mržnja dva su nam najbliža prijatelja. Kad sam bio mlad ljutnja je bila moj bliski pratilac. Zatim sam konačno shvatio da se razilazimo. Oslanjajući se na zdrav razum, uz pomoć suosjećanja i mudrosti sad imam jače razloge s kojima mogu pobiti ljutnju.

Moje iskustvo pokazuje kako se svaka osoba koja uloži napor može promijeniti. Dakako, promjena nije trenutna i zahtijeva mnogo vremena. Da bismo se promijenili i uspješno nosili s emocijama, najbitnije je analizirati koje su misli korisne, konstruktivne i donose nam blagodati. Govorim o razlici između misli koje nas uglavnom čine spokojnijima, opuštenijima i smiruju naš um i onih koje stvaraju nelagodu, strah i razočaranje. Ova je analiza slična onoj koju bismo mogli primijeniti na pojave u izvanjskom svijetu, primjerice biljke. Neke biljke, cvijeće i voće dobri su za nas te ih zato uzgajamo i rabimo. One biljke koje su otrovne i štetne učimo prepoznati i čak ponekad uništiti.

Tu postoji sličnost s unutarnjim svijetom. Bilo bi previše pojednostavljeno govoriti o 'tijelu' i 'umu'. Tijelo sačinjavaju milijarde različitih čestica. Slično tome, postoji puno različitih vrsta misli i stanja uma. Mudro je pomnije, promotriti svijet našeg uma i razlučiti korisna od štetnih stanja uma. Jednom kad ste u stanju prepoznati vrijednost povoljnih stanja uma, možete ih povećati ili poticati.

Buddha je poučavao načela Četiri plemenite istine, a one tvore temelj Buddhine *dhanne*. Treća plemenita istina jest prestanak. Prema Nagarjuni, u ovom kontekstu prestanak se odnosi na stanje uma ili

mentalnu odliku u kojoj vježbom i ulaganjem napora prestaju sve negativne emocije. Nagarjuna definira istinski prestanak kao stanje kad osoba dosegne savršeno stanje uma, koji je slobodan od utjecaja različitih štetnih ili negativnih emocija i misli. Takvo stanje istinskog prestanka u budizmu predstavlja istinsku *dharmu* i stoga je utočište koje traže svi oni koji prakticiraju budizam. Buddha postaje objekt utočišta koji zavrjeđuje poštovanje zato što je Buddha ostvario to stanje. Stoga privrženost Buddhi i razlog zašto netko traži utočište u Buddhi nije stoga što je Buddha bio izuzetna osoba od početka, već zato što je Buddha ostvario stanje istinskog prestanka. Isto tako duhovna zajednica ili *sangha* također je utočište zato što su njezini članovi osobe koje su već na putu ili kreću na put koji vodi k stanju prestanka.

Shvaćamo da se istinsko stanje prestanka može razumjeti samo u okvirima stanja uma koji je slobodan ili pročišćen od negativnih emocija i misli primjenom protuotrova i suprotnim djelovanjem. Istinski prestanak jest stanje uma i čimbenici koji dovode do njega također su funkcije uma. Temelj na kojem se odvija pročišćenje jest mentalni tijek. Stoga je razumijevanje prirode uma od najvećeg značenja za prakticiranje budizma. Rekavši to, ne mislim da je sve što postoji naprosto odraz ili projekcija uma te da ništa ne postoji odvojeno od uma. Ali zbog važnosti razumijevanja prirode uma u budističkoj praksi, ljudi često opisuju budizam kao 'znanost o umu'.

Općenito govoreći, u budističkoj literaturi negativne emocije ili misli definirane su kao 'stanje koje uzrokuje nemir u umu neke osobe'. Te štetne emocije i misli čimbenici su koji stvaraju nesreću i nemir u nama. Emocije ne moraju nužno biti nešto negativno. Na znanstvenoj konferenciji kojoj sam bio nazočan zajedno s mnogim psiholozima i neurolozima zaključeno je da čak i Buddhhe (prosvijetljeni) imaju emocije, u skladu s definicijom emocija kakva se nalazi u različitim znanstvenim disciplinama. Dakle, *karuna* (beskrajno suosjećanje ili dobrotu) se može nazvati jednom vrstom emocije.

Dakako, emocije mogu biti pozitivne i negativne. Stoga, kad govorimo o ljutnji i si., bavimo se negativnim emocijama. Negativne su emocije one koje odmah stvaraju neku vrstu nesreće ili nelagode i koje na duge staze uzrokuju određene postupke. Ti postupci na koncu dovode do povrede drugih i lako nanose bol ili uzrokuju patnju nama samima. Na to se misli pod negativnim emocijama.

Jedna od negativnih emocija je ljutnja. Možemo govoriti o dvije vrste ljutnje. Jedna vrsta ljutnje može se preobraziti u pozitivnu emociju.

Primjerice, ako iskreno suosjećamo i brinemo za nekoga, a ta osoba ne uzme u obzir naša upozorenja u vezi sa svojim postupcima, onda ne preostaje ništa drugo nego uporaba neke vrste sile kako bi se zaustavila njezina nedjela. U praksi Tantravane postoje tehnike meditacije koje omogućuju preobrazbu energije ljutnje. To je ono što stoji iza gnjevnih božanstava. Ako je ljutnja potaknuta suosjećanjem, ona u nekim slučajevima može biti i korisna jer nam daje dodatnu energiju i pomaže nam da djelujemo hitro. Međutim, ljutnja često dovodi do mržnje, a mržnja je uvijek negativna. Mržnja skriva zle namjere. Obično analiziram ljutnju na dvije razine: na osnovnoj ljudskoj razini i na budističkoj razini. S ljudske razine nepovezano s bilo kojom vjerskom tradicijom ili ideologijom, možemo promatrati izvore naše sreće: dobro zdravlje, materijalna sredstva i zdravo društvo. Sa zdravstvenog stajališta, negativne emocije poput mržnje vrlo su loše. Budući da se ljudi uglavnom trude voditi računa o svom zdravlju, jedna od tehnika koju mogu uporabiti jest rad na svom mentalnom stanju. Stanje vašeg uma uvijek bi trebalo biti spokojno. Poput vala koji se diže iz vode i ponovno uranja u nju, smetnje tom spokoju vrlo su kratkotrajne tako da ne bi trebale utjecati na osnovni mentalni stav. Premda ne možete odstraniti sve negativne emocije, ako je vaš mentalni stav zdrav i spokojan, one na vas neće previše djelovati. Ako ostanete neuznemireni, vaš krvni tlak i sl. također ostaje u normalnim granicama, a kao posljedica toga popraviti će vam se zdravlje. Iako ne mogu znanstveno objasniti zašto je tomu tako, vjerujem da se moja tjelesna kondicija popravlja s godinama. Uvijek rabim iste lijekove, idem kod istog liječnika, jedem istu hranu, to dakle mora biti zbog mog mentalnog stava. Neki mi ljudi kažu: "Mora da rabite neku posebnu vrstu tibetskih lijekova". Ali to nije slučaj!

Kao što sam ranije napomenuo, kad sam bio mlađi bio sam prilično nagao. Znao sam to ponekad opravdali time što je i moj otac bio nagle ćudi, kao da je to nešto genetsko. Ali vrijeme je prolazilo i sad znam da ne osjećam gotovo nikakvu mržnju ni spram koga, uključujući i Kineze koji uzrokuju nesreću i patnju Tibetancima. Čak i spram njih doista ne osjećam nikakvu mržnju.

Neki od mojih bliskih prijatelja imaju visoki krvni tlak, unatoč tome nikada nisu iskusili ništa slično ozbiljnoj zdravstvenoj krizi i nikada nisu umorni. Tijekom godina upoznao sam mnoge ljude koji vrlo dobro prakticiraju budizam. S druge strane imam i drugih prijatelja koji uživaju velika materijalna dobra, ali kad s njima započnem razgovor,

nakon nekoliko uvodnih ljubaznih riječi, oni se počinju tužiti i jdati. Unatoč materijalnom bogatstvu, ti ljudi nemaju spokojne ili smirene umove. Kao rezultat, oni se uvijek zabrinjavaju za svoju probavu, spavanje, sve! Stoga je jasno kako je mir uma vrlo bitan čimbenik koji utječe na dobro zdravlje. Ako želite biti zdravi, nemojte tražiti liječnika, pogledajte u sebe. Pokušajte iskoristiti barem dio svojih mogućnosti. To će vas čak manje koštati!

Drugi izvor sreće jesu materijalne stvari. Katkad se probudim u ranu zoru i ako nisam najbolje raspoložen, kad pogledam na sat osjetim još veću nelagodu, zbog svog neraspoloženja. Drugih dana, možda uslijed iskustva prethodnog dana, kad se probudim moje je raspoloženje veselo i radosno. Ako tada pogledam na sat doživljam ga kao nešto izrazito lijepo. Ali, to je isti sat, zar ne? Jedina je razlika u mom mentalnom stavu. Hoće li nas materijalne stvari koje posjedujemo uistinu usrećiti ili ne ovisi isključivo o našem mentalnom stavu.

Za naše je materijalne stvari loše ako našim umom upravlja ljutnja. Ponovno ću ispričati nešto o sebi. Kad sam bio mlad običavao sam popravljati satove. Pokušao sam i nisam uspio puno puta. Ponekad bih izgubio strpljenje i bacio sat! U tim trenucima ljutnja je potpuno izmijenila moj stav i nakon toga strašno sam se pokajao zbog svojih postupaka. Ako mi je cilj bio popraviti sat, zašto sam njime lupio o stol? Opet se može vidjeti koliko je mentalni stav bitan kako bi se materijalne stvari upotrijebile za vlastito zadovoljstvo i korist.

Treći izvor sreće jesu naši prijatelji. Očito je da kad ste mentalno smireni, iskreni ste i otvoreni. Navest ću jedan primjer. Prije 14-15 godina jedan Englez po imenu Phillips bio je u bliskom odnosu s kineskom vladom, napose s Chouku Laiem i drugim vođama. Poznavao ih je dugi niz godina i bio dobar prijatelj s Kinezima. Jednom prilikom 1977. ili 1978. god. Phillips je došao u Dharamsalu posjetiti me. Sa sobom je donio filmove i govorio o svim pogodnostima u Kini. Na početku našeg sastanka među nama je bilo puno nesuglasica zato što smo se u potpunosti držali svojih suprotnih mišljenja. Po njegovom mišljenju ulazak Kineza u Tibet bio je nešto dobro. Po mom mišljenju i u skladu s brojnim izvješćima, situacija nije bila dobra. Kao i obično, spram njega nisam osjećao ništa negativno. Samo sam osjećao da se on drži tih pogleda iz neznanja. Otvoreno sam nastavio naš razgovor. Ustvrdio sam kako su oni Tibetanci koji su se pridružili kineskoj komunističkoj partiji još 1930.god. i sudjelovali u Sino-japanskom ratu te prihvatili kinesku okupaciju i oduševljeno surađivali s kineskim komunistima, to

činili zato što su vjerovali da je to bila zlatna prilika za razvoj Tibeta, sa stajališta marksističke ideologije. Ti su ljudi surađivali s Kinezima njegujući velike nade. Zatim oko 1956. ili 1957. god. većina ih je otpuštena iz različitih kineskih ureda, neki su završili u zatvoru, a neki su nestali. Time sam objasnio kako mi nismo protiv Kineza niti protiv komunista. U stvari, ponekad za sebe mislim da sam pola marksist, a pola budist. Objasnio sam mu sve te različite stvari iskreno i otvoreno, a nakon nekog vremena njegovo se stajalište potpuno izmijenilo. Ovaj mi primjer daje potvrdu da čak i ako postoji velika razlika u mišljenjima, komunikacija je moguća na međuljudskoj razini. Možemo zanemariti svoja različita mišljenja i komunicirati kao ljudska bića. Mislim da je to jedan od načina na koji se može stvoriti pozitivan stav kod drugih ljudi.

Isto tako sasvim sam siguran da bi četrnaesti Dalaj Lama imao puno manje prijatelja na različitim mjestima kad bi se manje smiješio. Moje stajalište spram drugih ljudi jest da ih uvijek gledam na ljudskoj razini. Na toj razini, bilo da ste predsjednik, kraljica ili prosjak, nema razlike, pod uvjetom da negujemo istinske ljudske osjećaje i smješimo se iskreno.

Mislim da je iskreni ljudski osjećaj vredniji od društvenog položaja i slično. Ja sam obično ljudsko biće. Svojim iskustvom i mentalnom disciplinom, razvio se određeni novi stav. To nije ništa osobito. Vi koji ste po mom mišljenju stekli bolju naobrazbu i više iskustva od mene, imate bolje izgleda da se promijenite iznutra. Potječem iz malog sela u kojem nema suvremenog obrazovanja i čvrstih veza s ostatkom svijeta. Također od svoje petnaeste ili šesnaeste godine nosim nezamislivi teret. Stoga bi svatko od vas trebao osjećati da imate velike mogućnosti i da je uz samopouzdanje i ulaganje više truda promjena moguća ako je želite. Ako osjećate da vam je sadašnji način življenja neugodan ili imate poteškoće, nemojte gledati samo negativne stvari. Pogledajte i pozitivnu stranu, kakve se mogućnosti pružaju i uložite napor. Mislim da vam je tad već djelomično zajamčen uspjeh. Ako upotrijebimo svu svoju pozitivnu ljudsku energiju ili ljudske vrline, moći ćemo svladati te ljudske probleme.

Dakle, što se tiče našeg kontakta s bližnjima, naš mentalni stav od najveće je važnosti. Čak je i za nevjernika, ako je jednostavan i iskren čovjek, najveći izvor sreće njegov mentalni stav. Premda ste možda dobrog zdravlja, upotrebljavate materijalne stvari na ispravan način i negujete dobre veze s drugim ljudima, glavni uzrok za sretan život

dolazi iznutra. Ako imate više novca, katkad imate i više briga te i dalje osjećate neutaživu glad. Na koncu postajete rob novca. Premda je novac vrlo koristan i nužan, on nije konačn izvor sreće. Slično tome, naobrazba, ako nije dobro uravnotežena, može donijeti više nevolja, veću napetost, jaču pohlepu, više želja i ambicija - ukratko, više mentalne patnje. Prijatelji nam također katkad uzrokuju nevolje.

Pogledajmo sad kako možemo svesti ljutnju i mržnju na najmanju moguću mjeru. Kao prvo, iznimno je bitno shvatiti negativnost ovih osjećaja općenito, a osobito mržnje. Držim da je mržnja naš najveći neprijatelj. Pod "neprijateljem" podrazumijevam osobu ili okolnost koja izravno ili neizravno uništava naš interes. Naš interes je ono što nas na koncu čini sretnima.

Također možemo govoriti o izvanjskom neprijatelju. Primjerice, u mom slučaju, naša kineska braća i sestre uništavaju tibetska prava i na taj način dolazi do još više patnje i tjeskobe. No, koliko me god to teško pogađalo, to ne može uništiti najviši izvor moje sreće - mir uma. To je nešto što izvanjski neprijatelj ne može uništiti. Oni mogu zauzeti našu zemlju, mogu uništiti naše posjede, poubijati naše prijatelje, ali to dolazi na drugo mjesto ispod naše mentalne sreće. Najveći izvor mentalne sreće za mene je mir uma. Njega ništa ne može uništiti osim moje vlastite ljutnje.

K tome, od izvanjskog se neprijatelja može pobjeći ili sakriti, a katkad ga se može i prevariti. Na primjer, ako netko narušava mir moga uma, mogu ga izbjeći ako zaključam svoja vrata i sjedim sam u tišini. Ali to ne mogu učiniti ako se razljutim! Kamo god išao, ljutnja me uvijek prati. Čak i ako zaključam svoju sobu, ljutnja je još uvijek unutra. Ukoliko ne usvojimo određene metode nećemo je se moći osloboditi. Stoga, mržnja ili ljutnja - tu mislim na negativnu srdžbu - na koncu uistinu uništava mir moga uma i stoga je moj istinski neprijatelj.

Neki ljudi vjeruju da nije dobro potiskivati emocije, da ili je puno bolje iživjeti. Mislim da nema razlike između raznih negativnih emocija. Uzmimo primjerice frustraciju. Postoji jedna vrsta frustracije koja nastaje kao posljedica prošlih događaja. Katkad, ako skrivate negativne događaje kao što je seksualno zlostavljanje, to svjesno ili nesvjesno stvara probleme. Stoga je u tom slučaju puno bolje izraziti frustraciju i iživjeti je. Međutim, kao što smo vidjeli iz iskustva s ljutnjom, ako je ne pokušate smanjiti, ona će ostati s vama i čak se povećati. A tada ćete se čak i zbog sitnica odmah razljutiti. Jednom kad počnete nastojati

kontrolirali i disciplinirati svoju ljutnju, na koncu vas čak ni velike nevolje neće moći razljutiti. Vježbom i disciplinom čovjek se može promijeniti.

Kad vas obuzme ljutnja postoji jedna važna tehnika koja će vam pomoći da zadržite mir uma. Ne biste trebali biti nezadovoljni ili frustrirani, zato što to uzrokuje ljutnju i mržnju. Postoji prirodna veza između uzroka i posljedica. Jednom kad se određeni uzroci i uvjeti ispune, iznimno je teško spriječiti da taj uzročni proces ne urodi plodom. Nužno je ispitati situaciju tako da na vrlo ranom stupnju čovjek može zaustaviti uzročni proces. U tom se slučaju on neće razviti do naprednog stupnja. U budističkom tekstu *Vodič za življenje Bodhisattve*, veliki učenjak Shantideva govori kako je vrlo važno pobrinuti se da *osoba* ne dođe u situaciju koja vodi k nezadovoljstvu, jer je nezadovoljstvo sjeme ljutnje. To znači da čovjek mora usvojiti novi kut gledanja na materijalno bogatstvo koje posjeduje, svoje bližnje i prijatelje te na različite situacije.

Naš osjećaj nezadovoljstva, nesreće, beznađa i tako dalje, u stvari je povezan sa svim pojavama. Ako ne usvojimo ispravne nazore, moguće je da će sve i svašta kod nas uzrokovati frustraciju. Kod nekih bi ljudi i samo ime Buddhe moglo izazvati ljutnju i mržnju, premda to možda ne bi bio slučaj pri izravnom osobnom susretu takve osobe s Buddhom. Stoga sve pojave imaju moć da kod nas uzrokuju frustraciju i nezadovoljstvo. Ipak, pojave su dio stvarnosti a mi smo podložni zakonima postojanja. To nam, dakle, ostavlja samo jedan izbor: promijeniti vlastiti stav. Uvodeći promjene u svoje poglede na stvari i događaje, sve pojave mogu postati prijatelji ili izvori sreće, umjesto neprijatelji ili izvori frustracije.

Međutim, osobit je slučaj kad imamo neprijatelja. Naravno, s jedne strane, imati neprijatelja vrlo je loše. Lišava nas mira uma i uništava neke od naših vrlina. Ali ako to sagledamo iz drugog kuta, samo nam neprijatelj pruža priliku da vježbamo strpljenje. Nitko nam drugi ne daje toliko prilike za toleranciju. Na primjer, kao budist, mislim da nam je Buddha potpuno uskratio priliku da vježbamo toleranciju i strpljenje. Neki članovi *sanghe* nam je mogu pružiti, ali inače to je vrlo rijetko. Budući da ne poznajemo pet milijardi ljudi na ovoj Zemlji, većina nam ljudi ne daje priliku pokazati toleranciju ili strpljenje. Samo oni ljudi koje poznajemo i koji nam stvaraju probleme uistinu nam pružaju dobru priliku za vježbanje tolerancije i strpljenja.

Gledano iz tog kuta, neprijatelj je najveći učitelj u našoj praksi. Shantideva je sjajno objasnio kako su naši neprijatelji ili oni koji nam nose zlo, zapravo oni koji zavrjeđuju naše poštovanje i koje moramo gledati kao naše vrsne učitelje. Netko bi se mogao usprotiviti govoreći kako svoje neprijatelje ne možemo smatrati vrijednim poštovanja zato što nam oni nemaju namjeru pomoći; činjenica da je nešto za nas poučno i korisno samo je plod slučajnosti. Shantideva kaže - ako je tomu tako zašto onda mi koji prakticiramo budizam smatramo stanje prestanka dragocjenim utočištem, kad je prestanak samo stanje uma i kao takvo nema nam namjeru pomoći. Netko bi na to mogao reći da premda je to istina, prestanak nam barem ne želi nanijeti zlo, dok nam naši neprijatelji, upravo suprotno želi da nam pomognu, u biti namjeravaju nanijeti zlo. Stoga, neprijatelja ne možemo poštovati. Shantideva kaže kako je upravo ta namjera da nas se povrijedi ono što našeg neprijatelja čini posebnim. Kad nam neprijatelj ne bi želio nanijeti zlo tada ga ne bismo mogli nazvati neprijateljem, pa bi zbog toga naš stav prema njemu bio potpuno drukčiji. Upravo je namjera da nam se nanese zlo ono što tu osobu svrstava u naše neprijatelje, na taj nam način neprijatelj daje priliku da vježbamo toleranciju i strpljenje. Dakle, neprijatelj je doista vrstan učitelj. Budete li ovako razmišljali na koncu ćete biti u stanju smanjiti negativne mentalne stavove i emocije, najposlije mržnju.

Ljudi ponekad misle kako je ljutnja korisna jer im daje dodatnu energiju i neustrašivost. Kad naiđemo na teškoće možemo doživjeti ljutnju kao svog zaštitnika. Ali iako nam ljutnja daje više energije, ta je energija u svojoj biti slijepa. Nema jamstva da ljutnja i energija neće nanijeti štetu našim vlastitim interesima. Stoga mržnja i ljutnja nisu nimalo korisne.

Tu se javlja još jedan problem - ako uvijek budete ponizni, drugi će vas početi iskorištavati, kako tada reagirati? Odgovor je vrlo jednostavan: trebali biste reagirati mudro i zdravorazumski, bez ljutnje i mržnje. Ako situacija zahtijeva od vas da nešto poduzmete, možete bez ljutnje poduzeti protumjere. Djela koja slijede istinsku mudrost a ne ljutnju, zapravo su puno učinkovitija. Protumjera koju poduzimamo svladani ljutnjom često može krenuti krivo. U društvu koje snažno potiče natjecanje ponekad je nužno poduzeti protumjere. Ponovno možemo za primjer uzeti situaciju u Tibetu. Kao što sam ranije napomenuo, mi slijedimo put istinskog nenasilja i suosjećanja, no to ne znači da se trebamo samo pokloniti pred postupcima agresora i predati se.

Postoji još jedan način za vježbanje - svjesno preuzimanje tuđe patnje na sebe. Mislim na situacije u kojima sudjelovanjem i postupanjem na određeni način postajemo svjesni nevolje, teškoća i problema koji su prolaznog karaktera, a istodobno smo duboko uvjereni kako će takva djela imati vrlo blagotvoran dugotrajni učinak. Zbog takvog stava i naše predanosti te želje da se postigne dugotrajni učinak, mi ponekad svjesno i namjerno na sebe preuzimamo nevolje i probleme kratkotrajnog karaktera.

Jedan od najučinkovitijih načina svladavanja snage negativnih emocija kao što su ljutnja i mržnja jest razvijanje njima suprotnih snaga, dakle pozitivnih odlika uma, a to su ljubav i suosjećanje.

IV

DAVANJE I PRIMANJE

Praktični način usmjeravanja ljubavi i

suosjećanja

Suosjećanje je najdivniji i najdragocjeniji osjećaj. Kad govorimo o suosjećanju vrijedi zapamtiti da je osnovna ljudska priroda suosjećajna i nježna - vjerujem u to. Ponekad se upustim u raspravu s prijateljima koji vjeruju kako je ljudska priroda u osnovi negativna i agresivna. Tvrdim da ćete, ako proučite ustroj ljudskog tijela, vidjeti da je vrlo srodan onim vrstama sisavaca čiji je život druželjubiv ili miran. Katkad u šali primijetim kako se naše ruke nalaze na mjestu na kojem nam omogućuju da se lako zagrlimo, a teže potučemo. Da su naše ruke namijenjene za udarce, tada nam ovi prekrasni prsti ne bi trebali. Na primjer, kad su prsti ispruženi, boksač ne može snažno udarati, mora ih saviti u šake. Stoga mislim da nam naš temeljni fizički ustroj predodređuje suosjećajnu ili nježnu prirodu.

Ako pogledamo ljudske odnose, brak i začće su iznimno važni. Kao što sam ranije rekao, brak se ne bi smio temeljiti na slijepoj zaljubljenosti ili krajnjoj vrsti lude ljubavi; trebao bi se zasnivati na uzajamnom poznavanju i shvaćanju da ste stvoreni za zajednički život. Brak ne služi za kratkotrajno zadovoljstvo, već za razvijanje smisla za odgovornost. Takva istinska ljubav pravi je temelj braka.

Ispravno začće djeteta dogodit će se kad negujemo takvu vrstu moralnog ili mentalnog stava. Dok je dijete u majčinu trbuhu, majčin mir uma ima vrlo povoljan učinak na nerođeno dijete, tvrde neki

znanstvenici. Ako je majčino mentalno stanje negativno, na primjer ako je razdražena ili ljuta, to je vrlo štetno za zdravlje i razvoj nerođenog djeteta. Jedan mi je znanstvenik rekao da je prvih nekoliko tjedana nakon rođenja najvažnije razdoblje jer se tijekom tog vremena povećava djetetov mozak. Tijekom tog razdoblja dodir majke ili nekoga drugog tko igra ulogu majke od presudnog je značenja. To pokazuje da premda dijete možda ne zna tko je tko, ono fizički treba nečiju ljubav. Uskrati li mu se ta ljubav, nastaje velika opasnost za zdravi razvoj njegova mozga.

Nakon rođenja, prvo što majka treba učiniti za dijete jest podojiti ga svojim hranjivim mlijekom. Ako majka ne osjeća privrženost ili nježne osjećaje za dijete, tada mlijeko neće poteći. Ako majka "hrani" svoje dojenče nježnim osjećajima, unatoč bolesti ili tegobama mlijeko će nesputano teći. Takav stav je dragocjeni dragulj. Međutim, s druge strane, ako dijete ne osjeća bliskost s majkom, ono neće htjeti sisati. To pokazuje koliko je bitan osjećaj privrženosti s jedne i s druge strane. To je početak našega života.

Slično je i s obrazovanjem, iz vlastitog iskustva znam da lekcije koje naučimo od učitelja koji nisu samo vrsni stručnjaci, već pokazuju duboku privrženost za svoje učenike, ostaju duboko ukorijenjene u naš um. S lekcijama koje smo dobili od drugih učitelja to nije slučaj. Unatoč tome što osjećamo potrebu za učenjem, bojimo li se učitelja, novo gradivo neće nam se urezati u pamćenje. Puno ovisi o privrženosti učitelja.

Slično tome, kad odemo u bolnicu, bez obzira na liječnikovu stručnost, ako on ili ona pokažu duboke osjećaje i iskrenu brigu za nas, te ako se smiješe, osjećat ćemo se dobro. Ali ako liječnik pokaže vrlo malo ljudskih osjećaja, čak i ako je izvrstan stručnjak, osjećat ćemo se nesigurno i uplašeno. Takva je ljudska priroda.

Na koncu, promislimo o svom životu. U ranoj mladosti i isto tako u starosti silno ovisimo o privrženosti drugih. Između ta dva razdoblja obično osjećamo da možemo postići sve bez pomoći drugih te da nam privrženost drugih ljudi naprosto nije važna. No mislim kako je iznimno važno i u tom razdoblju njegovati duboki osjećaj privrženosti. Kad se ljudi u velikim gradovima osjećaju usamljenima, to ne znači da im nedostaju bliske osobe, već da sami ne njeguju osjećaj privrženosti. Kao posljedica toga, njihovo mentalno zdravlje na koncu biva jako narušeno. S druge strane, ljudi koji odrastu okruženi ljubavlju iskusit će puno zdraviji i lakši razvoj tijela, uma i ponašanja. Djeca koja su odgajana u okružju bez ljubavi, obično razvijaju negativnije stavove. Također, kako

sam već spomenuo, ljudskom je tijelu potreban mir uma. Ono što nas uznemirava ima vrlo loš učinak na naše zdravlje. To nam pokazuje da je cijeli ustroj našega zdravlja takav da mu odgovara okruženje ispunjeno ljubavlju. Dakle, naša sposobnost za suosjećanje je tu. Jedino je pitanje jesmo li je svjesni i koristimo li je.

Osnovna svrha ovog mog objašnjenja bila je da vam pokažem kako smo mi po prirodi suosjećajna bića te da je suosjećanje nešto zbilja nužno i nešto što možemo razviti. Različite filozofije i tradicije na različite načine tumače smisao ljubavi i suosjećanja. Neki od mojih prijatelja kršćana vjeruju da se ljubav ne može razviti bez Božje milosti, drugim riječima da bismo razvili ljubav i suosjećanje potrebna nam je vjera. Budističko tumačenje kaže da se istinsko suosjećanje zasniva na jasnom prihvaćanju ili shvaćanju da drugi, baš kao i mi sami, žele sreću i imaju pravo svladati patnju. Na tom temelju čovjek počinje razvijati jednu vrstu skrbi za dobrobit drugih, bez obzira na stav koji ima o samome sebi. To je suosjećanje.

Vaša ljubav i suosjećanje koje osjećate za svoje prijatelje u puno slučajeva zapravo je vezanost. Taj se osjećaj ne zasniva na shvaćanju da sva bića imaju jednako pravo da budu sretna i nadvladaju patnju. Umjesto toga, on se zasniva na ideji da je nešto 'moje', netko 'moj prijatelj' ili da je nešto dobro za 'mene'. To je vezanost. Stoga, kad se osjećaji jedne osobe prema vama promijene, vaš osjećaj bliskosti istog trena nestaje. Međutim, kad se radi o suosjećanju onda razvijate jednu vrstu skrbi za drugu osobu bez obzira kako se ona odnosi prema vama, naprosto zato što je ta osoba vaš bližnji i ima pravo nadvladati patnju. Bez obzira na to hoće li ta osoba ostati neutralna prema vama ili čak postati vaš neprijatelj, vaša skrb trebala bi ostati nepromijenjena zbog njegova ili njezina prava na svladavanje patnje. U tome je glavna razlika. Istinsko suosjećanje puno je zdravije; ono je nepristrano i temelji se na razumu. Suprotno tome, vezanost je uskogrudna i pristrana.

U biti, istinsko suosjećanje potpuno je suprotno od vezanosti. Prema budističkoj praksi, kako biste razvili istinsko suosjećanje najprije morate vježbati meditaciju izjednačenja i spokoja, odvajajući se od onih ljudi koji su vam vrlo bliski. Zatim se morate osloboditi negativnih osjećaja prema svojim neprijateljima. Sva bi živa bića trebalo smatrati jednakima. Na toj osnovi, možete postupno razviti istinsko suosjećanje za sve njih. Tu se mora reći da istinsko suosjećanje nije isto što i sažaljenje ili osjećaj da su drugi na neki način manje vrijedni od nas. Upravo suprotno, kad istinski

suosjećate, smatrate druge važnijima od sebe.

Kao što sam već ranije istaknuo, da bismo razvili istinsko suosjećanje najprije moramo vježbati mir. To postaje vrlo važno jer ako ne njegujemo osjećaj spokoja za sve, naši osjećaji za druge bit će pristrani. Sada ću navesti kratak primjer budističke vježbe meditacije za razvijanje spokoja. Prvo trebate zamisliti malu skupinu ljudi koje poznajete, kao što su vaši prijatelji i rođaci za koje ste vezani. Drugo, trebate zamisliti ljude prema kojima ste potpuno ravnodušni. I treće, zamislite ljude koje ne volite. Jednom kad ste zamislili te različite ljude, trebali biste pokušati dovesti um u njegovo prirodno stanje i razmisliti kako obično reagirate pri susretu s tim ljudima. Zamijetit ćete da bi vaša prva reakcija bila vezanost za prijatelje, neprijateljstvo spram onih koje smatrate neprijateljima i potpuna ravnodušnost spram onih koje smatrate neutralnima. Tada biste se trebali preispitati. Trebali biste usporediti učinke dvaju suprotnih stavova koje njegujete spram prijatelja i neprijatelja te uvidjeti zašto osjećate takva nestalna stanja uma spram te dvije skupine ljudi. Trebali biste uočiti kakve učinke imaju takve reakcije na vaš um i pokušati shvatiti kako je beskorisno odnositi se spram njih na isključiv način. Već sam govorio o prednostima i manama koje imaju osjećaji mržnje i ljutnje spram neprijatelja, isto tako rekao sam nešto o negativnim posljedicama pretjerane vezanosti za prijatelje i slično. Trebali biste promisliti o ovome, a zatim nastojati svoje snažne osjećaje prema tim dvjema suprotnim skupinama ljudi svesti na najmanju moguću mjeru. Zatim biste, što je najvažnije, trebali promisliti o temeljnoj jednakosti između sebe i svih živih bića. Baš kao što imate instinktivnu prirodnu želju da budete sretni i svladate patnju, isto je tako imaju sva živa bića; jednako kao što vi imate pravo ispuniti tu svoju unutarnju težnju, imaju ga i sva ostala živa bića. Na temelju čega onda diskriminirate? Pogledamo li čovječanstvo kao jednu cjelinu, mi smo društvena bića. Štoviše, strukture suvremenog gospodarstva, obrazovanja i slično pokazuju da svijet postaje sve manji i mi sve više ovisimo jedni o drugima. Pod takvim okolnostima mislim kako je naš jedini izbor živjeti i raditi zajedno u skladu i uvijek imati na umu interese cijelog čovječanstva. To je jedini svjetonazor koji moramo razviti zbog vlastitog opstanka.

Po svojoj prirodi, napose stoga što sam ljudsko biće, moji interesi nisu neovisni o drugima. Moja sreća ovisi o sreći drugih. Stoga kad vidim sretnu osobu, automatski se i sam osjećam sretnije nego kad vidim osobu u teškoj situaciji. Na primjer, kad na televiziji vidimo prizore gladi u

Somaliji, gdje pate starci i djeca, automatski osjećamo tugu, bez obzira na to može li im ta tuga pomoći ili ne.

K tome, u našem svakodnevnom životu uživamo mnoge pogodnosti kao što su primjerice kuće s klima uređajima. Sve te stvari i pogodnosti postaju moguće ne zahvaljujući nama, već zahvaljujući mnogim drugim ljudima i njihovom izravnom ili neizravnom doprinosu. Sve se to udružilo. Nemoguće se vratiti načinu življenja od prije nekoliko stoljeća kad smo rabili samo najjednostavnija oruđa, a ne sve ove strojeve. Naravno, jasno nam je da su sve pogodnosti koje sada uživamo proizvod aktivnosti mnogih ljudi. Tijekom 24 sata spavate u krevetu - mnogi su ljudi tome dali svoj doprinos, kao i pripremanju vaše hrane, osobito za one koji nisu vegetarijanci. Slava je zasigurno zasluga drugih ljudi - bez nazočnosti drugih ljudi pojam slave ne bi imao nikakvog smisla. Isto tako, interesi Europe ovise o interesima Amerike, dok interesi zapadne Europe ovise o gospodarskoj situaciji u istočnoj Europi. Svaki kontinent u velikoj mjeri ovisi o ostalima, to je stvarnost. Dakle, mnoge stvari koje priželjkujemo, kao npr. bogatstvo, slava i tako dalje, ne mogu se ostvariti bez aktivnog ili neizravnog sudjelovanja i suradnje mnogih drugih ljudi.

Stoga, budući da svi imamo jednako pravo na sreću i svi smo međusobno povezani, bez obzira koliko je važan pojedinac, logično je da je interes ostalih pet milijardi ljudi na ovom planetu važniji od interesa pojedinca. Počnete li razmišljati na taj način, na koncu ćete razvili osjećaj sveopće odgovornosti. Suvremeni problemi s okolišem kao što su rupe u ozonskom omotaču, upućuju na potrebu svjetske suradnje. Čini se da je s napretkom cijeli svijet postao puno manji, ali razvoj ljudske svijesti još uvijek kaska za njim.

Tu se ne radi o religijskoj praksi već o budućnosti čovječanstva. Ta vrsta šireg altruističkog stajališta iznimno je bitna u današnjem svijetu. Ako sagledamo situaciju iz različitih kutova, kao što su kompleksnost i unutarnja povezanost prirode suvremenog življenja, tad ćemo postupno zamijetiti promjenu u svojim nazorima tako da kad kažemo "drugi" i mislimo na druge, nećemo ih i dalje odbacivati kao nešto što je nebitno za nas. Nećemo više biti ravnodušni.

Ako mislite samo na sebe, ako zaboravljate na prava i dobrobit drugih ili još gore, ako izrabljujete druge, na koncu ćete izgubiti. Nećete imati prijatelja koji će iskreno skrbiti za vašu dobrobit. Štoviše, ako vam se dogodi nešto tragično, umjesto da se brinu, drugi bi se mogli potajno

radovati. Nasuprot tome, ako je čovjek suosjećajan i altruist i ima na umu interese drugih, tad će bez obzira na to pozna je li puno ljudi ili ne, odmah steći prijatelje. Kad se takva osoba suoči s tragedijom, mnoštvo će mu ljudi priteći u pomoć.

Istinsko prijateljstvo temelji se na iskrenoj ljudskoj privrženosti, a ne na novcu ili moći. Dakako, zbog vaše moći ili bogatstva možda će vam prilaziti više ljudi sa širokim osmjesima ili darovima, no duboko u sebi znat ćete da vam to nisu pravi prijatelji već da su prijatelji našeg bogatstva ili moći.

Iskreno ljudsko prijateljstvo temelji se na ljudskoj privrženosti bez obzira na vaš položaj. Stoga, što se više brinete za dobrobit i prava drugih, bit ćete iskreniji prijatelj. Što ste iskreniji i otvoreniji, na koncu ćete imati više dobrobiti. Zato ponekad kažem ljudima da ako smo uistinu sebični, tada je mudra sebičnost puno bolja od neuke sebičnosti i uskogrudnosti.

Za budiste je razvoj mudrosti vrlo bitan - pod time mislim na mudrost koja shvaća konačnu prirodu stvarnosti *Shunyata*. Shvaćanje *Shunyata* daje vam barem nekakav osjećaj smirenosti u vezi s prestankom. Jednom kad razvijete osjećaj za mogućnost prestanka, postat će vam jasno da patnja nije konačna i da postoji alternativa. Ako postoji alternativa, onda je ista vrijedna našega truda. Kad bi postojale samo dvije od četiri Buddhine plemenite istine, patnja i uzrok patnje, to ne bi imalo previše smisla. Međutim, druge dvije plemenite istine, uključujući i prestanak patnje, pokazuju put k alternativnom načinu življenja. Postoji mogućnost prestanka patnje. Dakle, vrijedi se potruditi spoznati prirodu patnje. Zato je mudrost iznimno bitna za beskonačno povećavanje suosjećanja.

Dakle, tako se osoba upušta u prakticiranje budizma: primjenjujući svoju mudrost, inteligenciju i razumijevanje prirode stvarnosti, zajedno s vještinom razvijanja suosjećanja. Mislim da u svakodnevnom životu te u svim vrstama profesionalnog rada možete primijeniti ovu suosjećajnu motivaciju.

Dakako, na polju obrazovanja, nema sumnje da je suosjećajna motivacija važna. Bez obzira na to jeste li vjernik ili nevjernik, suosjećanje sa životom ili budućnošću vaših učenika, a ne samo s njihovim ispitima, ono je što će vaš učiteljski rad učiniti učinkovitijim. Pokažete li takvu motivaciju, mislim da će vas vaši učenici pamti cijeli svoj život.

Slično tome, kad se radi o zdravlju, postoji jedna tibetska izreka koja kaže da učinkovitost tretmana ovisi o tome koliko je liječnik srdačan. Na temelju te izreke kad tretman nekog liječnika ne uspije, ljudi krive liječnikov karakter pretpostavljajući da on ili ona nisu dobre osobe. Jadni liječnik katkad tako stekne vrlo loš glas! Stoga na području zdravlja nema dvojbe da je suosjećajna motivacija nešto vrlo bitno.

Mislim da se to također odnosi i na odvjetnike i političare. Kad bi političari i odvjetnici imali više suosjećajne motivacije, bilo bi puno manje skandala. Kao rezlutat, cijela bi zajednica iskusila više mira. Mislim da bi rad političara postao učinkovitiji i bio više cijenjen.

Na posljetku, po mom mišljenju, najgora stvar je ratovanje. No ipak, rat u kojem su uključene ljudske emocije i suosjećanje manje je destruktivan od mehaničkog ratovanja koje je potpuno lišeno ljudskog osjećaja..

Također mislim da suosjećanje i osjećaj odgovornosti također spadaju u područje znanosti i tehnike. Naravno, sa čisto znanstvenog stajališta, užasna oružja poput atomske bombe izvanredna su dostignuća. Ali možemo reći da su to negativna otkrića jer donose neizmjernu patnju. Stoga ako ne uzmemo u obzir ljudsku patnju, ljudske osjećaje i suosjećajnost, nema granice između dobra i zla. Dakle, ljudsko suosjećanje svuda doseže.

Meni je malo teže primijenili ovo načelo suosjećanja na područje gospodarstva. Ali ekonomisti su ljudska bića i stoga, naravno, trebaju ljudsku privrženost bez koje bi patili. Međutim, ako mislite samo na zaradu bez obzira na posljedice, onda raspačivači droge nisu loši budući da s gospodarskog stajališta ostvaruju ogromnu zaradu. Ali budući da je ono što čine vrlo štetno za ljudsko društvo i zajednicu, mi to smatramo lošim, a te ljude nazivamo kriminalcima. Ako je tome tako, tad mislim da trgovci oružjem spadaju u istu kategoriju. Trgovina oružjem jednako je tako opasna i neodgovorna.

Iz tih razloga mislim da ljudsko suosjećanje ili ono što katkad nazivam ljudskom privrženosti, igra glavnu ulogu u svim ljudskim poslovima. Baš kao što vidite da povezani dlanom svih pet prstiju na vašoj ruci postaje korisno, jer da nema dlana svih bi pet prstiju bilo beskorisno. Slično tome, svako ljudsko djelo bez ljudskog osjećaja postaje opasno. S ljudskim osjećajem i poštivanjem ljudskih vrijednosti svako ljudsko djelo postaje stvaralačko.

Čak i religija, koja je navodno dobra za Čovječanstvo, bez osnovnog ljudskog suosjećanja može postati prljava. Nažalost, čak i danas ima

problema koji su nastali isključivo zbog različitih religija. Dakle, ljudsko je suosjećanje nešto temeljno. Ako je prisutno suosjećanje, sve ljudske aktivnosti postaju korisnije.

Općenito govoreći, imam dojam da se u obrazovanju i nekim drugim područjima dosta zanemaruje ljudska motivacija. Možda je u drevno doba religija trebala na sebe preuzeti tu odgovornost. Ali danas se religija u ljudskoj zajednici doima pomalo staromodnom, pa ljudi gube zanimanje za nju i za dublje ljudske, vrijednosti. Ipak, mislim da bi to trebale biti dvije odvojene stvari. Ako osjećate poštovanje ili zanimanje za religiju, to je dobro. Ali ako vas religija ne zanima, ne biste trebali zaboraviti važnost dubljih ljudskih vrijednosti.

Postoje različiti pozitivni učinci povećavanja vlastitog suosjećanja. Jedan od njih je to što će veća snaga suosjećanja povećati vašu otpornost u suočavanju s nevoljama i vašu sposobnost njihove preobrazbe u pozitivnije okolnosti. Jedan oblik vježbe koji je vrlo učinkovit nalazi se u klasičnom budističkom tekstu *Vodič za život Bodhisattve*. U toj vježbi zamislite svoje staro ja, utjelovljenje egocentričnosti, sebičnosti i tako dalje, a onda zamislite skupinu ljudi koji predstavljaju mnoštvo ostalih živih bića. Zatim usvojite stajalište neke treće osobe koja je neutralan, nepristran promatrač, pa usporedite procjenu vrijednosti, interesa i važnosti te dvije skupine. Također pokušajte promisliti o pogreškama kad ste bili potpuno nesvjesni osjećaja drugih živih bića, te što je to staro ja zapravo postiglo kao rezultat takvog načina življenja. Zatim razmislite o svim drugim živim bićima i sagledajte koliko je važno njihovo zadovoljstvo i blagostanje, koliko je potrebno da im služite te vidite što biste vi kao treća osoba, neutralni promatrač, zaključili čiji su interesi i zadovoljstvo važniji. Tako ćete prirodno početi osjećati naklonost prema bezbrojnim drugim bićima.

Također mislim da što je jači vaš altruizam prema svim živim bićima, to postajete hrabriji. Što je veća vaša hrabrost, to manje osjećate sklonost obeshrabrenju i gubitku nade. Stoga je suosjećanje također izvor unutarnje snage. S povećavanjem unutarnje snage moguće je razviti čvrstu odlučnost, a uz odlučnost veće su šanse za uspjeh, ma kakve prepreke bile. S druge strane, ako osjećate neodlučnost, strah i nedostatak samopouzdanja, tada često razvijate pesimistična stajališta. Držim da je to istinski korijen neuspjeha. S pesimističnim stajalištem ne možete postići čak ni ono što biste lako mogli. Međutim, čak i kad je nešto teško postići, ako imate nepokolebljivu odlučnost na koncu postoji mogućnost uspjeha. Stoga je čak i u konvencionalnom smislu

suosjećanje vrlo bitno za uspjeh u budućnosti.

Kao što sam ranije istaknuo, ovisno o razini vaše mudrosti, postoje različite razine suosjećanja, kao što su suosjećanje koje je motivirano istinskim uvidom u konačnu prirodu stvarnosti, suosjećanje koje je motivirano poštivanjem netrajne prirode postojanja i suosjećanje koje je motivirano svjesnošću patnje drugih živih bića. Razina vaše mudrosti ili dubina vašeg uvida u prirodu stvarnosti određuje razinu suosjećanja koju ćete iskusiti. S budističkog stajališta, suosjećanje povezano s mudrošću od najveće je važnosti. To je kao da je suosjećanje vrlo iskrena osoba, a mudrost vrlo sposobna osoba - ako se udruže, rezultat je iznimno učinkovit.

Ja vidim suosjećanje, ljubav i opraštanje kao zajednički temelj svih različitih religija, bez obzira na tradiciju ili filozofiju. Premda postoje temeljne razlike između različitih religijskih ideja, kao što je prihvaćanje Svemogućeg Stvoritelja, svaka religija poučava nas istoj poruci: budite srdačne osobe. Sve naglašavaju važnost suosjećanja i opraštanja. U stara vremena kad su različite religije imale sjedište na različitim mjestima i kad je komunikacija među njima bila manja, nije bilo potrebe za pluralizmom između različitih religijskih tradicija. No danas je svijet postao puno manji, pa je i komunikacija između različitih vjera postala puno veća. Pod takvim okolnostima, mislim da je pluralizam među vjernicima od najveće važnosti. Jednom kad putem nepristranog, objektivnog proučavanja sagledate koliko su različite religije unaprijedile čovječanstvo tijekom stoljeća, imat ćete dovoljno razloga da prihvatite ili poštujete sve religije. Na koncu, među ljudima je toliko različitih mentalnih sklonosti da niti jedna religija, ma kako duboka bila, ne može zadovoljiti sve različite vrste ljudi.

Na primjer, danas, unatoč velikoj razlici među religijskim tradicijama većinu ljudi ne privlači religija. Od pet milijardi ljudi, mislim da je tek jedna milijarda zaista religioznih ljudi. Premda mnogi kažu: "Moja obitelj pripada kršćanskoj, muslimanskoj i budističkoj tradiciji, pa sam ja kršćanin, musliman ili budist, istinski vjernici u svakodnevnom životu a osobito kad dođu u tešku situaciju, shvate da su pripadnici određene religije. Time mislim na one koji kažu: "Ja sam kršćanin", a pritom misle na Boga, mole se Bogu i ne pokazuju negativne emocije. Takvih vjernika mislim da ima manje od milijardu na zemlji. Ostatak čovječanstva od četiri milijarde ljudi, ostaju u pravom smislu te riječi nevjernici. Dakle, jedna religija očigledno ne može zadovoljiti cijelo čovječanstvo. U takvim okolnostima različitost religija zapravo je nužna i korisna, stoga

je logično i razumno da sve religije djeluju i žive u skladu, međusobno si pomažući. Odnedavno se vidi povoljan razvoj i zamijetio sam kako se uspostavljaju bliske veze između različitih religija.

Dakle, kad promislimo o pogreškama sebičnog načina razmišljanja i življenja te kad smo razmotrili povoljne učinke usmjeravanja pozornosti na zadovoljstvo drugih živih bića i rada za njihovu dobrobit, kad smo se u to uvjerali, postaje jasno koliko su važne budistička meditacija i vježba poznata pod nazivom 'vježbanje davanja i primanja'. One su posebno namijenjene promicanju naše sposobnosti suosjećanja i ljubavi spram drugih živih bića. Vježba se sastoji u zamišljanju kako preuzimamo na sebe patnju, bol, negativnost i nepoželjna iskustva drugih živih bića. Zamišljate kako na sebe preuzimate patnje drugih, a onda im dajete ili dijelite s njima vlastite vrline kao što su povoljna stanja uma, vaša pozitivna energija, vaše bogatstvo, sreća itd. Takav oblik vježbe, premda ne može uistinu dovesti do smanjenja patnje živih bića ili do porasta vaših vrlina, ona psihološki uzrokuje preobrazbu u vašem umu tako učinkovito da uvelike pojačava vaš osjećaj ljubavi i suosjećanja.

Pokušaj da se vježba provodi u svakodnevnom životu vrlo je učinkovit i može vrlo snažno utjecati na um i zdravlje. Ako mislite da vrijedi pokušati, tada biste bez obzira na to jeste li vjernik ili niste trebali razvijati te osnovne ljudske vrline.

No, jedno morate zapamtiti: ove mentalne preobrazbe traju dugo i nisu lake. Mislim da neki ljudi sa Zapada, gdje je tehnologija vrlo razvijena, misle kako se sve odvija automatski. Ne biste trebali očekivati duhovnu preobrazbu u kratkom razdoblju. To je nemoguće. Imajte to uvijek na umu i neprestano ulazite napor, pa ćete nakon jedne, pet, deset ili petnaest godina osjetiti promjenu. Još uvijek je čak i meni ponekad teško provoditi tu vježbu. Unatoč tome, uistinu vjerujem da su takve vježbe neizmjerljivo korisne. Moj omiljeni citat iz Shantidevine knjige glasi. "Dok god ima živih bića, dok god ima svemira, ostat ću tu da bih služio, da bih dao svoj mali doprinos za dobrobit drugih".

V

MEĐUOVISNOST, MEĐUSOBNA**POVEZANOST I PRIRODA****STVARNOSTI**

Kad razgovaramo o međuovisnosti, međusobnoj povezanosti i prirodi stvarnosti, prvo pitanje koje se nameće glasi: "Što je vrijeme?" Ne možemo odrediti vrijeme kao neku vrstu neovisnog entiteta. Općenito govoreći postoje vanjske stvari i unutarnji osjećaji ili iskustva. Ako polazimo od vanjske stvarnosti, možemo reći da postoje prošlost, sadašnjost i budućnost. Ako poblizje razmotrimo 'sadašnjost' npr. godinu, mjesec, dan, sat, minutu i sekundu, ne možemo je pronaći. Sadašnjosti nema. Ako nema sadašnjosti, onda je teško govoriti o prošlosti i budućnosti, zato što obje ovise o sadašnjosti. Stoga, ako promatramo vanjske stvari čini se da je prošlost u našem sjećanju, a budućnost u mašti, tek vizija.

Međutim, razmotrimo li unutarnja iskustva ili stanja svijesti, prošlosti više nema, budućnost još nije počela, postoji samo sadašnjost. Dakle, stvari se kompliciraju ako razmišljamo na takav način. To je priroda međuovisnosti koja se na sanskrtu zove *pralllyasamutpada*. Ovo je vrlo korisna zamisao koju svrstavam u svoje omiljene teme.

Postoje dvije razine međuovisnosti: površna razina i dublja razina. Najprije ću se pozabaviti površnom razinom. Kad govorimo o budističkom načelu međuovisnosti što se obično naziva 'međuovisnim postankom', moramo imati na umu da postoji mnogo različitih razina

shvaćanja tog načela. Površna razina shvaćanja tog načela jest međuovisna priroda odnosa između uzroka i posljedice. Dublja razina shvaćanja tog načela puno je sveobuhvatnija i u stvari obuhvaća čitav niz stvarnosti. Načelo međuovisnosti postanka u odnosu na uzrok i posljedicu kaže da ništa ne može nastati bez odgovarajućeg uzroka i okolnosti, sve nastaje kao rezultat nagomilavanja uzroka i okolnosti.

Ako pogledamo zakon prirode, vidjet ćemo da ga nisu stvorili ni karma ni Buddha, već je priroda jednostavno takva. Smatramo da se budizam razvio u skladu sa zakonom prirode. Stoga, naši doživljaji patnje i boli, užitka i radosti u cijelosti ovise o njihovim uzrocima i okolnostima. Zbog tog prirodnog odnosa između uzroka i posljedice, budističko načelo kaže da što manje želimo doživjeti neko iskustvo, događaj ili pojavu, tim veći napor moramo uložiti u sprječavanje nagomilavanja njegovih uzroka i okolnosti, tako da možemo spriječiti njegov nastanak. Što prije želimo određeni događaj, ishod ili iskustvo, tim veću pozornost moramo usmjeriti kako bismo se pobrinuli da se uzrok i okolnosti nakupe, kako bismo mogli uživati u konačnom ishodu.

Osobno vjerujem da je veza između uzroka i posljedice također jedna vrsta zakona prirode. Mislim da se ne može racionalno objasniti zašto posljedice neizbježno prate svoje uzroke i okolnosti. Na primjer, kaže se da negativna emotivna stanja kao što su ljutnja i mržnja imaju vrlo narušavajuće posljedice; budistički spisi kažu da je jedna od posljedica mržnje i ljutnje ružnoća. Međutim, nema potpuno racionalnog objašnjenja *kako* ružnoća nastaje kao posljedica negativne emocije. Unatoč tome, čovjek to može shvatiti zato što kad osjetite snažnu ljutnju ili mržnju vaše se crte lica promijene i lice postaje ružno. Slično tome, određene vrste mentalnih i spoznajnih emotivnih stanja istog časa donose pozitivnu promjenu izraza lica. Ta vam stanja daju prisebnost, smirenost i spokoj te mogu dovesti do poželjnog ishoda. Dakle, tu se vidi vrsta veze, ali ne i potpuno racionalno objašnjenje.

Međutim, možemo reći da postoje neka emocionalna stanja kao što je istinsko duboko suosjećanje, koja su pozitivna. No u trenutku kad se pojave u našem srcu, može se zamijetiti kako ne osjećamo radost. Primjerice, čovjek može biti potpuno pod utjecajem suosjećanja, te zato i sam osjećati patnju osobe s kojom suosjeća. U tom slučaju moglo bi se ustvrditi, u skladu s onim što smo maloprije rekli, da suosjećanje nije pozitivan uzrok. Ali tu mislim kako moramo shvatiti da, premda je istina da kao posljedica suosjećanja on osjeća kako sudjeluje u patnji

druge osobe, on u tom trenutku osjeća bol do određene mjere, međutim, ta je bol potpuno drukčija od patnje potištene, očajne, bespomoćne i beznadne osobe. Kad se radi o suosjećanju s patnjom, i sami osjećamo jednu vrstu boli i veliku napetost, ali ne osjećamo gubitak kontrole zato što smo na neki način dragovoljno na sebe pruzeli patnju drugoga. Dakle, ova emotivna stanja mogu se doimati kao da imaju sličan ishod, ali ona su potpuno različita. Kad se radi o stvarnoj patnji, ona može biti tako jaka da osoba gubi kontrolu i predaje se, za razliku od suosjećanja s patnjom drugih pri kojem zadržavamo nadzor nad svojim mislima.

Sad, ako razumijete koliko je bitno cijeliti međuovisni odnos uzroka i posljedice, zacijelo ćete cijeliti učenje četiri plemenite istine. Čitavo učenje četiri plemenite istine temelji se na načelu uzročnosti. Kako bi se načelo uzročnosti o kojem govorimo potanko objasnilo, treba pročitati Buddhino učenje o Dvanaest veza ovisnog postanka. U njemu je Buddha ustvrdio da kad postoji određeni uzrok, uslijedit će i njegove posljedice; budući da je nastao uzrok, znači da je postojalo neznanje koje je onda dovelo do aktivnosti ili karme.

Tu su, dakle, tri tvrdnje. Jedna kaže da zato što postoji uzrok slijede posljedice; zbog nastanka uzroka nastale su i posljedice; zbog neznanja došlo je do aktivnosti. Prva tvrdnja s potvrdnog stajališta kaže da kad se nagomilaju uzroci, posljedice će prirodno uslijediti. Ono što je u toj tvrdnji također sadržano jest da posljedice nastaju isključivo zbog nagomilavanja uzroka i okolnosti koje pogoduju njihovom nastanku, a da osim uzročnog procesa nema izvanjske sile ili moći kao što je Stvoritelj ili slično, koje bi uzrokovale nastanak ovakvih pojava.

Druga tvrdnja ponovno ističe važne odlike ovisnog postanka i kaže da uzrok koji izaziva posljedicu i sam mora imati svoj uzrok. Ako je uzrok vječan, trajan, apsolutan entitet, onda takav entitet ne može sam po sebi biti uzrok nečemu drugome. Ako je tako, onda on nije u stanju proizvesti posljedice. Stoga, najprije mora postojati uzrok; drugo, upravo taj uzrok mora i sam imati uzrok.

Treća tvrdnja ističe bitno svojstvo načela ovisnog postanka. Kaže da posljedica mora biti srazmjerna uzroku, među njima mora postojati sklad. Ne može bilo što proizvesti bilo što; mora postojati posebna veza između uzroka i posljedice. Buddha daje primjer kako neznanje dovodi do aktivnosti. Ovdje se nameće pitanje: "Tko poduzima tu aktivnost?" To je živo biće koje je počinilo neko djelo motivirano neznanjem te na taj način stvara vlastitu propast. Budući da ne postoji živo biće koje želi

nesreću ili patnju, samo iz neznanja čovjek poduzima aktivnosti koje mogu proizvesti nepoželjne posljedice.

Tako otkrivamo da svih Dvanaest odnosa ovisnog postanka možemo svrstati u tri vrste pojava. Prvo, bolne emocije; drugo, karmičko djelovanje i njegovi dojmovi; treće, posljedica - patnja. Dakle, najvažnija poruka jest da je patnja nešto što ne želimo, ali nastaje kao posljedica ili rezultat neznanja. Buddha nije ustvrdio da je patnja posljedica svjesnosti. Da je tako, onda bi proces oslobođenja ili pročišćenja zasigurno uključivao završetak upravo tog tijeka svijesti. Jedna pouka koju možemo izvući iz ovog učenja jest da patnja koja je duboko ukorijenjena u bolnim i negativnim emocijama i mislima, može prestati. Tog se stanja neznanja možemo osloboditi postizanjem uvida u prirodu stvarnosti. Sada vidimo da načelo ovisnog postanka pokazuje kako je svih dvanaest karika u lancu razvoja postanka koji omogućuje ulazak pojedinca u krug rađanja i umiranja, međusobno povezano.

Ako bismo sada primijenili tu međusobnu povezanost na našu predodžbu stvarnosti kao cjeline, mogli bismo steći duboki uvid. Tada bismo, na primjer, mogli cijeliti međusobno ovisnu prirodu naših interesa i interesa drugih te uvidjeti kako interesi i dobrobit ljudske vrste ovise o dobrobiti životinja koje žive na istom planetu. Slično tome, kad bismo razvili takvo shvaćanje prirode stvarnosti, bili bismo u stanju cijeliti međusobnu povezanost dobrobiti ljudskih bića i prirodnog okoliša. Mogli bismo isto tako razmotriti sadašnjost, budućnost itd. Tada bismo bili u stanju razviti cjelovito (holističko) shvaćanje stvarnosti koje bi imalo iznimno duboke implikacije.

Dakle, iz samo nekoliko riječi možemo vidjeti da nema potpuno neovisnih uzroka naše vlastite sreće. Sreća ovisi o mnogim drugim čimbenicima. Nameće se zaključak da se, želimo li imati sretniju budućnost, moramo pobrinuti za sve što je povezano s nama. To je po mom mišljenju iznimno korisno stajalište. Dosad sam govorio o načelu ovisnog postanka sa stajališta prve razine razumijevanja. U budističkim tekstovima otkrivamo važnost shvaćanja te razine ovisnog postanka. U stvari, jedan od Mahayana tekstova pod imenom *Sažetak djela* u kojem Shantideva navodi mnoge dijelove iz Buddhinih *sutri*, ističe prijeku potrebu da najprije cijelimo međusobnu povezanost svih događaja i pojava. To se može ako shvatimo kako uslijed uzročnog procesa i stjecaja okolnosti nastaju neki drugi uzroci i okolnosti; uvidimo koliko je bitno poštovati ovu dogovornu stvarnost jer upravo na toj razini shvaćamo na koji način neka iskustva dovode do nepoželjnih posljedica,

a neki uzroci, njihovo nagomilavanje i stjecaj okolnosti, mogu dovesti do poželjnih posljedica itd; te kako u stvari određeni događaji mogu izravno utjecati na našu dobrobit i iskustvo. Budući da postoji ta vrsta povezanosti, najvažnije je u prakticiranju budizma najprije razviti duboko razumijevanje stajališta s prve razine. Zatim Buddha kaže da čovjek mora nadići to razumijevanje i preispitati konačnu prirodu stvari koje se odnose jedne spram drugih na ovaj međusobno povezani način. To upućuje na Buddhino učenje o Praznini.

U svom učenju o Dvanaest odnosa ovisnog postanka Buddha kaže da, premda živa bića ne žele patnju i nezadovoljstvo, ona zbog neznanja nagomilavaju aktivnosti (karma) koje onda rezultiraju nepoželjnim posljedicama. Tu se dakle postavljaju pitanja: "Što je prava priroda neznanja? Kakav to poriv zapravo nagoni čovjeka da postupa protiv onoga što u biti želi?" Buddha time misli na ulogu negativnih emocija i misli kao što su ljutnja, mržnja, vezanost i sl. koje zasljepljuju čovjeka i sprječavaju ga da shvati prirodu stvarnosti. Kad bismo ispitali stanje čovjekova uma u trenutku kad ga obuzmu snažni osjećaji poput mržnje, ljutnje ili duboke vezanosti, otkrili bismo da on u tom trenutku ima krivu sliku o sebi, on je tad potpuno siguran da njegovo "ja" (ili druga osoba ili predmet) postoji neovisno pa ga, možda i nesvjesno, doživljava kao neku vrstu svog gospodara. On nije potpuno odvojen od tijela i uma niti ga se treba poistovjećivati s tijelom ili umom, ali u njemu ima nešto što se može definirati kao bit našeg bića ili jastvo, neka vrsta identiteta ili bića koji silno želimo dokučiti. Na temelju toga doživljavamo duboka emotivna iskustva poput vezanosti za one koje volimo, te snažnu ljutnju ili mržnju spram onih koje doživljavamo kao prijatnu itd.

Slično tome, ako preispitamo kako ustinu doživljavamo predmet svoje želje ili ljutnje, zamijetit ćemo da pritom polazimo od pretpostavke da je on neovisan entitet, nešto što zavrjeđuje želju ili mržnju. Osim u suptilnom učenju o Praznini, čak i u svakodnevnom životu često uviđamo nesrazmjer između načina na koji doživljavamo stvari i načina na koji stvari uistinu postoje. Kad to ne bi bila istina tada osjećaj da smo prevareni ne bi imao nikakvog smisla. Često nas u životu potpuno shrva razočarenje jer smo imali krive predodžbe o stvarnosti. Jednom kad se privid koji smo njegovali rasprši, shvaćamo da smo prevareni. Dakle, puno puta u svakodnevnom životu uvjerali smo se da se izgled neke situacije ne poklapa uvijek s njezinom stvarnošću.

Isto tako, kao što sam istaknuo u govoru o netrajnosti, čak i sa stajališta prolazne prirode pojava često se vidi nesrazmjer između načina

na koji doživljavamo stvari i toga kakve stvari zapravo jesu. Na primjer, kad nekoga sretnemo, kažemo: "Oh, to je ista osoba koju već dugo poznajem". Kad vidimo neki predmet također pomislimo: "Oh, to je isti predmet koji sam vidio/vidjela prekjučer". To je vrlo grub način donošenja zaključaka o stvarnosti. Ono što se uistinu događa jest miješanje slike ili predodžbe koju imamo o nečemu i istinske stvarnosti trenutka. Zapravo je osoba ili predmet koju promatramo već prošla kroz različite stadije. Ta je stvar ili osoba dinamična, prolazna, trenutna, ono što promatramo sada nikako ne može biti jednako onome što smo vidjeli jučer ili prekjučer, ali mi imamo dojam da vidimo istu stvar zato što u glavi miješamo sliku stvari i samu stvar. Stoga tu ponovno vidimo nesrazmjer između načina kako nam se stvari čine i načina na koji zaista postoje. Slično tome, sagledamo li to sa stajališta suvremene znanosti, opet ćemo otkriti da postoji nesrazmjer između zdravorazumskog gledanja na stvarnost i načina na koji znanstvenici sa svog stajališta tumače prirodu stvarnosti.

Dakle, ono što je iz svega ovoga jasno jest činjenica da negdje postoji pogreška u našem poistovjećivanju pojedinog bića s jastvom, osobom ili tijelom. Međutim, tu dolazimo do pitanja - do koje mjere griješimo? Ne možemo prihvatiti da jastvo ili "ja" uopće ne postoji, jer ako je tako tad mnoge naše brige, planovi i postupci ne bi imali nikakvog smisla. Zbog činjenice da postoji jastvo, naša briga za postizanje potpunog oslobođenja za dobrobit svili živih bića, naša briga za blagostanje drugih živih bića postaje vrlo ozbiljna, zato što postoji netko (ih nešto) tko će nešto izgubiti ili dobiti kad mi usvojimo određeni stav ili postupimo na određeni čin.

Dakle, pravo pitanje glasi: do koje je mjere naše shvaćanje jastva, naš osjećaj za identitet, naše shvaćanje osobe ili pojedinca pogrešno ili krivo, a do koje je mjere ispravno? Postaviti granicu i razlučiti između ispravnog i krivog gledanja na jastvo ili osobu iznimno je teško. Upravo zbog te teškoće, no i stoga što smo u stanju postaviti takvu granicu, u Indiji su se razvile različite budističke filozofske škole. Neke škole priznaju samo nepostojanje identiteta osobe, ali ne i izvanjskih događaja ili pojava; neke škole priznaju nepostojanje identiteta ne samo osobe, već cijelog postojanja, a čak unutar te škole postoje različiti pravci.

Razlog zbog kojeg se tolika važnost pridaje postavljanju takvih granica jest taj što je to nužno za naše nastojanje da se oslobodimo patnje i njezinih uzroka. To je djelomičan odgovor na pitanje koje je postavljeno tijekom jednog od prethodnih govora, a glasi: "Ako

budizam priznaje učenje *nejastva*, što je onda ono što se ponovno rađa?"

Znamo da je učenje o nejastvu (*anatman*) zajedničko budističkim filozofskim školama. To se očituje u nepriznavanju da postoji neovisno ili trajno jastvo ili duša. No ono što ću iznijeti ovdje jest shvaćanje koje zagovara Nagarjuna onako kako ga tumači indijski pandit Chadrakirti. Nagarjuna u svom najvažnijem djelu pod nazivom *Temeljni traktat o Srednjem putu* tvrdi da je neznanje ili krivo shvaćanje prirode stvarnosti korijen svih naših patnji. Način na koji se postiže oslobođenje od patnje jest putem nadilaženja ovog neupućenog stanja uma, tog pogrešnog shvaćanja stvarnosti, razvijanjem shvaćanja krajnje prirode stvarnosti. Nagarjuna navodi dvije vrste neznanja: jedna je pokušaj da se shvati unutarnja ili urođena stvarnost vlastitog jastva ili bića; druga je pokušaj da se shvati unutarnje i neovisno postojanje izvanjskih događaja i stvari. U nastavku tvrdi kako pokušaj da se shvati jastvo ili ja nastaje kao posljedica pokušaja da se shvati naša ukupnost tj. naše tjelesne, umne i duhovne funkcije. Zatim dodaje kako je potpuno jasno da moramo ukloniti neznanje iz uma, moramo prozrijeti pogrešnu predodžbu našeg krivog shvaćanja. No jednostavno udaljavanje od takvog shvaćanja, samo uviđanje da je ono pogrešno ili štetno i sl., na koncu ne može osloboditi čovjeka takve vrste shvaćanja. Jedino ako prozremo taj privid krivog shvaćanja, samo ako razvijamo uvid koji će izravno proturječiti načinu na koji bismo zbog neznanja inače shvaćali stvarnost, možemo se uspjeti osloboditi neznanja.

Pa kako možemo prozreti privid te krive predodžbe o jastvu? Kako dolazimo do uvida koji je izravno proturječan tom obliku razmišljanja? Nagarjuna kaže da ako jastvo, ja ili osoba postoje onako kako ih mi obično zamišljamo, odnosno kako ih pogrešno vidimo, tada slijedi da što više istražujemo njegovu bit, tražeći ono što stoji iza naziva i odlika koje im dajemo, to bi nam ona trebala postati jasnija. Međutim, to se ne događa. Kad bismo tražili jastvo ili osobu kakve ih obično vidimo, ona bi nestala, raspala bi se na neki način, a to bi bio znak kako je takva predodžba o jastvu od početka bila samo privid. Zbog te izjave jedan od Nagarjuninih učenika, Arvadeva, napisao je u svom djelu *Četiri stotine stihova o Srednjem putu* da je upravo naše neznanje ili pogrešno shvaćanje sjeme *samsare* (kruga rađanja i umiranja), te da su stvari i događaji samo objekti njegova poimanja i razumijevanja. Jedino ako prozremo privid takvog shvaćanja moći ćemo dovesti do konca proces postojanja.

Nagarjunini tekstovi sadrže druga objašnjenja koja pobijaju naš način

shvaćanja jastva i niječu postojanje jastva ili osobe na način na koji mi to krivo shvaćamo. On tvrdi da ako je osoba istovjetna s tijelom, tada budući da je tijelo trajno i prolazno, podložno svakodnevnim promjenama, jastvo ili osoba podliježe istom zakonu prolaznosti. Na primjer, ljudsko biće kao tijelo može prestati postojati, pa ako je jastvo istovjetno tijelu u tom će trenutku i ono prestati postojati. S druge strane, ako je jastvo potpuno neovisno o tijelu, kakvog onda ima smisla reći kad je netko bolestan da je ta *osoba* bolesna? Stoga, osim unutarnje povezanosti različitih čimbenika koji tvore naše biće, ne postoji neovisno jastvo,

Slično tome, ako primijenimo istu analizu na izvanjsku stvarnost, otkrit ćemo da svaka materijalna stvar ima dijelove koji su okrenuti u različitim smjerovima. Znamo da toliko dugo dok postoji biće ono se sastoji od dijelova, te da postoji neka vrsta nužne povezanosti cjeline s dijelovima. Dakle, dolazimo do zaključka kako osim unutarnje povezanosti između različitih dijelova i pojma cjeline ne postoji neovisno biće izvan tog sklopa. Istu analizu možemo primijeniti i na svijest ili mentalne pojave. Jedina je razlika u tome što svojstva svijesti ili mentalnih pojava nisu materijalna ili fizička. Međutim, možemo to analizirati u okviru različitih trenutaka koji tvore vremenski kontinuum.

Budući da ne možemo otkriti bit koja se krije iza naziva znači li to da ništa ne postoji? Tu se postavlja još jedno pitanje: "Predstavlja li to odsustvo pojava značenje učenja o Praznini?". Nagarjuna je očekivao kritiku sa stajališta realista koji tvrde da ako pojave ne postoje onakve kakvima ih mi vidimo, ako se pojave ne mogu pronaći u potrazi za njihovom biti, tada ni ne postoje. Dakle, osoba ili jastvo ne postoji. A ako osoba ne postoji onda nema ni djelovanja ili karme zato što sam pojam karme podrazumijeva da netko nešto poduzima; a ako nema karme, onda ne može biti patnje zato što nema onoga koji bi je iskusio, dakle, slijedi da nema ni uzroka. A ako je tome tako, nema mogućnosti za oslobađanjem od patnje budući da nema ničega čega se trebamo osloboditi. Štoviše, nema puta koji vodi do slobode. A ako je tako onda nema ni duhovne zajednice (*sanghe*) koja bi krenula putem do oslobođenja. Ako je tako onda nema ni mogućnosti da se postane savršeno biće ili Buddha. Dakle, realisti tvrde da je Nagarjunina teza istinita, ako se bit stvari ne može pronaći onda ništa ne postoji, pa se mora zanijekati postojanje *samsare*, nirvane i svega ostalog.

Nagarjuna kaže kako takva kritika prema kojoj ovakve posljedice proizlaze iz njegove teze pokazuje nedostatak razumijevanja dubljeg

smisla učenja o Praznini, zato što ona ne tvrdi niti ne upućuje na nepostojanje svega. Isto tako, učenje o Praznini nije samo tvrdnja da se stvari ne mogu otkriti u potrazi za njihovom biti, njegov dublji smisao govori o međuovisnoj prirodi stvarnosti.

Nagarjuna dalje objašnjava što misli tvrdnjom da pravi smisao Praznine izvire iz shvaćanja načela ovisnosti postanka. On tvrdi da su zato što imaju ovisan postanak i nastaju kao posljedica međusobno ovisnih odnosa uzroka i okolnosti, pojave prazne. One nemaju urođeni i neovisni položaj. Poštivati takvo stajalište znači istinski razumjeti Srednji put. Drugim riječima, kad shvatimo ovisnost postanka, uviđamo da ne samo postojanje pojava, već i njihov identitet, ovisi o drugim čimbenicima.

Stoga ovisnost postanka može raspršiti, kako krajnosti apsolutnosti tako i nihilizma, jer pojam 'ovisnost' upućuje na oblik postojanja kojemu nedostaje neovisan ili apsolutni status te tako oslobađa pojedinca od krajnosti apsolutnosti. K tome, 'postanak' oslobađa pojedinca od potpadanja pod utjecaj krajnosti 'nihilizma', jer postanak upućuje na shvaćanje postojanja, odnosno to da stvari uistinu postoje.

Ranije sam ustvrdio kako nemogućnost otkrivanja pojava ili entiteta u potrazi za njihovom dobrobiti u stvari ne daje cjelovito značenje učenja o Praznini, već da istodobno upućuje na to da pojave nemaju urođenu prirodu, nedostaje im neovisno i urođeno postojanje. Time se misli na to da njihovo postojanje i identitet proizlaze iz međusobnog djelovanja s različitim čimbenicima. Buddhapalita, jedan od Nagarjuninih učenika, tvrdi da zato što su pojave nastale uslijed međusobnog djelovanja različitih čimbenika, samo njihovo postojanje i identitet proizlaze iz drugih čimbenika. U suprotnom, kad bi postojali neovisno od svega drugog, kad bi imali urođenu unutarnju stvarnost, ne bi bilo potrebe za njihovom neovisnošću o drugim čimbenicima. Sama činjenica da ovise o drugim čimbenicima znak je da nemaju neovisan ili apsolutan status.

Dakle, potpuno shvaćanje Praznine možemo ostvariti tek kad počnemo cijeniti suptilnost načela ovisnog postanka, pod uvjetom da smo zaključili kako je konačna istina da se pojave ne mogu otkriti u potrazi za njihovom biti. Nagarjuna tvrdi da ako načelo ili učenje o Praznini ne vrijedi, ako pojave imaju neovisno i urođeno postojanje i unutarnju stvarnost, onda su one apsolutne; stoga nema mjesta za primjenu načela ovisnosti postanka, a time ni za primjenu načela međuovisnosti. Kad bi to bilo istina, ne bi bilo moguće primijeniti načelo

uzroka i posljedice pa time cjelovita predodžba o stvarnosti također postaje krivo shvaćanje. A ako je tako tad cijela zamisao o četiri plemenite istine gubi vrijednost budući da se ne može primijeniti načelo uzroka i posljedice. Na taj bismo način pobili sva Buddhina učenja.

U stvari, Nagarjuna obrće sve kritike upućene njegovoj tezi iznoseći kako bi realistično stajalište moralo pobiti sva Buddhina učenja. On ukratko objašnjava sve kritike izjavom da svaki sustav vjere ili duhovne prakse koji niječe učenje o Praznini ne može ništa cjelovito objasniti, dok sustav vjerovanja ili mišljenja koji prihvaća načelo međuovisnosti postanka, tj. učenje o Praznini, može na cjelovit način objasniti stvarnost.

Stoga je ono što otkrivamo ovdje vrlo zanimljiv komplementaran odnos između dvije razine shvaćanja ovisnosti postanka o čemu sam ranije govorio. Stajalište na prvoj razini zapravo objašnjava većinu svakodnevnih životnih iskustava gdje uzroci međusobno djeluju na okolnosti i gdje je na djelu načelo uzroka i posljedice. Takvo gledanje na međuovisnost postanka u budizmu se naziva ispravnim stajalištem na svjetovnoj razini. Što više cijenite takvo stajalište, to ćete biti bliže dubljoj razini shvaćanja međuovisnosti postanka, zato što naše shvaćanje uzročnog mehanizma na toj razini služi za postizanje uvida u praznu prirodu svih pojava. Slično tome, jednom kad steknete najdublji uvid u prazninu svih pojava, tada ćete dobiti potvrdu svog uvjerenja u djelotvornost uzroka i posljedica, a time ćete više poštovati općeprihvaćenu stvarnost i relativnost svijeta. Dakle, postoji zanimljiv komplementarni odnos između ta dva stajališta.

Kako se vaš uvid u konačnu prirodu stvarnosti i Praznine bude produbljavao i poboljšavao, razvijat će se i vaša predodžba o stvarnosti, tako da ćete sve pojave i događaje doživljavati kao privid, a takav način viđenja dat će dimenziju stvarnosti svim vašim interakcijama. Kao posljedica toga, kad se nađete u situaciji da počinjete razvijati suosjećanje, umjesto da se osjećate otuđenim od osobe s kojom suosjećate, vaša će uključenost biti dublja i potpunija. To je zato što se suosjećanje na koncu zasniva na sadašnjem načinu razmišljanja i vi ste do sad već stekli dublji uvid u prirodu stvarnosti. U skladu s time, kad se suočite sa situacijama koje bi inače kod vas izazvale bolne, negativne osjećaje i reakcije, nećete potpasti pod utjecaj takvih osjećaja. To je zato što u osnovi svih negativnih osjećaja i misli kao što su žudnja, mržnja, ljutnja i sl. leži krivo shvaćanje stvarnosti koje vidi stvari kao apsolutne,

neovisne i samostojne. Kad steknete uvid u Prazninu popustit će čvrsti stisak kojim su negativni osjećaji uhvatili vaš um.

Na početku ovog govora naveo sam primjer našeg pojma o vremenu: obično pretpostavljamo da postoji neka vrsta neovisnog oblika postojanja ili neovisnog entiteta koji se naziva 'vrijeme'. No, kad to preispitamo na dubljoj razini, otkrit ćemo da je to samo uvriježeno mišljenje. Osim međudjelovanja tri vremena, sadašnjosti, prošlosti i budućnosti, ne postoji nikakav neovisan sadašnji trenutak, pa tako razvijamo neku vrstu dinamičnog gledanja na stvarnost. Slično tome, kad razmišljam o sebi, premda u početku mogu pretpostaviti kako postoji neovisno jastvo, kad to поближе ispitam otkrit ću da osim međudjelovanja različitih čimbenika koji čine moje biće, te različitih trenutaka u vremenskom kontinuumu koji tvore moje biće, ne postoji takvo što kao što je apsolutan, neovisan entitet. Budući da upravo to obično 'jastvo', 'ja' ili osoba, na koncu postiže oslobođenje ili se preobražava u Buddhu, čak ni Buddha nije apsolutan.

Sličan je slučaj i s pojavom koju sam ranije spomenuo, s pojmom čiste svjetlosti koja je najsuptilnija razina svijesti. Čovjek je ne bi trebao zamišljati kao neku vrstu neovisnog entiteta. Osim tijeka svijesti koji tvori ovu pojavu koju nazivamo čista svjetlost, ne može se govoriti o apsolutnom entitetu koji postoji neovisno.

Slično tome, otkrit ćemo kako mnoge od naših predodžbi upućuju na vrlo duboku, vrlo složenu unutarnju povezanost. Na primjer, kad govorimo o sebi kao o subjektu, taj pojam ima smisla samo u odnosu na neki objekt, pojam subjekta nema smisla bez objekta. Isto tako, pojam aktivnosti ima smisla samo u odnosu na biće koje kao činitelj poduzima neku aktivnost. Dakle, kad bismo analizirali većinu takvih pojmova, otkrili bismo da u stvari ne možemo izdvojiti jedan entitet ili pojavu iz njezina konteksta.

Ponovit ću, ako nadiđemo shvaćanje da su stvari samo pokazatelji ili nazivi te se upitamo iz čije su predodžbe potekli nazivi, je li to predodžba iz prošlosti ili budućnosti, je li individualna ili kolektivna i tako dalje, otkrit ćemo da se ne radi o neovisnom postojanju.

Čak i sama Praznina koju vidimo kao konačnu prirodu stvarnosti nije apsolutna, niti postoji neovisno o svemu drugome. Ne možemo zamisliti Prazninu kao nešto neovisno na osnovi pojava, zato što kad preispitamo prirodu stvarnosti otkrivamo kako ona ne sadrži urođeno postojanje. Ako, dakle, uzmemo da je i sama Praznina objekt i

potražimo njezinu bit ili način postojanja, opet ćemo otkriti da u njoj nema urođenog postojanja. Stoga je Buddha poučavao o praznini Praznine. Međutim, kad tragamo za istinskom biti neke pojave ili događaja, ono što ćemo otkriti jest Praznina. No to ne znači da je Praznina sama po sebi apsolutna, zato što Praznina kao pojam ili entitet ne može izdržati takvu analizu. Ako shvatimo samu Prazninu kao objekt i onda je ponovno ispitamo, nećemo je pronaći. Unatoč tome, u nekim spisima stoji da je Praznina konačna istina. Tu bismo trebali razjasniti što to znači 'konačna'. Čovjek ne bi smio krivo shvatiti da je Praznina konačna ili apsolutna istina, već da se za nju upotrebljava naziv 'konačna istina' zato što je ona predmet uvida koji je uspio prodrijeti u prirodu stvarnosti.

VI

IZAZOV ZA ČOVJEČANSTVO

Obraćanje svim vjerama

U današnje doba svjedoci smo golemog napretka na području materijalnog razvoja. Kao rezultat ljudski je život postao zamjetno olakšan. No, u isto vrijeme također smo se uvjerali da materijalni razvoj sam po sebi ne može ispuniti sve snove čovječanstva. Štoviše, kako materijalni razvoj doseže sve viši stupanj, katkad uviđamo da stvara različite komplikacije što znači više problema i izazova za nas. Zbog toga mislim da sve velike svjetske religijske tradicije mogu pridonijeti dobiti i blagostanju čovječanstva i zadržavaju svoju važnost u današnje doba.

No, kako su se mnoge od velikih svjetskih religija razvijale tijekom dugog povijesnog razdoblja, posve sam siguran da mnogi vidovi njihovih učenja i tradicije odražavaju potrebe i probleme svojstvene različitim razdobljima i kulturama. Stoga mislim da je vrlo važno uvidjeti razliku između onoga što nazivam 'srž' i 'bit' religijskih učenja i kulturoloških vidova pojedine tradicije. Ono što podrazumijeva 'srž' ili 'bit' religijskih tradicija jesu osnovne religijske poruke kao što su načela ljubavi, suosjećanja i sl., budući da ta načela uvijek zadržavaju svoju relevantnost i vrijednost bez obzira na razdoblje i okolnosti. Ali kako se vremena mijenjaju, mijenja se i kulturološki kontekst, stoga držim kako je važno da sljedbenici različitih religijskih tradicija budu u mogućnosti provesti sve nužne promjene koje bi se mogle odraziti na određene probleme vezane za razdoblje i kulturu u kojima žive.

Mislim da je najvažnija zadaća svakog vjernika preispitati sebe, svoj um, i pokušati promijeniti svoje tijelo, govor i um te postupati u skladu s

učenjem i načelima religijske tradicije kojoj pripada. To je vrlo bitno. S druge strane, ako vjera i vjerska praksa ostanu samo na razini intelekta, kao što je primjerice poznavanje određenih učenja bez njihove primjene u vlastitom ponašanju i ophođenju s drugima, tada mislim da se čini velika pogreška. U stvari, ako netko ima određeno znanje o religijskim tradicijama ili učenjima, a unatoč tome njegova savjest i razmišljanje ostaju potpuno netaknuti tim znanjem, onda to može biti iznimno razorno po njega. To može dovesti do situacije u kojoj osoba, zato što ima znanje o religijskim načelima, može iskoristiti religiju u svrhu iskorištavanja i manipulacije. Stoga držim da je nama, kao onima koji vjeru žive, prva odgovornost paziti na svoje postupke.

Danas je situacija u svijetu potpuno drukčija od nekadašnje. U prošlosti su zajednice i društva bili više-manje neovisni jedni o drugima. U takvim okolnostima pojam jedinstvene religije, monolitske kulture i si. imao je smisla i svoje mjesto u kulturnom kontekstu. Međutim, danas je situacija iz temelja promijenjena kao posljedica raznovrsnih čimbenika: jednostavno uspostavljanje veza među zemljama, informacijska revolucija, lakoća putovanja i sl. Stoga ljudsko društvo ne može funkcionirati onako kako je funkcioniralo u prošlosti.

Uzmimo za primjer grad London. London je grad u kojemu su izmiješane različite kulture i religije. Stoga ako nismo oprezni i ne koristimo svoju inteligenciju, može doći do sukoba prouzročenog različitim religijskim vjerovanjima i kulturama. Zato je vrlo važno razviti stajalište koje uzima u obzir pluralitet religija. Najbolji način suočavanja s takvim izazovom jest ne samo proučavanje knjiga već, što je puno važnije, upoznavanje ljudi iz različitih religijskih tradicija tako da se s njima razmijene iskustva i doživljaji te uči iz njihovog iskustva. Uspostavite li osobni kontakt, bit ćete u mogućnosti cijeliti vrijednost drugih religijskih tradicija.

Sagledamo li to iz šireg kuta, vidjet ćemo da svakako postoje jaki razlozi za poštivanje pluraliteta religija i kultura, a to se osobito odnosi na religije. Činjenica je da među ljudima postoje različite intelektualne sklonosti, interesi, potrebe itd.; stoga što je veća raznovrsnost religijskih tradicija, to je veća vjerojatnost da one mogu zadovoljiti potrebe različitih ljudi.

Povijest čovječanstva prepuna je tragičnih događaja čiji su uzrok bile vjerske razlike. Čak i dan danas vidimo kako izbijaju sukobi u ime religije, a ljudsko je društvo sve više podijeljeno. Kad bismo prihvatili taj

izazov, siguran sam da bismo tada otkrili kako postoji dovoljno velik temelj na kojem možemo izgraditi sklad među različitim religijama i razviti istinsko međusobno poštivanje.

Još jedan važan izazov s kojim se čovječanstvo danas suočava jest problem zaštite okoliša. Zapravo veliki broj uglednih ekologa izrazio je želju za većom ekološkom inicijativom i aktivnošću različitih vjerskih zajednica, a napose njihovih vođa. Mislim da je to vrlo opravdana želja. Osobno osjećam kako veliki dio problema sa zaštitom okoliša zapravo potječe od nezasitne želje, nedostatka zadovoljstva i pohlepe. Upravo u učenjima različitih religija otkrivamo upute koje nam omogućuju da zadržimo želje i pohlepu pod nadzorom, te da u pozitivnom smislu promijenimo svoje ponašanje i ophođenje s drugima. Zato držim da religijske tradicije imaju ne samo mogućnost već i veliku odgovornost da daju svoj doprinos u tom smislu.

Još nešto smatram iznimno važnim, odgovornost koju religijske tradicije trebaju preuzeti na sebe, a to je osnivanje ujedinjene fronte protiv rata i sukoba. Znam da je tijekom povijesti bilo nekoliko slučajeva kad se ratom izvojevala sloboda i ostvarili određeni ciljevi. Unatoč tomu vjerujem kako rat nikad ne može dovesti do konačnog rješenja problema. Stoga mislim da je vrlo bitno za sve religijske tradicije da zauzmu zajednički stav i podignu svoj glas protiv svake pomisli na rat. No, podići glas protiv rata nije dovoljno. Moramo nešto poduzeti da bismo zaustavili rat i sukob. Ono o čemu moramo ozbiljno razmisliti je pitanje razoružanja. Znam da su motiv irajuća sila iz koje nastaje potreba za oružjem osjećaji mržnje i ljutnje. Ne postoji način za potpuno uklanjanje ljutnje i mržnje iz srca ljudi. No iako ih ne možemo potpuno izbrisati, možemo ih ublažiti i smanjiti njihov intenzitet. To znači da moramo uložiti ozbiljan napor za postizanje razoružanja.

Sljedeći izazov s kojim se suočavamo jest pitanje broja stanovnika. Znam da je sa stajališta religijskih tradicija život, napose ljudski život, iznimno dragocjen. Sa stajališta pojedinca - što je više ljudskih bića to bolje, zato što onda imamo veću priliku za stvaranje novih ljudskih života. Međutim, ako to pogledamo iz globalne perspektive, tad mislim da očito postoji potreba da sve religijske tradicije ozbiljno razmisle o pitanju broja stanovnika, zato što su izvori energije na Zemlji ograničeni. Svjetski izvori energije mogu održavati ljudska bića na ovom planetu samo do određenog stupnja.

VII

PITANJA I ODGOVORI

O raznim problemima suvremenog doba

O onečišćenju i kraju svijeta

Vaša Svetosti, koji je vaš prijedlog za zaustavljanje onečišćenja u svijetu i svemiru? Hoće li morati nastupiti kraj svijeta i čovječanstva kako bi došlo do pročišćenja i ponovnog početka?

Naravno, s budističkog stajališta, a također i zdravorazumski gledajući, vidimo da postoje početak i kraj. To je logično, to je zakon i to je priroda. Dakle, bilo da to nazivamo Velikim praskom ili nekako drukčija, odvija se proces evolucije ili početka. Sukladno tome, mora postojati i kraj. U svakom slučaju, mislim da kraj neće nastupiti još nekoliko milijuna godina.

A sad nešto o onečišćenju. Kao što znate, dolazim iz Tibeta. Kad *smo* bili u Tibetu, nismo imali pojma o onečišćenju. Tamo je sve vrlo čisto! U stvari prvi put kad sam naišao na onečišćenje i čuo kako me ljudi upozoravaju da ne smijem piti vodu iz slavine, za mene je to bio veliki šok. S vremenom su se naše spoznaje produbljivale.

Danas je to vrlo izražen problem. Ne radi se samo o jednoj ili dvije zemlje, već o opstanku i zdravlju cijelog čovječanstva. Ako u pogledu toga imamo čistu savjest i djelujemo u skladu s njom, čini se kako ipak postoji način da se taj problem barem umanji. Primjerice, prije dvije-tri godine kad sam bio u Stockholmu na obali velike rijeke, prijatelji su mi rekli da deset godina prije toga uopće nije bilo riba u rijeci zbog velikog onečišćenja. Negdje u vrijeme mog prvog posjeta počele su se

pojavljivati prve ribe uslijed kontrole onečišćenja. Dakle, to pokazuje kako postoji mogućnost da se situacija poboljša.

Ubijanje i rat kao npr. u Bosni izravno nas šokiraju, dok s druge strane onečišćenje i drugi ekološki problemi nemaju tu snagu šoka. Postupno iz mjeseca u mjesec, iz godine u godinu, situacija se pogoršava, a kad problem postane očigledan možda će biti prekasno. Zato mislim da je to vrlo ozbiljna stvar. Uvelike me ohrabruje to što su u mnogim zemljama ljudi očito zabrinuti te se čak i neke političke stranke temelje na potrebi zaštite okoliša i promiču je. Mislim da je to vrlo zdrav razvoj. Dakle, ima nade.

O ljudskoj patnji

Vaša Svetosti, u suvremenom svijetu pokušavamo izbjeći patnju. No, doima se da stvaramo još više patnje u smislu da rad jedne osobe zadaje bol nekom drugom, npr. u zdravstvu, politici itd. Kako ćemo prosuditi? Zar ne bismo trebali naprosto prihvatiti određenu količinu patnje i neugode?

Mislim da postoje različite vrste patnje. Općenito govoreći, sigurno je moguće smanjiti razinu patnje. Osobno ne vjerujem da uvjeti koji osiguravaju nečije zadovoljstvo i sreću neizbježno uključuju nanošenje boli ili neki drugi negativan utjecaj na život drugih.

Tu bih želio nešto istaknuti. Mislim da televizija i novine obično izvješćuju o negativnim stvarima, na primjer o ubojstvima ili o tragičnim događajima odmah se izvješćuje. U međuvremenu, milijuni ljudi zapravo dobivaju pomoć ili hranu ili skrb putem ljudske topline. Tu mislim na milijune djece, bolesnih i starih. No, ljudski rod uzima takve stvari zdravo za gotovo. On ih ne vidi kao nešto čemu bismo trebali poklanjati osobitu pozornost. U stvari to samo pokazuje da pravu ljudsku prirodu čine suosjećanje, toplina i ljubav. Svu ljudsku toplinu i njezine rezultate ne zamjećujemo jer ih prihvaćamo kao nešto normalno, za razliku od toga iznenadimo se kad vidimo stvari kao što je krvoproliće; to je šokantno za nas zato što naša priroda u biti nije takva. Kao posljedica toga, mnogi ljudi žive u uvjerenju da je ljudska priroda zla, agresivna, nasilna. Mislim da je to s psihološke strane vrlo loše, osobito za djecu i mladež koji putem televizije vide te negativne ljudske osobine, ali uvijek samo na kratko. U lom trenutku ili kratkom vremenu, ubijanje ili tuče mogu biti u manjoj mjeri uzbudljive. No, gledano na duže staze, mislim da su takvi nasilni prizori iznimno štetni za ljudsko društvo. Štoviše, nedavno sam se sastao s filozofom Karlom Popperom.

Znamo se od mog prvog posjeta njegovoj zemlji 1973. god. Ovom prilikom smo razgovarali o nasilju na televiziji i ja sam izrazio svoje stajalište da previše nasilja ima izrazito negativan utjecaj na umove milijuna djece. Karl se u tome slaže sa mnom. Ispravan način obrazovanja najvažniji je element ako želimo sačuvati nadu u bolju budućnost.

O rasizmu, vjerskoj netrpeljivosti i ljudskoj lakoumnosti

Vaša Svetosti, rasizam, vjerska netrpeljivost i ljudska lakoumnost kao da su u porastu. Kojim negativnim utjecajima to pripisujete? Kojim se pozitivnim sredstvima možemo boriti protiv toga ?

Mislim da to uvelike ovisi o obrazovanju. Čim više točnih informacija dobijemo, dublje nešto osvijestimo i uspostavimo bolje kontakte, tim bolje. Dakako, isto tako moramo razviti otvorenost uma. Na koncu, svatko je samo jedno ljudsko biće od pet milijardi na svijetu, a budućnost pojedinca u velikoj mjeri ovisi o drugima. Dio problema vidim u nedostatku upućenosti o drugim kulturama i o postojanju drugih zajednica, a isto tako i u nedostatku razumijevanja prirode stvarnosti suvremenog postojanja. Kad bi bilo moguće pronaći potpuno zadovoljstvo i ispunjenje živeći potpuno neovisno o drugima unutar vlastite kulture i zajednice - biti potpuno neovisan i nepovezan s drugim zajednicama u svijetu - tada bih možda i uzeo u obzir tvrdnju da postoji osnova za prihvaćanje tako krivih nazora kao što su vjerska netrpeljivost i rasizam. No, nije tako.

Stvarnost života drugih kultura i zajednica ne može se zanemariti. Štoviše, priroda suvremenog življenja je takva da su zadovoljstvo, sreća i uspjeh jedne zajednice usko povezani sa zadovoljstvom i interesima drugih zajednica i društava. U tako složenom suvremenom svijetu nema mjesta za vjersku netrpeljivost i rasizam.

Prema mom iskustvu nema sumnje da je budizam najprikladnija religija za mene. No, to ne znači da je budizam najbolji za svakoga. Svaka osoba ima različite mentalne sklonosti, pa stoga nekim ljudima više odgovara određena religija ili je za njih učinkovitija nego za druge. Dakle, ako poštujem prava svake osobe, onda moram poštivati ili prihvatiti vrijednost različitih religija zato što su one učinkovite za milijune ljudi.

Kad sam boravio u Tibetu do mene je dopiralo malo informacija, iz knjiga ili osobnih kontakata saznavao sam o prirodi i vrijednostima drugih tradicija. Otkako sam postao prognanik imao sam više prilike

uspostaviti bliskiji kontakt s drugim tradicijama, uglavnom razvijanjem veza s drugima, pa sam stekao puno dublje razumijevanje njihovih vrijednosti. Kao posljedica toga, moj je stav sada da su sve religije vrijedne. Naravno, čak i s filozofskog stajališta još uvijek vjerujem da je budistička filozofija sofisticiranija, raznovrsnija ili šira, no, sve ostale religije jednako tako daju ogromne dobrobiti i pružaju velike mogućnosti. Dakle, kako god se uzme, mislim da se moj stav spram drugih religija uvelike promijenio. Danas, kamo god pođem i kad god sretnem pripadnike drugih religija, duboko se divim njihovoj predanosti i najiskrenije poštujem njihovu tradiciju.

O odgajanju djece
Što je najvažnije u odgoju djece?

Mislim da biste trebali pitati stručnjake. To bi bilo bolje!

O novcu
Kako se može ispravno živjeti u društvu koje se zasniva na potrebi za stjecanjem novca?

Mislim da postoji mogućnost da se to uskladi s ispravnim življenjem. Na primjer, čak i Tibetanci trebaju zarađivati novac. Osobito ja, u ovom trenutku kad je vlada prognana. Mislim da smo ove godine u minusu preko dva milijuna dolara! To me jako brine!

O kontroli rađanja i demografskoj eksploziji
Vaša Svetosti, imate li savjet u svezi s demografskom eksplozijom?

Mislim kako nema sumnje da je kontrola rađanja potrebna. Pobačaj je nešto vrlo, vrlo tragično. Međutim, moje je mišljenje da je kontrola rađanja nužna. Ponekad u šali kažem da bi bilo najbolje kad bi na svijetu bilo više redovnica i redovnika. Nije li to najbolji nenasilni način kontrole rasta stanovništva?

O religiji u suvremenom svijetu
Vaša Svetosti, u Velikoj Britaniji tijekom posljednjih godina osjetan je odmak

od religije. Istodobno sve više raste zanimanje za različite oblike samorazvoja. Je li religija još uvijek prikladan put u suvremenom svijetu?

Ona je neosporivo bitna u suvremenom svijetu. No, možda bih to trebao pojasniti. Prošlo je mnogo godina od vremena kad su nastale različite religije, stoga su neki njihovi vidovi možda zastarjeli. Međutim, to ne znači da je religija u cjelini nebitna u današnje vrijeme. Zato je važno razmotriti bit različitih religija uključujući i budizam. Ljudska bića, bilo današnja ili ona koja su živjela prije 100,1000, 4000 ili 5000 godina, u osnovi su ista. Naravno, veliki dio kulture i načina života se promijenio, pa ipak smo ista ljudska bića. Zato su osnovni ljudski problemi i patnje kao što su smrt, starost, bolest, ratni sukobi i sl. još uvijek prisutni. Ne razmišljam o tome kako će ljudi izgledati za 10 000 ili 100 000 godina, to nitko ne zna. No, držim da smo kao ljudska bića tijekom posljednjih nekoliko tisuća godina zadržali manje-više istu prirodu.

Stoga mislim da se različite religije zapravo bave ljudskom patnjom i problemima čovječanstva.

Na toj razini, zato što su ljudska priroda i patnja ostale iste, religije su još uvijek relevantne. S druge strane, neki obredni običaji su se promijenili. U Indiji je u doba feudalizma ili vladavine kraljeva, način izvođenje obreda bio pod jakim utjecajem tadašnjih okolnosti. No, to se promijenilo i mislim da će se morati nastaviti mijenjati.

Što se tiče budizma, on se ne bavi samo sadašnjim životom, već i drugim mističnijim stvarima. Ukoliko se po ugledu na modernizaciju koja se odvija u današnjem svijetu slična modernizacija ne počne odvijati i u drugim područjima življenja, mislim da će budizam zadržati svoju relevantnost i prikladnost u današnjem svijetu, ne samo zato što su mnogi temeljni problemi u ljudskom životu još uvijek prisutni, već i zato što govori o stvarima koje su povezane s drugim mističnim oblicima egzistencije. Uvijek vjerujem da je suvremena promjena samo površna, a da duboko u sebi ostajemo isti. Prošle godine na granici između Austrije i Italije otkriveno je jedno staro tijelo. Kad bismo pretpostavili da je ta osoba živa, mislim da bismo još uvijek mogli komunicirati s njom unatoč tome što je tijelo staro oko 4000 godina. Dakako, ta bi osoba potjecala iz druge kulture i možda bi se malo drukčije izražavala, ali u osnovi bismo ipak mogli komunicirati.

O osveti i situaciji u Bosni

Rekli ste da ako nema mržnje, uzvraćanje može biti pozitivno, kako bi se spriječilo druge da počine zlodjela. Želi li Vaša Svetost komentirati opravdanost davanja dopuštenja za zračne napade od strane Ujedinjenih naroda protiv bosanskih Srba?

To je zbilja presloženo pitanje! Jedino što možemo učiniti jest suosjećati s nesrećom i patnjom tih ljudi. Situacija je tragična. Osim sudjelovanja u njihovoj nesreći u svom srcu, čini se da se ništa drugo zapravo ne može učiniti. Mišljenja sam da se svi ti problemi i kaotične situacije u Bosni, bivšem Sovjetskom Savezu, kao i u Africi, ne događaju odjednom. Uzroci tih događaja razvijaju se desetljećima. Stoga bismo trebali učiti na tim događajima. U budućnosti mislim da će, ako se pojavi područje na kojem postoji mogućnost za razvoj neke vrste krize, svjetska zajednica morati posvetiti punu pozornost tom području od samog početka i poduzeti potrebne mjere. Mislim da je to nužno.

Što se tiče kršenja ljudskih prava danas, vrlo je ohrabrujuće da ljudi diljem svijeta na novi način gledaju na pitanje ljudskih prava. To je vrlo zdravo i dobro. No, za mene su kršenja ljudskih prava i slične vrste problema također simptomi. Na primilo jer, ako se pojavi oticanje ili prištić na površini kože, to je zato što se nešto poremetilo u tijelu. Nije dovoljno samo izliječiti simptome, morate to dublje ispitati i pokušati pronaći glavni uzrok. Trebali biste pokušati promijeniti temeljne uzroke, tako da simptomi automatski nestanu.

Slično tome, mislim da se nešto poremetilo u temeljnoj strukturi, osobito na polju međunarodnih odnosa. Često prijateljima u Engleskoj i SAD-u kažem: "Silno ste ponosni na svoju demokraciju i slobodu. No, kad treba riješiti međunarodne probleme, nitko se ne drži načela demokracije, već se oslanjale na gospodarsku nadmoć ili vojnu silu. Vrlo često u međunarodnim odnosima ljudi se više bave silom i moći nego demokratskim načelima. U tom smislu mogu nastaviti: u najvišem međunarodnom tijelu, Ujedinjenim narodima, koje je utemeljeno nakon Drugog svjetskog rata, pet naroda ima stalno mjesto u Vijeću sigurnosti i svaki ima pravo veta. To nije demokratski. Štoviše, u Africi gdje milijuni ljudi umiru od gladi, oružje je dostupno, a hrana nije. To je kontinent prepun mogućnosti, a milijuni dolara troše se na kupnju oružja! Mislim da je to zbilja tužno.

Dakle, kao što smo već rekli, mržnja je naš neprijatelj pa je tako i oružje naš neprijatelj. Naravno, kad sam bio mlad, mislio sam da je

oružje, npr. zračna puška, vrlo lijepo. Obožavao sam je laštiti! Ali prava svrha kojoj je oružje namijenjeno jest ubijanje! Strašno. Moramo poduzeti nešto u svezi s tim lijepim, ali strašnim oružjem.

A što se tiče vojnog establišmenta... mislim kako je u zapadnjačkoj tradiciji normalno da se sin kralja ili kraljice školuje na vojnoj ili pomorskoj akademiji. Narod se time ponosi. Ispričat ću vam jednu malu priču. Prošle godine ekipa njemačke televizije došla mi je u posjetu. U razgovoru su rekli kako se Zapadnjaci jako boje smrti, dok se doima da Istočnjake smrt nimalo ne plaši. U šali sam im odgovorio kako je točno upravo suprotno. Vi Zapadnjaci tako volite vojnu silu. Ne samo da izgrađujete vlastitu vojnu silu, već i prodajete oružje. Svrha oružja i vojnog ustroja jest ubijanje. No, na Istoku ako se ubije čak i sićušni kukac, nastupi osjećaj kajanja. Na primjer, jednom kad sam bio u Tibetu dogodilo se ubojstvo i svi su bili šokirani. Nitko nije mogao vjerovati. U skladu s tim čini se da se Zapadnjaci ne boje smrti, dok je se Istočnjaci uistinu plaše. Zaista tako osjećam. Stoga mislim da nešto nije u redu s načinom shvaćanja rata i vojnog ustroja. Bilo kako bilo, moramo uložiti sve napore u smanjivanje vojne sile. Što se tiče ljudi u Bosni i vašeg pitanja o stanju u Bosni, nemam jasan odgovor - ne znam.

O smanjivanju negativnosti u vijestima i medijima

Kakav savjet možete dati za smanjivanje negativnog utjecaja vijesti, zabavnog programa i medija koji neprestano promiču negativne stavove i emocije i suprotni su onome što vi zagovarate?

To je točno. Često izražavam zabrinutost u svezi s tim. Međutim, kao što sam već rekao, mislim da puno toga ovisi o našem mentalnom stavu. Kad razmotrimo negativne pojave: ubijanje, seks i sl. iz drukčijeg kuta, vidimo da i oni mogu nečemu poslužiti. Katkad se prizori nasilja, seksa i sl. mogu upotrijebiti u pozitivne svrhe, tako da se prikažu njihovi negativni učinci i razorna priroda različitih ljudskih emocija. Određeni se prizori mogu upotrijebiti za podsjećanje na njihovu razornu prirodu. Premda prizori seksa i nasilja mogu u početku biti uzbudljivi, budete li nastavili gledati dalje vidjet ćete da su beskorisni.

Dakako, moje mišljenje o medijima nešto je drukčije, osobito kad govorimo o Zapadu. U zemlji kao što je Indija ubijanje i ubojstva često se prikazuju na televiziji, ali prizori vođenja ljubavi nisu dopušteni. No, ako usporedite ubijanje i vođenje ljubavi, onda je vođenje ljubavi puno bolje! Ako se pretvaramo da to nije dio ljudskog života ni to nije dobro,

zar ne?

U svakom slučaju, mislim da je podjednako važno dali jasnu sliku ljudskom umu o drugim dobrim ljudskim odlikama, a toga nedostaje. Pokazujemo samo negativnu stranu: ubijanje, seks i slične stvari, a s druge strane ljudsko suosjećanje na djelu uopće se ne prikazuje.

Primjerice, prije deset dana posjetio sam u Washingtonu muzej posvećen žrtvama holokausta. Dok sam gledao sve te strahote podsjetio sam se na dvije strane ljudskog bića. S jedne strane, tu je nacistička Njemačka i mučenje, ubijanje, iskorjenjivanje židovskoga naroda; užas i tragedija. To me je podsjetilo kako je zlo i strašno kad ljudskom inteligencijom upravlja mržnja. Ali, s druge strane, bilo je ljudi koji su žrtvovali vlastite živote da bi zaštitili židovski narod. To nam pokazuje ljudsku vrlinu: staviti na kocku čak i vlastiti život da bi se pomoglo ugroženima. Na taj način mržnja je dobila protutežu. Ako dopustimo da nas vodi mržnja, bit ćemo vrlo okrutni i destruktivni, no ako s druge strane promičemo ljudske vrline, mogu se dogoditi čudesne i predivne stvari. Slično tome mediji bi morali pokazati obje strane. To je ono za što se uvijek zalazem.

O genetičkom inženjeringu

Znanstvenici i liječnici danas mogu pomoći ljudima da odaberu spol svojeg djeteta. Što Vaša Svetost misli o genetičkom inženjeringu i kakvog on utjecaja ima na nerođenu djecu? Trebaju li izbor imati nerođena djeca ili roditelji?

Mislim da je vrlo teško dati sveobuhvatan odgovor na to pitanje. Treba proučiti svaki slučaj za sebe. Naravno, u nekim slučajevima takva djela mogu biti pozitivna, stoga je vrlo teško o tome suditi.

O političkim vođama

Mislite li da sovjetski politički vođe koriste svoje sjajne mozgove na dobar i pošten način?

Neki od njih možda, barem tako mislim! Nadam se!

O LJUDSKIM OSJEĆAJIMA

O nadvladavanju straha i očaja

Je li moguće običnom čovjeku nadvladati strah i očaj? Kako to možemo učiniti?

O, da, i te kako je moguće. Na primjer, kad sam bio dijete bojao sam se mračnih prostorija. S vremenom je taj strah nestao. Isto je i s upoznavanjem ljudi: što je um zatvoreniji, to je veća mogućnost nastanka straha i neugode. Što ste otvoreniji to će te osjećati manju neugodu. Takvo je moje iskustvo. Kad god se upoznajem s nekim, bilo da je on veliki čovjek, prosjak ili obični čovjek, za mene nema razlike. Najvažnije je smiješiti se i pokazati iskrene ljudske osjećaje. Različite religije, različite kulture, različiti jezici, različite rase - nije bitno. Obrazovan ili neobrazovan, bogataš ili siromah - nema razlike. Kad otvorim srce i um, sve ljude doživljavam kao svoje prijatelje. To je vrlo korisno. Na temelju tog stava, ako se situacija pokaže drukčijom, imam pravo djelovati u skladu s okolnostima. Ali, na početku moram sa svoje strane stvoriti temelj. Tada se obično javlja pozitivna reakcija na ljudskoj razini kod druge strane. Mislim da je strah ono što se mora ukloniti.

Isto tako u umu osobe rađaju se mnoge nade. Ako jedna nada propadne, ne znači da će propasti sve ostale. Imao sam prilike upoznati ljude koji se osjećaju potpuno skrhanima i postaju očajni ako nisu u mogućnosti ostvariti jednu od svojih nada. No, mislim da je ljudski um vrlo složen. Ima toliko raznih vrsta nada i strahova da je vrlo opasno polagati sve na jednu jedinu nadu, a onda, ako se ona ne ostvari, bili potpuno skrhan. To je zaista vrlo opasno.

O odnosu spram vezanosti za materijalna bogatstva i prijatelje

Govorili ste o oslobađanju od vezanosti za tijelo. Koje su metode učinkovite u borbi s izrazito jakom vezanošću za materijalna bogatstva i prijatelje?

Za onoga koji vjeruje u reinkarnaciju ili bilo koju vrstu života nakon smrti, postoje razne mentalne tehnike koje se mogu koristiti, kao npr. razmišljanje o krajnjoj jalovosti prevelike vezanosti za prijatelje ili materijalna bogatstva, ili razmišljanje o prolaznoj i netrajnoj prirodi tih pojava. Može se razmišljati o tome kako pretjerana vezanost za ove pojave povećava negativne emocije i dovodi do nezadovoljstva i sl.

S druge strane, ako ste nevjernik ili ateist i promislite o svrsi svog života, vidjet ćete da ona nije samo stjecanje bogatstva ili bliskih osoba. Život ima mnoge druge svrhe. Ako ste nevjernik možete također izvesti neke mentalne vježbe za smanjivanje pretjerane vezanosti za materijalno bogatstvo i prijatelje. Primjerice, možete uzeti materijalno bogatstvo i prijatelje kao jedan od različitih uvjeta za ostvarenje sreće i ispunjenja,

ali to ne znači da su oni jedini uvjet ili način postizanja ispunjenja ili zadovoljstva. Stoga nema smisla biti usredotočen samo na jedno postignuće i uložiti svu energiju u to, zato što to nije jedini uvjet koji je potreban za sretan i ispunjen život. U stvari, slični oblici mentalnih vježbi mogu se naći u klasičnim budističkim tekstovima, kao što je tekst *Četiri stotine stihova o Srednjem putu*.

O istinskoj toleranciji

Može li Vaša Svetost još nešto reći o međuljudskim odnosima u skladu s karmom pojedinca? Kako možemo shvatiti razliku između tolerancije i gluposti?

Istinska tolerancija je stav ili reakcija koju čovjek usvaja u odnosu na neku situaciju, drugu osobu ili događaj, kad je čovjek sposoban djelovati na suprotan način. Kad nakon razmišljanja i uzimanja u obzir mnogih čimbenika čovjek odlučuje ne reagirati negativno - to je istinska tolerancija. To je potpuno različito od situacije u kojoj čovjek nikako nije u stanju poduzeti tako jake protumjere. U tom je slučaju u bezizlaznom položaju pa ne može postupiti drukčije. Razlika između ta dva slučaja opisana je u jednom od budističkih tekstova pod nazivom *Sabrana djela* indijskog učitelja Shantideve.

Stoga, kad se radi o mojoj toleranciji spram Kineza, potpuno se opravdano može postaviti pitanje: je li to zaista istinska tolerancija ili ne?

O nadvladavanju straha

Kako možemo nadvladati strah ili plašljivost kao naviku i stanje uma, osobito kad za njih nema opravdanog uzroka?

Mislim da postoji velika razlika između nazora i načina razmišljanja. Često osjetimo kako nas odjednom obuzme neka misao ili osjećaj kao što je npr. strah. Ako taj osjećaj prepustimo njemu samome, ili, drugim riječima, ako mu se predamo bez previše razmišljanja, on nas može uvjeriti u svoju opravdanost i tako početi utjecati na nas. Ono što je u takvim situacijama najhitnije, jest primijeniti vlastitu moć razlučivanja tako da ne potpadnemo pod utjecaj takvih misli i osjećaja. Naravno, ako ima dovoljno razloga za strah, onda je strah dobar! Strah je jedna mjera zaštite i stoga je dobar. No, ako je neutemeljen, onda se putem analitičke meditacije može smanjiti. To je ispravan put.

O spontanom suosjećanju

Može li se suosjećanje spontano razviti nakon što smo zadobili izravan intuitivni uvid?

Mislim da to uvelike ovisi o duhovnoj orijentaciji i osnovnoj motivaciji. To je moguće za iskusne meditante koji su se dobro upoznali s različitim vidovima puta Mahavana, altruizmom i sl. Kako pojedinac stječe sve veći uvid u prirodu stvarnosti, tako se povećava njegova sposobnost suosjećanja i altruizma, jer će tada uvidjeti da se sva živa bića kreću u krugu rađanja i umiranja zbog nepoznavanja prirode stvarnosti. Kad takvi meditant postignu iznimno duboki uvid u prirodu stvarnosti, također će shvatiti da postoji izlaz iz stanja patnje. Jednom kad steknete tu spoznaju, suosjećanje spram živih bića koje osjećate postaje još veće jer tada shvaćate njihovu sudbinu, premda oni ne mogu pronaći izlaz jer su još uvijek uhvaćeni u taj krug.

Međutim, samo to što je netko postigao određeni stupanj uvida u prirodu stvarnosti ne jamči automatski iskustvo suosjećanja. To je zato što uvid u prirodu stvarnosti može biti nadahnut altruističkom željom da se pomogne drugim živim bićima ili ga može potaknuti želja koja na prvo mjesto stavlja vlastiti interes - postizanje oslobođenja iz kruga rađanja i umiranja. Dakle, stjecanje uvida u prirodu stvarnosti samo po sebi ne može rezultirati istinskim suosjećanjem; potrebne su neke dodatne okolnosti.

O opraštanju

Možete li nešto reći o opraštanju? U prošlosti sam postupao kako nisam trebao, a osjećaj krivnje zbog tih dvojbenih postupaka narušava mi mir uma, unatoč tome što se istinski trudim popraviti učinjenu štetu. Što mogu poduzeti kako bih naučio lakše oprostiti sebi i drugima?

Ako ste predani budist onda mogu preporučiti jedan oblik vježbe pročišćenja koji uključuje primjenu onoga što nazivamo *četiri moći*. Jedna od njih je osjećaj kajanja zbog učinjenih postupaka. Izgleda da je kod vas to već prisutno. Još je potrebno donijeti čvrstu odluku da se takvi postupci više ne ponove u budućnosti. Kad imamo to dvoje, vježba pročišćenja može obuhvatiti nalaženje utjehe u *Tri dragulja*, te sudjelovanje u nekim religijskim obredima kao što su prostracija i izgovaranje mantri, meditacija o ljubavi i suosjećanju ili meditacija o praznini, krajnjoj prirodi stvarnosti.

O pozitivnom izražavanju ljutnje

Postoje li primjeri pozitivnog izražavanja ljutnje koji se temelje na suosjećanju i razumijevanju vlastite prirode?

Da, moguće je da se nađemo u okolnostima u kojima je osnovna motivacija zapravo suosjećanje, ali katalizator ili poticaj može biti ljutnja koja je vrlo snažna sila uma.

O oslobađanju od patnje zbog zlostavljanja u djetinjstvu

Ako je netko bio povrijeđen ili zlostavljan kao dijete, te kao odrasla osoba zbog nanijete boli osjeća depresiju i negativne emocije, možemo li se osloboditi patnje putem meditacije? Je li proces psihoterapije komplementaran Putu?

Mislim da je najbolje rabiti obje tehnike. One se mogu razlikovati u skladu s okolnostima, no općenito uzevši one su zasigurno komplementarne.

O održavanju kontakta s emocijama

Vaša Svetosti, kako mogu ostati u kontaktu s vlastitim emocijama, a da me pritom ne bude strah? Često tako snažno kontroliram osjećaje da postajem zatvoren i nesposoban voljeti.

Kad govorim o ljubavi i suosjećanju ističem razliku između onoga što obično nazivamo ljubavlju i onoga što ja podrazumijevam pod pojmom ljubavi. Ono na što mislim kad kažem ljubav može se razviti na temelju jasne spoznaje o postojanju drugih ljudi, te iskrenog poštivanja dobrobiti i prava drugih. Međutim, ljubav zasnovana na jakoj vezanosti za svoje najmilije sa stajališta duhovne prakse nešto je što se mora do kraja pročistiti. Mora se razviti određeni stupanj nevezanosti.

Mislim da ćete se možda na početku susresti s nekom vrstom usamljenosti. U stvari, to je jedan od ciljeva redovničkog života. Dok se s jedne strane takav način življenja može doimati pomalo šturim i neprivlačnim, s druge strane on je vrlo slikovit. Mislim da u stvarnosti onaj prvi oblik sreće uključuje preveliku nestalnost, zbog toga, kad se gleda na duge staze, redovnički je način življenja, premda manje živopisan, ipak čvrst i stalan. Na duge staze mislim da je daleko ugodniji! Dakle, to je utjeha za redovnice i redovnike!

O nadvladavanju očaja i depresije

Ako netko osjeća veliki očaj i vrlo duboku depresiju te navečer liježe u krevet

sa željom da umre, kakav savjet možete dati takvoj osobi da bi postala staloženija i pozitivnija?

Vrlo je teško ako se radi o nekome tko nema nikakav duhovni temelj ili iskustvo. U tom slučaju zaista ne znam što bih savjetovao. Ali ako se radi o nekome tko ima iskustva u duhovnosti ili religiji, te ako je osoba stekla neko iskustvo u budističkoj praksi, tada će pomoći ako bude razmišljao o prirodi Buddhe i mogućnostima ljudskoga tijela i mozga. Također je dobro pročitati priče o velikim duhovnim ljudima iz prošlosti: u njihovim se životima ocrtavaju poteškoće kroz koje su prošli. Primjerice, u nekim slučajevima veliki učitelji bili su ljudi koji na početku nisu imali gotovo nikakvu naobrazbu, ili su bili depresivni i bez ikakvih sredstava itd. Ali kao rezultat odlučnosti i pouzdanja u vlastite mogućnosti, na koncu su ipak bili u stanju postići velike spoznaje. Isto tako moramo imati na umu da depresija i gubitak nade zapravo nikad ne mogu pomoći u popravljaju situacije.

O preobrazbi energije bijesa i žudnje

Vaša Svetosti, govorili ste o gnjevnim božanstvima. Možete li reći nešto više o preobrazbi energije bijesa i žudnje putem tantričke prakse. Što je ključno za takvu preobrazbu?

Određene odlike su nužne da bi osoba bila u stanju preobraziti energiju negativnih emocija, kao što su bijes i žudnja, u Put. Takva osoba mora imati čvrsti temelj u spoznaji puta mudrosti i spoznaji *načina preobrazbe*. U skladu s tim, osoba također mora imati određeni stupanj spoznaje o vogijskoj meditaciji na božanstvo, za što je potrebna jed-nousmjerenost na određeno ime i lik božanstva.

Zatim postoje određeni oblici aktivnosti kojima se možemo baviti kako bismo uspjeli preobraziti tu negativnu energiju, uključujući i postupke iz gnjeva. Da bi se poduzela takva aktivnost potrebna je jedna vrsta gnjevne motivacije, kao npr. bijes koji se u potpunosti temelji na suosjećanju (*karuna*). Bolji odgovor obuhvatio bi puno duže objašnjenje.

O BUDIZMU

O ispravnim stajalištima i mudrosti

Sigurno je kako su ispravna stajališta početak mudrosti na putu. To se ne odnosi samo na religiju.

Imate pravo kad kažete da ispravna stajališta ne moraju nužno biti povlastica koja pripada religiji. Izopačena ili kriva stajališta spadaju u Deset negativnih djela kad ih se promatra s religijske razine. U budizmu se u Deset negativnih djela ubrajaju izopačena ili kriva stajališta kao što su nevjerovanje u reinkarnaciju, nevjerovanje u mogućnost postizanja nirvane itd. To je zasigurno jedinstveno budističkoj tradiciji.

O meditaciji

Kako meditacija može pomoći postizanju zadovoljstva?

Općenito govoreći kad upotrebljavamo riječ meditacija vrlo je važno imati na umu da ona ima više različitih značenja. Na primjer, meditacija može biti jednousmjerena, kontemplativna, duboka, analitička i sl. Osobito u kontekstu vježbe razvijanja zadovoljstva, ona vrsta meditacije koju treba prakticirati ili kojom se treba baviti, više je analitička. Uključuje razmišljanje o razornim posljedicama nezadovoljstva i dobrobitima zadovoljstva i sl. Razmišljanjem o pozitivnim i negativnim posljedicama možete razviti sposobnost za osjećanje zadovoljstva. Dakle, ako je shvaćanje meditacije ograničeno samo na duboko, jednousmjereno stanje uma bez primjene sposobnosti analize, ne mislim da će takva vrsta meditacije dovesti do razvoja zadovoljstva. Tako mislim zato što osnovni budistički pristup meditaciji podrazumijeva uključivanje nekog oblika vježbe tijekom meditacije, na takav način da to ima izravan utjecaj na razdoblje nakon meditacije, na primjer na naše ponašanje i ophođenje s drugima.

O karmi

Karma je zakon uzroka i posljedica naših aktivnosti. Međutim, što je s uzrocima i posljedicama neaktivnosti?

Uvijek kad se govori o pojmu karme, osobito s obzirom na negativnu i pozitivnu karmu, ona je neizbježno povezana s nekim oblikom aktivnosti. No, to ne znači da postoje neutralni postupci ili neutralna karma koja se može shvatiti kao karma neaktivnosti. Na primjer, ako se

nađete u situaciji u kojoj je nekome potrebna pomoć, netko pati ili je u očajnoj situaciji, a okolnosti su takve da aktivnim sudjelovanjem ili uključivanjem u situaciju možete pomoći ili olakšati patnju, ako u tom slučaju ostanete pasivni - to može imati karmičke posljedice.

Međutim, to uvelike ovisi o stajalištu i motivaciji. Bez obzira ima li osoba sposobnost olakšati patnju drugoga, ako je njezino stajalište takvo da je potpuno ravnodušna prema dobrobiti drugih, te njihovu dobrobit i potrebe prepušta situaciji, to će joj zasigurno donijeti negativne karmičke posljedice. No, to je potpuno različito od situacije u kojoj osoba nehotice zanemaruje potrebe drugih i ostaje pasivna zbog nedostatka samopouzdanja i hrabrosti. To možemo shvatiti kao manje negativno.

O razvijanju pouzdanja u našu prirodu Buddhe

Koji je najbolji način za razvijanje pouzdanja u prirodu Buddhe u nama?

Na temelju pojma Praznine, značenja objektivne čiste svjetlosti te pojma subjektivne čiste svjetlosti, nastojimo razviti dublje razumijevanje prirode Buddhe. Nije lako, ali istraživanjem, kako intelektualnim tako i uspostavljanjem veze s našim svakodnevnim osjećajima, postoji način za razvijanje jedne vrste dubokog doživljaja ili osjećaja prirode Buddhe.

O prirodi živih bića i tome imaju li biljke prirodu Buddhe.

Vaša Svetosti, suvremena znanost ne pravi jasnu razliku između biljaka i jednostavnih životinjskih organizama. Kako se u budizmu razlučuje tko posjeduje duh, a tko ne? Treba li vjerovati da biljke sudjeluju u krugu rađanja i umiranja i imaju prirodu Buddhe?

Na jednom skupu sa znanstvenicima o međusobnoj isprepletenosti suvremene znanosti i budizma postavljeno je pitanje kako se određuje je li živo biće osjećajno ili neosjećajno. Na koncu smo se svi složili kako je odlučujući pokazatelj sposobnost za pokret i kretanje. Naravno, s budističkog stajališta postoje živa bića koja nemaju oblik, poput onih u svijetu bez oblika. Štoviše, unutar područja oblika gdje se bića očituju u fizičkom obliku, budistička literatura spominje živa bića u obliku biljaka, cvijeća itd. Ali što se tiče izravnog pitanja može li se otkriti jesu li biljke osjećajne ili nisu, iskreno govoreći ne bih znao kako se to određuje. Mislim da na općeprihvaćenoj razini ljudi kažu: "To je samo biljka". Onda je mi i prihvaćamo samo kao biljku. Međutim, ipak moramo uzeti u obzir da postoje različite razine nedosljednosti između načina na koji doživljavamo stvari i načina na koji se stvari i događaji

zbilja odvijaju. To može na neki način imati veze s tvrdnjom iznijetom u budističkim filozofskim postavkama pod nazivom *Madhyamika Prasangika* u kojima se prihvaća razlika između lažnoga i stvarnoga, privida i stvarnosti, ali se na koncu ne prihvaća takva razlika.

O svjesnim i nesvjesnim uvjerenjima

U pokušaju da se život sagleda u pozitivnom svjetlu, kako se budizam postavlja prema podvojenosti između svjesnih i nesvjesnih uvjerenja?

Nisam posve siguran u značenje engleske riječi 'nesvjesno', ali kad govorimo o načinima svladavanja različitih bolnih i negativnih spoznajnih i emocionalnih stanja, budizam stvara razliku između doživljaja koji su svjesni ili očigledni, te onih koji ostaju u obliku sklonosti, težnji i namjera. Kad govorimo o njima, svladavanje svjesnih i očitih spoznajnih i emocionalnih stanja smatra se lakšim od svladavanja suptilnih sklonosti, težnji i namjera. Stoga se u budističkim spisima kad se predstavlja put prosvjetljenja, uvid u prirodu Praznine razmatra kao protusila svladavanju svjesnih i očitih oblika ovih bolnih stanja. Samo putem stalnog razvijanja razumijevanja prirode stvarnosti, dugim procesom meditacije čovjek može konačno svladati sklonosti i težnje.

Budistička literatura spominje različite stadije u procesu svladavanja bolnih i negativnih stanja. Prvi stadij je izvježbati sebe na takav način da na početnom stadiju osoba dosegne razinu na kojoj, premda se možda već susrela s određenim okolnostima koje bi inače uzrokovale negativne i bolne reakcije, ta se negativna stanja usljed vježbanja neće pojaviti. Nakon toga će onda uslijediti više stanje u kojem osoba zapravo može izravno svladati i spriječiti pojavu bolnih emocija. Na koncu, na još naprednijem stupnju osoba čak može ukloniti sjeme ili klicu koja uzrokuje ta negativna stanja. Dakle, kao što vidite, proces svladavanja negativnih i bolnih spoznajnih i emocionalnih stanja vrlo je složen. Ne mogu se pukim razvijanjem uvida u prirodu stvarnosti u istom trenutku ukloniti sve negativnosti iz uma.

Želim vam bolje predočiti složenost procesa. Imali smo prilike vidjeti da, s obzirom na određeni problem, um prolazi kroz stanja koja se prilično razlikuju. Na primjer, naš stav prema određenom problemu može u početnom stadiju biti potpuno suprotan stvarnosti. Kao rezultat našeg nastojanja da shvatimo pravu stvarnost situacije, možda ćemo polako početi sumnjati u svoje čvrsto pogrešno uvjerenje i promijeniti ga u prilagodljivo stanje u kojem smo svjesni da stvari možda jesu takve, a

možda i nisu. Prilagodljivo stanje oklijevanja može se tada putem dublje analize pretvoriti u stanje pretpostavljanja koje teži ispravnom zaključku. Kad se dalje produbi i približi, takvo stanje pretpostavljanja može se pretvoriti u stanje istinskog znanja. Na početnom stadiju to istinsko znanje samo je zaključak koji se zasniva na određenim postavkama i stoga je samo koncept. No, putem stalnog razvijanja razumijevanja, na koncu i ono razumijevanje zasnovano na zaključcima, prema budizmu, može kulminirati izravnim intuitivnim shvaćanjem prirode stvarnosti. Jasno se vidi kako se odvija napredovanje. To na neki način pokazuje složenost procesa svladavanja bornih stanja. Budizam kaže da pravo stanje prestanka u kojem je osoba potpuno svladala učinke negativnih i bolnih emocionalnih i spoznajnih stanja jest izravni i intuitivni uvid.

O tome zašto se budizam opisuje kao duhovni put

Vaša Svetosti, zašto se budizam opisuje kao duhovni put kad se sve vrti oko uma?

Da, istina je da neki ljudi opisuju budizam kao znanost o umu, prije negoli kao religiju. U djelima jednog od najvećih budističkih učitelja, Nagarjune, spominje se da pristup budističkom duhovnom putu zahtijeva usklađeno primjenjivanje sposobnosti vjere i inteligencije. Premda ne znam točno sva suptilna značenja engleske riječi 'religija', osobno mislim da se budizam može definirati kao neka vrsta spoja duhovnog puta i filozofskog sustava. Međutim, u budizmu se veći naglasak stavlja na razum i inteligenciju nego na vjeru, no, naravno, ima mjesta za ulogu vjere. Na primjer, budizam sve pojave svrstava u tri kategorije. U prvu spadaju na prvi pogled očite pojave, naime one stvari koje možemo izravno iskusiti ili osjetiti i razumjeti; u drugu spadaju određene vrste pojava koje zahtijevaju izvođenje zaključaka putem logičkog procesa, ali do kojih još uvijek možemo doći polazeći od očitih premisa; u trećoj su kategoriji one pojave koje se nazivaju nejasnim pojavama, koje se mogu razumjeti samo ako se oslonimo na svjedočenje treće osobe i u kontekstu budizma na Buddhino svjedočenje. Oslanjanjem na Buddhine riječi možemo prihvatiti njihovo postojanje.

Međutim, čak se ni tad Buddhino svjedočenje ne prihvaća slijepom vjerom, samo zato što je on Buddha, već radije zato što se pokazalo da su Buddhine riječi pouzdane u kontekstu pojava i tema podvrgnutih logičkom razmišljanju i shvaćanju. Upućujući na to da je dokazano kako

su Buddhine riječi pouzdane kad se radi o ovim stvarima, ne može se zaključiti da će Buddhine riječi jednako vrijediti i za probleme ili teme koje nam nisu tako izravno očite. Dakle, tu se otvara mjesto za ulogu vjere, no ipak možemo vidjeti da ona na koncu ovisi o razumu i inteligenciji, tj. sposobnosti shvaćanja. Dakle, budizam se može opisati kao spoj filozofskog sustava i duhovnog puta ili kao spoj znanosti o umu i duhovnog puta.

Jedan od razloga zašto kažem da u budističkoj metodologiji, osobito u metodologiji Mahavana budizma, postoji razlika između dvije kategorije Buddhinih riječi, jest sljedeći. Određene vrste Buddhinih tekstova mogu se shvatiti doslovno i određeno, dok se neke druge ne mogu uzeti zdravo za gotovo, ne prihvaćaju se doslovno i zahtijevaju daljnje tumačenje. Kako možemo odrediti treba li neki tekst prihvatiti doslovno i određeno ili ga trebamo dalje tumačiti kako bismo otkrili značenje koje se krije ispod površine? To se može učiniti samo oslanjanjem na jedan oblik zaključivanja. Stoga, konačno shvaćanje i ispitivanje donose prosudbu. Smisao toga vrlo jasno ilustrira Buddhina rečenica koju se često citira. "Redovnici (*bhikshu*) i mudri ljudi ne prihvaćaju moje riječi samo zato što su one riječi Buddhe, samo zato što su mi odani, već poput zlatara ispituju zlato na različite načine da bi na koncu donijeli prosudbu; u skladu s tim prihvaćaju vrijednost mojih riječi tek nakon što su ih podvrgli analizi i ispitivanju".

Na neki način Buddha nam daje slobodu da njegove vlastite riječi podvrgnemo dubljem ispitivanju. Čini se da je čovječanstvo podijeljeno na dvije skupine: u jednoj ljudi tvrde da su radikalni materijalisti, a druga se temelji isključivo na vjeri, bez velikog ispitivanja. To su dva svijeta ili dva tabora. Budizam ne pripada ni jednome od njih. S jedne strane budizam je znanost o umu, pa ga stoga jedna skupina odbija tvrdeći kako nije religija. S druge strane budizam je previše duhovan, uključuje meditaciju i slične stvari, pa ga zato odbacuje i druga skupina. Stoga budizam ostaje između njih. Možda je upravo to prednost: budizam može poslužiti kao most koji će spojiti te dvije krajnosti. Ponekad osjećam da će u budućnosti budizam odigrati bitnu ulogu u spajanju tih dviju strana.

O celibatu

Je li celibat preduvjet za prosvjetljenje?

Mislim da nije. Ipak, možete pitati zašto je i sam Buddha na koncu postao redovnik. Mislim da je sa stajališta *Viniya sutre* glavna svrha celibata smanjivanje želje ili vezanosti.

Sa stajališta Tantravane, osobito najviše yoge Tantravane, iz energije kapljice ili najvišeg blaženstva izvire energija koja raspršuje grubu razinu svijesti ili grubu razinu energije. Kad se iskusi takvo blaženstvo, postoji mogućnost da će se grublja razina konačno raspršiti. Dakle, kapljice su ključni čimbenik za blaženstvo.

U tibetskom budizmu, osobito ako pogledamo ikonografiju božanstava i njihovih družica, možemo vidjeti kako je prisutno puno izričito seksualne simbolike koja često ostavlja krivi dojam. Zapravo, u ovom slučaju koristi se spolni organ, ali energijski pokret koji se odvija na koncu ostaje pod punim nadzorom. Energija se ne bi nikada trebala samo pustiti. Nju treba nadzirati i na koncu usmjeriti u ostale dijelove tijela. Ono što osoba koja prakticira tantru treba razviti jest sposobnost uporabe vlastitog osjećaja i iskustva blaženstva, koji se osobito razvijaju zbog protoka regenerativnih tekućina unutar energetskih kanala. Od najveće je važnosti imati sposobnost zaštite od pogrešnog ispuštanja energije. Tu se ne radi samo o običnom spolnom činu. Dakle, tu se može vidjeti da postoji neka posebna veza s celibatom. Osobito u prakticiranju Kalachakra lantre to pravilo zaštite od ispuštanja energije drži se iznimno bitnim. U literaturi o Ralachakri govori se o tri vrste iskustva blaženstva: jedno je iskustvo blaženstva koje je potaknuto protokom energije; drugo je nepromjenjivo iskustvo blaženstva, a treće promjenjivo iskustvo blaženstva. Stog stajališta, kad je Buddha dao zavjet celibata na toj razini nije objasnio sve razloge za to pravilo i tu disciplinu. Potpuno objašnjenje dolazi tek kad upoznamo Tantravana sustav. Možda je to odgovor na vaše pitanje. Na koncu mislim da je odgovor i da i ne!

O ženama i celibatu

Odgovor koji ste dali o potrebi za celibatom i postizanju blaženstva putem neispuštanja energije dan je sa stajališta muškarca. Zašto se u tim vježbama nikad ne spominje ženska uloga? Što žena treba učiniti sa svojom energijom da bi ostvarila prosojetljenje putem blaženstva?

Radi se o istoj tehnici i istom načelu. Prema riječima nekih mojih prijatelja iz Indije, oni koji prakticiraju hinduističku Tantravanu, također upoznaju vježbanje *kundalini* i *chandalini*. Prema onome što sam saznao,

žena ima istu vrstu energije kapljice. Dakle, radi se o istoj metodi.

O obliku u kojem ćemo se ponovno roditi

Tko ili što određuje u kojem ćemo se obliku ponovno vratiti na zemlju?

Prema budizmu, naša djela ili karma je ta koja zapravo određuje ponovno rođenje. Također stanje uma u trenutku smrti ima odlučujuću ulogu. Oni koji su donekle upoznati s budizmom možda već znaju za glavno učenje koje je poučavao Buddha, pod nazivom *dvvanaest veza u lancu ovisnog postanka*. Druga veza u lancu je karma. Međutim, sama karma nije dovoljna da bi dovela do ponovnog rođenja, stoga su drugi uvjetujući čimbenici kao što su negativne emocije i spoznaje jednako nužni. To su osma i deveta veza koje predstavljaju vezanost i pohlepa. Dakle, kad se aktivira karmički utisak uslijed sile osme i devete veze, odnosno vezanosti i pohlepe, tada karmički utisak postaje zreo, tako da je deseta veza poznata kao veza postanka. Dakle, priroda ponovnog rađanja u osnovi ovisi o karmičkim utiscima i sposobnosti pojedinog bića, ne samo o utiscima i sposobnostima koji su se nagomilali tijekom sadašnjeg života, već i tijekom prethodnih života. Također unutar karmičkih mogućnosti može biti nekih koje su snažnije i nekih koje su slabije. *Abhidharma Kosha*, budistički tekst, kaže da najjači među 'karmičkim utiscima' ili 'karmičkim klicama' koje osoba može imati pohranjenog u svom mentalnom kontinuumu, određuje prirodu ponovnog rođenja. Ako osoba ima mnogo karmičkih utisaka iste snage tada je karmičko djelovanje koje je najbliže sadašnjem životu ono koje će sazrijeti. A ako još uvijek ostaje mnogo karmičkih utisaka slične prirode, tada je karmičko djelovanje s kojim je osoba najbolje upoznata ono koje će sazrijeti i odrediti sljedeće rođenje. Kao što sam prije napomenuo, jedan od odlučujućih čimbenika ili uvjeta jest stanje uma u trenutku smrti.

O tome kako se može iskoristiti stanje sna

Možete li nešto više reći o korisnosti stanja sna?

Samo u najvišoj tantra yogi, tantričkom budizmu, otkrivamo meditacijske tehnike koje se mogu primijeniti u stanju sna. Dvije su glavne svrhe za takve vrste meditacije putem uporabe svijesti u stanju sna. Kao što sam jučer istaknuo, tijekom stanja sna pruža nam se izvrsna prilika za probu ili upoznavanje s procesom smrti, jer se i u stanju sna doživljava proces sličan razlaganju. Na neki način meditantima to čine tako

što koriste stanje sna da bi se upoznali s procesom razlaganja i naučili prepoznati različite znakove koji se povezuju s različitim razinama razlaganja.

Ali glavna svrha meditacije u snovima jest izvježbati sebe na takav način da čak i tijekom stanja sna uistinu možemo iskusiti ono što je poznato kao čista svjetlost, najsuptilnija razina svijesti, na taj način omogućivši sebi istinsko iskustvo razlaganja različitih elemenata tijekom sna. A za to je potrebna sposobnost prepoznavanja snova kao stanja sna. Dva su glavna načina da se to učini. Jedan je putem *prana* yoge koju čini usmjeravanje energije kroz energetske kanale: vrlo napredna i teška metoda za početnike. Drugi način ne vodi putem vježbanja *prana* yoge, već putem razvoja jedne vrste odlučnosti ili mentalne snage - razvijanjem snažne volje za prepoznavanjem i određivanjem snova kao stanja sna. To je također umnogome povezano s vrstom prehrane koju ste prihvatili, s vašim ponašanjem itd.

O priznavanju žena u tibetskom budizmu

Zašto žene nikad u prošlosti nisu priznate kao lame ili gurui u tibetskom budizmu?

Zapravo postoji nekoliko visokih institucija koje proučavaju reinkarnaciju kao što je Samdring Dorje Phagmo, koje tradicionalno vode žene lame vrlo visokoga položaja. Trenutno je lama Samdring Dorje Phagmoa četrnaesta reinkarnacija. To pokazuje da je ova institucija stara koliko i Karmapa koja se smatra prvom takvom institucijom u Tibetu.

Dakle, postoji nekoliko reinkarniranih žena lama. Naravno, većina su i danas i u prošlosti muškarci. No, mora se priznati da se položaj žena u prošlosti zanemarivao ili previđao. Dio razloga za takvo zanemarivanje prava i položaja žena u tibetskom budizmu je zato što u prošlosti ljudi naprosto nisu tome posvećivali puno pozornosti. Uzimali smo zatečeno stanje manje-više zdravo za gotovo. Na primjer, nedavno sam se u Dharamsali sastao sa zapadnjačkim budističkim učiteljima. Tijekom sastanka razgovaralo se o pravilima za određivanje prioriteta po starosti pri obredu zaređivanja i zaključeno je da taj običaj zaista odražava predrasudu. Na sastanku sam obećao da ću za šest mjeseci organizirati veliku konferenciju i okupili barem tibetske učenjake i redovnike (*bhikshu*) kako bismo to raspravili.

Općenito mislim da u budističkom sustavu, a osobito u *Viniya Sutri*, i muškarci i žene imaju pravo na najviši red, kako redovnici (*bhikshu*), tako i redovnice (*bhikshuni*). Pa ipak, činjenica je da redovnik dobiva viši red, a redovnica niži. Zatim, u Bodhisattvavani su svi vjerovali da imaju istu prirodu Buddhe. Štoviše, sposobnost postizanja razine Bodhicitte i prakticiranja šest *paramita* potpuno je jednaka.

Što se tiče točnog budističkog stava o pitanjima spolne diskriminacije, ženskih prava i položaja žena u budizmu, kao što sam ranije istaknuo - barem što se tiče prisutnosti prirode Buddhe, nema nikakve razlike. Niti ima ikakve razlike u smislu potencijala koji svaka osoba ima za razvijanje najviših altruističkih težnji za postizanje stanja budinstvaili uvida u konačnu prirodu stvarnosti itd.

No, mora se priznati da se u nekim dijelovima budističke literature odražava jedna vrsta diskriminacije. Na primjer, u jednom od tekstova pod nazivom *Abhidharina Kosha* u kojem se navode određene odlike ili osobine napredne razine Bodhisattve, jedan od opisa doima se kao da osobu koja je uznapredovala na putu ka prosvjetljenju prikazuje kao muškarca. Dakle, zaista se doima kao da odražava pristranost. No, ako promotrimo to pitanje sa stajališta koje držim najvišim u budizmu, a to je prema našem shvaćanju stajalište najviše tantra yoge, rekao bih da nema spolne diskriminacije zato što praksa najviše tantra yoge najprije zahtijeva inicijaciju, a inicijacija u tantru nije potpuna bez punopravnog i podjednako sudjelovanja i ženskih i muških učenika. Na primjer, i muškarci i žene primaju posvećenje. Također u yoga mandali s božanstvima nužno je punopravno sudjelovanje muških i ženskih božanstava. Što se tiče tantrе, zapravo postoje osobita pravila za one koji vježbaju tantru, koja kažu da ako ponižavale ili potcjenjujete ženu, time kršite pravilo tantrе. Slično tome, cjelovito iskustvo tantričkog puta k prosvjetljenju može se zadobiti samo ako i muškarci i žene izvode komplementarne vježbe. Na primjer, ako se radi o muškarcu, njemu su potrebni pomoć i poticaj suprotnog spola; isto tako ako žena prakticira tantru potrebni su joj pomoć i poticaj njezinog muškog partnera. To se nadovezuje na teme o kojima smo govorili ranije, o postizanju blaženog stanja uma; ali ovo je potpuno drukčije od običnog seksa. Slično tome, svaki učenik može postići potpuno prosvjetljenje bez obzira na to da li se rodio kao muškarac ili žena. Dakle, sa stajališta najviše tantra yoge, rekao bih da nema razlike među spolovima niti spolne diskriminacije.

Mislim da je vrlo važno za žene da nastoje izboriti sva svoja prava. U

zajednici tibetanskih prognanika u Indiji dugi niz godina zagovaram žensku stranu, dakle, stranu redovnica. One moraju razviti zanimanje ili hrabrost za proučavanje jednako kao i redovnici. Premda danas u Tibetu gotovo niti jedan samostan za redovnice nije mjesto ozbiljnog proučavanja, legende nam govore o nešto drukčijoj prošlosti u kojoj su samostani za redovnice bili važna središta za filozofsku naobrazbu i rasprave, u tolikoj mjeri da je bilo nekoliko slučajeva rasprava između redovnika i redovnica u kojima su redovnici izgubili! Dakle, vidite da već više od 20 godina u Indiji neprestano ulažem napore u rješavanje ženskih pitanja, ali i same žene moraju preuzeti punu inicijativu, to je bitno.

O predodređenosti

Neki ljudi i učitelji kažu da kad nešto učinimo ili odlučimo, u stvari nismo mi ti koji odlučujemo i da će se ono što se ima dogoditi odviti bez obzira na to što mi mislimo, kako smo nešto odlučili, ili na neki način utjecali na razvoj događaja ili situacije. Ako je tako, kako onda mi stvaramo karmu ako nismo oni koji u stvari donose odluku?

Mislim da je to krivo shvaćanje. Kad bi taj oblik fatalističkog shvaćanja naših postupaka i življenja bio istinit, onda sama zamisao o mogućnosti oslobođenja ili prosvjetljenja ne bi imala nikakvog smisla. Zato što je nužna posljedica pojma oslobođenja potpuni obrat karme uslijed kojega se postiže spas ili stanje budinstva. To je upravo ono na što se misli pod prakticiranjem i kroćenjem na duhovni put. Ranije sam spomenuo kako ponekad ljudi, pa i Tibetanci, koriste karmu kao izliku. Mislim da je to neispravno.

O meditaciji bez prethodnog pročišćenja motivacije od negativnosti

O velikoj šteti koja nastaje provođenjem meditacije bez pročišćenja motivacije od negativnosti. Upoznao sam ljude koji su razvili neke mentalne moći i koriste tu snagu za sebične, gotovo okrutne motive, dok su im umovi smrznuti ili blokirani, a srca doslovno torda ili nečista. Postoji li metoda za odmrzavanje energija koje su se čvrsto nakupile na neispravan način?

Ono što je važno jest imati uravnotežen pristup vlastitoj meditaciji. U stvari, zbog te važnosti u budističkom se učenju često govori o "sveobuhvatnom putu". Na primjer, ako bi se netko usredotočio

isključivo na postizanje uvida u prazninu, bez poklanjanja pozornosti razvoju suosjećajnijih vidova uma, tada bi to zapravo moglo imati za posljedicu niži put. Slično tome, ako usmjerimo svu snagu u razvijanje suosjećajnih strana puta, bez obraćanja pozornosti na mudrost i inteligenciju, onda zapravo altruističke težnje i stavovi nikad ne bi u potpunosti bili razvijeni, zato što bi im nedostajao komplementarni čimbenik. Dakle, općenito govoreći može se reći kako postoje dva različita pristupa osobnom prakticiranju budističkog puta. Jedan se temelji na razvijanju razumijevanja svih sustava u budističkom putu i na tome kako se većina ključnih elemenata uklapa u određeni sustav. Međutim, postoji i drugi pristup koji bismo mogli shvatiti kao individualniji, u kojem osoba možda nije u potpunosti razvila razumijevanje cijelog sveobuhvatnog sustava budističkog puta već naprosto jednousmjerenom slijedi upute iskusnog učitelja. U tom slučaju učitelj je zaista iznimno važan i mora uistinu biti stručan. Tada se radi o iznimnom slučaju bez opširnog proučavanja.

O slijepoj vjeri

Što mislite o slijepoj vjeri s ciljem postizanja oslobođenja?

Mislim da vas ne može odvesti daleko!

O suosjećanju i ovisnosti o drugima

Vaša Svetosti, u kojoj mjeri trebamo osjećati odgovornost u svom nastojanju da budemo suosjećajna ljudska bića? Što bismo trebali učiniti kad vidimo da je netko emotivno ovisan o našem suosjećanju? Je li suosjećajno povrijediti nekoga ako mislimo da je to najbolje na duge staze?

Mislim da biste trebali imati na umu suosjećanje s mudročću. Vrlo je važno iskoristiti vlastitu inteligenciju za prosuđivanje o dugoročnim i kratkoročnim posljedicama svojih djela.

O važnosti postupaka pojedinca

Razumijem kako moj vlastiti um i postupci mogu utjecati na moje stanje. Mogu li također utjecati i na stanje u svijetu kao npr. na glad, neimaštinu i druge teške patnje bića svugdje u svijetu? Kako?

Ponekad osjećamo da je postupak pojedinca beznačajan. Tada, dakako, mislimo kako se učinci postižu putem kanaliziranja ili

ujedinjujućih pokreta. No, pokret u društvu, zajednici ili skupini ljudi podrazumijeva udruživanje pojedinaca. Društvo je skup pojedinaca i stoga inicijativa mora poteći od pojedinaca. Ukoliko svaki pojedinac ne razvije osjećaj odgovornosti, cijela se zajednica ne može pokrenuti. Stoga je od najvećeg značenja ne misliti kako je napor pojedinca beznačajan - ne bismo tako trebali osjećati. Trebali bismo uložiti napor.

O tome trebaju li početnici polako ili brzo svladavati učenje budizma

Da li biste savjetovali Zapadnjacima početnicima na budističkom putu da idu polako i prouče veće područje ili da pokušaju naučiti što je moguće više i idu brže?

To opet ovisi o osobi. Mislim da je u nekim slučajevima opširno proučavanje prikladnije i korisnije. Ali važno je na umu imati sljedeće: trebali biste shvatiti da za duhovni razvoj treba vremena, on se ne može odviti preko noći. Neki bi lama mogao reći: "Ako slijediš moje učenje, steći ćeš duhovno iskustvo za tjedan ili četrnaest dana". Mislim da je to besmislica.

O čistoj svjetlosti uma

Vaša Svetost govori o unutarnjoj čistoj svjetlosti uma. Doima se da to potječe iz Dzogchenova govora. U stvari, pojam unutarnjeg uma često je predmet neslaganja u dijalektici Madhyamike Prasagike. Neke hijerarhije Gelugpa čak se u Dogchenovim postavkama drže krivovjernima i nebudističkim. Unatoč tome Vaša Svetost razvila je način da se ta dva naizgled suprotna stajališta o konačnoj prirodi uma povezu. Možete li objasniti na koji se način Dzogchen nadopunjuje s lamom Tsong Kapom?

Najprije mislim da ste malo pogriješili. Možda je došlo do zbrke između dvije vrste naizgled vrlo sličnih, no zapravo vrlo različitih pojmova. S jedne strane imamo unutarnju čistu svjetlost uma, a s druge ono što nazivam "unutarnjim shvaćanjem trajnog jastva". To su dvije različite stvari. Unutarnje shvaćanje trajnog vida jastva u stvari se odvija na konceptualnoj razini, gdje su misaoni procesi još aktivni. Tada se još uvijek odvija unutarnje shvaćanje jastva, dok unutarnja čista svjetlost uma postaje očita tek na najsuptilnijoj razini. No, dok do toga dođe veliki broj konceptualnih misaonih procesa već se završio, pa su to dvije

različite stvari.

Ali što se tiče istinske prirode čiste svjetlosti uma i toga je li ona konceptualna ili nekonceptualna, postoje različita mišljenja. Još je jedna razlika ta da čista svjetlost uma nastaje iznutra s ciljem shvaćanja prirode stvarnosti. U stvari, ovo je jedan od najsnažnijih načina za postizanje shvaćanja trajnog vida jastva. Kaže se da kad se objektivna čista svjetlost, koja je praznina, spoji ili asimilira sa subjektivnim iskustvom čistog svjetla, a koji je unutarjni um o kojem ovdje govorimo, ostvaruje se najsnažnija svjesnost koja je izjednačena sa silom shvaćanja. Mislim, kad govorimo o Gelugpinom stavu ili stajalištu, moramo to poistovjetiti više s lamom Tsong Kapom, osnivačem Gelugpa tradicije i njegova dva najvažnija učenika. Otkrivamo da se u jednom od zapisa Khnanpuje, jednog od dva najistaknutija učenika lame Tsong Kape, postavlja pitanje o autentičnosti i učinkovitosti Dzogchenovog stajališta o konačnoj prirodi. Khnanpuje kaže da, što se tiče pravog stajališta o konačnoj prirodi Dzogchenovih postavki, to je autentično stajalište, nešto što se svakako može primijeniti u vlastitom provođenju najviše tantra yoge. No, razlog zašto se Dzogchenovo stajalište toliko kritizira jest to što su se neki od Dzogchenovih učenika u to doba doimali previše popustljivima u slijeđenju etičkih načela.

No, ono što se ovdje mora imati na umu jest uporaba riječi stajalište, ispravno stajališe, stajalište praznine. Kad se u literaturi Madhyamike govori o stajalištu praznine, to se najčešće odnosi na predmet praznine, prirodu stvarnosti kakva jest, dok kad se riječ 'stajalište' koristi u Dzogchenovim tekstovima i Mahamudra literaturi, tada se prje odnosi na subjektivno iskustvo nego na prazninu. Razlika je vrlo bitna i moramo je poštivati zato što ako usporedimo stajalište o praznini u sutri i tantri, sa stajališta shvaćanja praznine nema nikakve razlike. No, razlika se pojavljuje u subjektivnom, stajalištu gdje se kaže da je tantričko subjektivno iskustvo praznine dublje.

Vaša Svetosti, kad biste imali tri želje što biste poželjeli?

To je stroga tajna!

O RAZLIČITIM VIDOVIMA SMRTI I UMIRANJA

O slučajnoj i iznenadnoj smrti

Vaša Svetosti, što se događa s osobom koja, umre u nesreći kao što je npr. prometna nesreća ili uslijed umorstva i sl.?

Pod takvim okolnostima osoba bi se mogla naći u stanju krajnje tjeskobe ili šoka, ali općenito stanje uma u takvim situacijama možemo opisati kao neutralno, um nije ni pun vrline ni bez vrline. Ono što sam zamijetio u istraživanjima ponovnog rođenja na temelju svjedočenja djece koja tvrde da se sjećaju svojih prošlih života, jest to da je u mnogim slučajevima način na koji su se susreli sa smrću u prethodnom životu bio vrlo neočekivan, kao što su nesretni slučajevi i sl. Stoga mislim da tome treba posvetiti više istraživanja. S budističkog stajališta, koliko mi je poznato, nema posebnog objašnjenja.

Prije oko 10 godina u Indiji sam upoznao dvije djevojčice, jedna je bila iz Punjaba, a druga iz Uttar Pradesha. U oba slučaja, djevojčice su doživjele iznenadnu smrt u prethodnom životu. Jedna od njih doista se izvrsno sjećala svog prošlog života. Kao posljedicu toga ovu su djevojčicu njezini roditelji iz prošlog života prihvatili kao vlastitu kćer, tako da ona sad ima četiri roditelja! Počeo sam se pitati ima li tu još nekih veza. Prvo, i u ovom i u prošlom životu one su ženskog spola, drugo, obje su umrle iznenada! Ne znam. Ako je doista tako, mislim da će u budućnosti biti više reinkarniranih žena!

O razlikama između spokojne i neočekivane ili nasilne smrti

Vaša Svetosti, možete li nešto reći o razlikama između spokojne i neočekivane ili nasilne smrti?

Dakako, sa stajališta duhovne prakse prirodna je smrt bolja. Imamo više vremena za razmišljanje i duhovnu praksu. Također, prema Tantravani, postoje znakovi koji pokazuju kad se različiti elementi rastapaju. Ako je tijelo relativno snažno, ti su znakovi razlaganja različitih elemenata očitiji, tako da je praksa lakša. Ako je, međutim, umirući dugo bolovao i postao fizički slab, tada ti znakovi ne moraju biti jasni. Postoje različite vrste meditacijskih tehnika koje se u budizmu nazivaju prijenosnikom svijesti, a koje se preporučaju meditantu

isključivo kao posljednje utočište. One omogućuju čovjeku da svjesno prođe procesom razlaganja. Prije toga pojavljuju se različiti znakovi koji pomažu meditantu sa sigurnošću odrediti svoju smrt. Kad se ti znakovi neprestano ponavljaju i postoji mogućnost obrata konačnog rezultata, tada meditant može potražiti posljednje utočište u vježbi kakva je prijenosnik svijesti. No, proces prirodne smrti puno je bolji.

O pripremanju za smrt i stanju kome

Ako se netko dobro pripremio za smrt, je li bitno ako je u komi sve do smrti kao i u trenutku smrti?

Hoće li takva osoba ipak imati jasnu svijest za koju ste ranije rekli da je iznimno bitna?

Premda je vrlo teško suditi o razlici između ta dva stanja, kao pretpostavku rekao bih da premda osoba može biti vješta u meditaciji, ako dugo ostane u komi, onda bi to možda moglo utjecati na njezinu sposobnost razlučivanja različitih znakova procesa razlaganja. Premda u trenutku procesa razlaganja moć razlučivanja nije ista kao na gruboj konceptualnoj razini razmišljanja s kojom inače imamo iskustva, ipak svjesna volja da se razluče znakovi razlaganja snažno utječe na sposobnost osobe da ostane svjesna u trenutku smrti. U idealnom slučaju, bilo bi lijepo kad bismo mogli eksperimentirati s tim stanjem i na primjer vidjeti hoće li na sposobnost iskusnog meditanta da ostane u stanju čistog svjetla utjecati stanje kome uslijed teške bolesti ili ne.

U stvari, prije nekoliko godina skupina znanstvenika došla je u Dharamsalu i izvela nekoliko eksperimenata. Željeli su proučiti proces smrti i u tu svrhu donijeli su jedan stroj. Ali kako utvrditi tko će umrijeti i kada? I tko će doživjeti neko iskustvo? Nitko to nije mogao predvidjeti. To je problem. Od tada je bilo više slučajeva u kojima nakon smrti nije došlo do raspadanja tijela. Mislim da je to u nekim slučajevima trajalo tjedan dana, a u nekima i puno duže. Međutim onda kad su se dogodili ti slučajevi nije bilo nikoga tko bi mogao izvesti eksperimente. S druge strane kad su znanstvenici bili prisutni sa svojom opremom, nitko nije umro! To je vrlo težak zadatak!

O zaraženosti virusom HIV i odnošenju spram bijesa i smrti

Vaša Svetosti, kao netko tko je zaražen virusom HIV uvjerio sam se da me

bijes zbog mog stanja sprječava da smrt prihvatim spokojno. Što bi moglo pomoći kad se radi o takvom bijesu?

To je veliki problem. U velikoj mjeri stav je društva prema takvim osobama vrlo nezdrav, postoji težnja da ih se isključuje iz društva. Da stvar bude gora, ti su ljudi potpuno obeshrabreni i imaju vrlo malu mentalnu snagu. No, ako bi počeli nešto prakticirati, kao npr. budizam, onda bi naravno uvidjeli da je ovaj život samo jedan od mnogih te da kraj jednog života ne predstavlja kraj zauvijek. Također, svaki događaj i iskustvo u ovom životu posljedica je dakako, naših djela ili karme, ne nužno iz prošlih života, već je i posljedica postupaka iz ovog života. U skladu sa zakonom uzroka i posljedice, ti nesretni događaji nastaju zbog naših vlastitih postupaka u prošlosti. Sloga mislim da je i to neka vrsta utjehe.

Upoznao sam neke meditante s Tibeta koji su mi opisali svoja iskustva. Neki bolesnici koji su bolovali od smrtonosnih bolesti zatražili su od svojih liječnika da im iskreno kažu može li se njihova bolest izliječiti ili ne, te hoće li umrijeti od nje i koliko im je još vremena ostalo. Jednom kad takvi bolesnici saznaju da im je preostalo tek određeno vrijeme za život, rekli su mi, to im dolazi kao neka vrsta olakšanja, zato što onda mogu preorijentirati svoj život kako bi na prvo mjesto stavili ono što je doista važno. Stoga mislim da sve u velikoj mjeri ovisi o vlastitoj praksi. Osim toga, ne znam, teško je.

O eutanaziji

U slučajevima neizdrživo bolnih smrtonosnih bolesti ili ozljeda, biste li oprostili olakšavanje smrti ili ubijanje iz milosrđa?

To je također vrlo složeno. Opet puno toga ovisi od slučaja do slučaja. Sa stajališta budističke duhovne prakse, budući da su te situacije uzrokovane karmom iz prošlosti ili postupcima osobe, prije ili kasnije čovjek mora doživjeti ta bolna iskustva. U takvim slučajevima bolje je osjećati bol u ovom ljudskom tijelu i znati da barem postoje medicinske sestre i liječnici koji se mogu brinuti za nas. Ako nam se to dogodi u nekom drugom obliku egzistencije, nećemo imati takvu pomoć pri ruci i tada je isto iskustvo doista beznadno. Eto to je jedan način gledanja na to.

S druge strane, ako je netko u komi i nema nade za oporavak, te ako u tom stanju ostane vrlo dugo, to je vrlo skupo i troškovi mogu stvoriti razne druge probleme. Tako složena situacija možda je izniman slučaj,

ali tu je vrlo teško nešto reći ili generalizirati. Mislim da se mora donijeti odluka na osnovi pojedinog slučaja.

Možda se mogu uočiti neke paralele između prakse milosrdnog ubijanja i budističke prakse prijenosa svijesti, s tom razlikom da u slučaju prijenosa svijesti osoba vježba na samoj sebi. Također ima razlike i u ciljevima. U slučaju milosrdnog ubijanja motiv može biti da se osobi olakša neizdrživa bol i patnja, dok je prienos svijesti povezan s pružanjem prilike osobi da iskoristi vrijeme smrti prije nego što njezini tjelesni elementi dosegnu stanje u kojem znakovi procesa razlaganja nisu više jasno vidljivi. Dakle, postoje neke sličnosti.

O suočavanju s bolnom smrću

Ima li Vaša Svetost savjet kako se suočiti s boli u vrijeme smrti?

Ako se radi o osobi koja se bavi duhovnom praksom, u tim trenucima može se dogoditi da učinak njegove prakse dade povoljne rezultate, u suprotnom vrlo je teško reći što bi u tom trenutku bilo zaista od koristi. Zato je ove metode i vježbe vrlo korisno provoditi od ranog djetinjstva, bez obzira je li im osoba vična ili nije. Svatko bi se morao s njima upoznati, tako da se kad dođe vrijeme može s takvim stvarima suočiti bez puno napora. To je ispravan put. Ako to vjerujemo, sve dok nas ozbiljna situacija ne zadesi, ne shvaćamo praksu ozbiljno, no kad situacija postane zaista očajna već je prekasno i vrlo teško.

Puno ovisi o tome koliko smo upoznati s određenom vrstom prakse. Na primjer, ako ste izvrsno uvježbali različite tehnike kao što je meditacija o ljubavi i suosjećanju, meditacija o nepostojanju identiteta pojava, meditacija o prolaznoj prirodi egzistencije, te ako ste vježbali davanje i primanje - dajući vlastiti napredak, sreću i slično drugima i uzimajući na sebe bol i patnju drugih - tada u trenutku smrti možete proći svaku od tih vježbi u mislima ili možete obratiti veću pozornost na jedan određeni oblik prakse. Zbog ranije stečene upućenosti bit ćete u stanju usredotočiti najveći dio svog uma ili svijesti na vježbe, u tolikoj mjeri da će to čak ublažiti fizičku bol ili patnju koja će tad imati manji učinak na vas. Slično tome, ako je vaša moć koncentracije veća, moći ćete se vrlo brzo usredotočiti upravo na ono mjesto gdje osjećate bol, a zatim meditirati ili provoditi posebne vježbe kao što je vizualiziranje bijele svjetlosti ili nevidljivih kapljica ili usmjeravati neke oblike, mantrе ili nešto drugo na to posebno mjesto što će pomoći da se smanji fizička bol. Ali ako vam nedostaje upućenost i praksa, tada je vrlo teško

prosuditi koja bi metoda bila najbolja za svladavanje boli u datom trenutku.

O karmi i nepotrebnom produživanju života

U skladu s onim što ste rekli o karmi, ako se netko bavi medicinom i iscjeljivanjem, kakve su njegove karmičke odgovornosti u vezi s uplitanjem u proces smrti ili sprječavanjem njegova nastanka te nepotrebnim produžavanjem života?

Općenito govoreći ne vidim nikakvo proturječje između medicinskog stručnjaka koji pomaže pacijentu da ostane živ i karmičkih odgovornosti koje su sadržane u tome, zato što kad govorimo o smrti s budističkog stajališta, ona se doživljava kao posljedica mnogih čimbenika, a ne samo karme. Iskustvo smrti koje će se dogoditi bit će rezultat karmičkih posljedica, na primjer, ako su se karmičke mogućnosti iscrpile ili zbog stjecaja okolnosti smrt može nastupiti nepravovremeno, dok u nekim slučajevima smrt nastupa ne zbog iscrpljenja potpunog sazrijevanja karme, već zbog iscrpljenja dobrih zasluga. Slično tome postoje dvije vrste bolesti: karmički uzrokovana bolest, za razliku od one čiji je primarni uvjet ili uzrok više izvanjski ili više unutarnji.

Karmički uzrokovana smrt odnosi se na situacije kad se unatoč svim mogućim sredstvima smrt ne može izbjeći. Za takvu vrstu smrti smatra se da je karmički uzrokovana. Štoviše, čak i u slučaju neočekivane smrti čiji se uzroci mogu shvatiti kao više izvanjski, karma igra određenu ulogu. Na primjer, u slučaju produživanja života, sama činjenica da je moguće produžiti život ili da postoje uvjeti da ga se produži na neki je način posljedica karme.

Zapravo sam zamijetio, čak i među Tibetancima, da ponekad ljudi kao individualna ljudska bića ne preuzimaju inicijativu i koriste karmu kao neku vrstu izlike. Mislim da je to potpuno krivo. Tko stvara karmu? Mi sami svojim postupcima stvaramo karmu. Na primjer, ako bih želio nešto zapisati, upravo bi taj čin stvorio nove okolnosti i doveo do nekog novog rezultata ili događaja. Radi se o uzroku i posljedici, sve određuju uzroci i posljedice. Misliti kako je karma neka vrsta neovisne energije je krivo! Naš svakodnevni život, ukusna hrana ili predan rad, te naše opuštanje - sve se odvija putem djelovanja. Sve je u djelovanju i posljedicama, sve ovisi o djelima i posljedicama. O čijim djelima? Našim! Ponekad mislim da se radi o nekoj vrsti nesporazuma kad govorimo o karmi.

Čak i ako ste već nakupili negativnu karmu, još uvijek imate priliku da se promijenite ili svladate tu negativnu karmu dobrom karmom. Dakle, sve ovisi o vašim djelima. To je bitno. Za budiste je to najvažnije znati. Istinski budist imat će čvrsto uvjerenje u prirodu Buddhe, koje će mu omogućiti postizanje potpuno prosvijetljenog stanja, stanja savršenstva. Ako je tako, zašto onda ne bi svatko čvrsto vjerovao da može svladati različite probleme?

Teorija o učenju karme uključuje veliki broj složenih pitanja tako da je nemoguće naprosto generalizirati i reći da je sve proizvod ili posljedica karme. Na primjer, pođimo od mog fizičkog tijela, promotrimo primjerice moju šaku: činjenica da je taj dio mog tijela tako intimno povezan s mojim iskustvom i fizičkim osjećajem boli i zadovoljstva, jasno je vidljiva. No, kad bismo dalje pratili fizičke uzroke za taj određeni dio tijela, mogli bismo ih pratiti unatrag do početka vremena. To je materijalna pojava ili proizvod materijalne pojave koja se može pratiti unatrag sve dalje i dalje do najranijeg stanja, sve dok se ne dođe do stanja u kojem je ona čisti atom ili čestica.

Prema budističkoj literaturi ta se čestica tehnički naziva prostornom česticom. Tako da se kao rezultat evolucijskog procesa koji je trajao milijarde godina, ta sićušna čestica sada potpuno razvila u ovo živuće tijelo koje može djelovati kao oruđe za osjećanje boli i zadovoljstva. Dakle, činjenica da ovo tijelo pripada meni može se vidjeti kao rezultat karme, ali činjenica da je ovo tijelo posljedica beskrajnog kontinuuma materijalnih čestica ne može se vidjeti kao proizvod karme, to je naprosto prirodni zakon. Materijalne stvari potječu iz materijalnih izvora.

Slično lome, ako razmotrimo razliku između uma i tijela, otkrit ćemo kako postoje određene središnje odlike koje ih razlikuju. Na primjer, materijalne pojave imaju određene odlike koje ih čine fizičkima ili materijalnim. One stvaraju prepreke, dok mentalne pojave imaju prirodu jasnoće, prozračnosti i znanja, ali nisu fizičke; ne stvaraju prepreke, činjenica da te dvije vrste pojava postoje na tako suprotne ili različite načine, naprosto je zakon prirode. Ne možemo reći da su to dvije različite stvari zbog karme.

Budistička literatura Mahavane uzima tu složenost stvarnosti u obzir i pokazuje kako se na različite načine može pristupiti stvarnosti. U budističkoj se literaturi govori o četiri načela za shvaćanje prirode stvarnosti. Jedno je načelo logičkog izvođenja zaključaka koje se može primijeniti na osnovi našeg shvaćanja konačne prirode stvarnosti, ali

koje se može prijaviti samo ako postoji određena uzročna veza ili međusobna povezanost pojava - činjenica da nešto može uzrokovati nešto drugo ili da, kad se određene stvari nagomilaju, one mogu rezultirati određenim ishodom. Na osnovi načela ovisnosti možemo primijeniti logičko izvođenje zaključaka.

Tada je načelo ovisnosti moguće zato što, na primjer, materija i um ili materija i svijest uživaju različiti status postojanja ili različite odlike. Činjenica da postoje takve razlike naprosto je zakon prirode, a u Budističkoj literaturi Mahavane poznat je pod nazivom Prirodni zakon. Uzimajući u obzir složenost prirode stvarnosti, moramo pristupiti shvaćanju prirode stvarnosti mnogim različitim putevima razlučivanja. Stoga je određivanje utjecaja karme složeno. Premda možemo reći da je veliki dio onoga što doživljavamo proizvod ili posljedica karme, određivanje koliko daleko doseže utjecaj karme i kolike su posljedice mehanizma prirodnog zakona, ostaje otvoreno za raspravu. To je nešto što bismo trebali ispitati i razumjeti ali to je vrlo teško.

O suočavanju sa smrću prijatelja

Vaša Svetosti, o vlastitoj smrti govorite s lakoćom i spokojem. Kako se suočavate sa smrću vaših prijatelja?

Ne znam. Kad su u pitanju moji vlastiti osjećaji moram reći da sam ponekad vrlo tužan - bio sam iznimno tužan kad je moj stariji brat Lobsang Samten preminuo. Mislim da je od sve moje braće i sestara, on bio brat s kojim sam proveo najviše vremena u djetinjstvu, osobito kad sam napustio svoje rodno mjesto Lhasu. Mislim da je putovanje trajalo dva mjeseca. Zna li kakve su istočnjačke nosiljke? Brat i ja smo sjedili u jednoj maloj nosiljci. Bili smo razigrani i obojica smo prešli na istu stranu nosiljke, a ona se cijela potpuno nagnula na jednu stranu. Tada je osoba koja je vodila brigu o nosiljci istog trena povikala: "Nemojte to raditi! Ne radite to!" Za njega je bilo najbolje da se dva brata posvađaju, onda je imao dobru podjelu - na jednoj strani ja, a na drugoj moj brat. Tada je nosiljka imala ravnotežu! Mislim da osoba koja se brinula za nosiljku nije bila baš presretna! Stoga, kad je moj brat preminuo, doista sam osjećao iznimno duboku tugu. No, s druge strane, to je činjenica. Od njegove smrti povremeno bih se upitao: "Uh, gdje li se on ponovno rodio? Je li na ovom ili nekom drugom svijetu? Ako je na ovom svijetu, gdje je?". S vremena na vrijeme obuzmu me takvi osjećaji.

O međustanju svijesti između smrti i ponovnog rođenja

Opisali ste međustanje svijesti između smrti i ponovnog rođenja. Je li ono povezano s nekom vrstom fizičkih ili biokemijskih procesa, ili je neovisno o fizičkim procesima?

Činjenica da takvo međustanje nema veze sa sadašnjim tijelom jasno je vidljiva iz svetih tekstova. U tekstovima se opisuje da takvo biće ima tijelo koje je po svojoj prirodi sačinjeno od suptilne energije, dakle ne radi se o fizičkom tijelu, ali se također dodaje da ima neku vrstu boje i oblika. Analogija koja se koristi u opisivanju tijela bića u međustanju jest da je to tijelo sna. Rečeno je da neki napredni meditanti mogu tijekom stanja sna uistinu preuzeti tijelo sna, te se za to tijelo kaže da je vrlo slično tijelu bića u međustanju. Neki ljudi mogu prirodno iskusiti tijelo sna, dok ga neki mogu namjerno postići.

Pitali ste o suptilnoj energiji ili nekom obliku suptilnog uma. Ipak, vidi se boja i katkad oblik. To je vrlo složena tema, ali meni se čini da postoji pet izvanjskih i pet unutarnjih elemenata, te da među unutarnjima postoji gruba razina pet elemenata, kao i najsuptilnija razina. Na najsuptilnijoj razini nalazi se čista svjetlost. Čista svjetlost je jedan vid, drugi vid je suptilna energija. U toj energiji ponekad postoji određena vrsta sjemena pet elemenata. Dakle, kad govorimo o čistoj svjetlosti kao temelju svega što postoji, mislim da se tu radi o povezanosti izvanjskih, čvrstih stvari s čistom svjetlošću. Spominje se također i osobita energijska sila u tibetskoj budističkoj literaturi, čiji je tehnički naziv energija s pet zračenja i mislim da se može pronaći veza između makroskopskog svijeta svakodnevnih iskustava i mikroskopskog svijeta suptilne energije. Veza koja je ostvarena između ta dva svijeta može se shvatiti ako se razumije priroda njezine osobite energijske sile o kojoj se govori u svetim tekstovima. Ono što je toliko bitno za promicanje našeg shvaćanje te veze, jest vidjeti postoji li neka značajna veza između ove osobite energijske sile i onoga što sam opisao kao česticu prostora. Osobno još uvijek nemam potpuno razvijenu zamisao o tome.

O znanju o smrti i *Tibetskoj knjizi mrtvih*

Može li se znanje o procesu smrti steći čitanjem Tibetske knjige mrtvih?

Da, ona može pomoći. Što se tiče procesa smrti, a osobito različitih odlika i osobina međustanja, ponekad nailazimo na pomalo iskrivljenu

sliku u Abhidharma literaturi i tantričkoj literaturi. Stoga je možda najbolje pokušati steći šire razumijevanje čitanjem više tekstova. Međutim, većina vizualizacija i vizija koje se opisuju u *Tibetskoj knjizi mrtvih* mogu se smatrati usko vezanim za određenu meditaciju na božanstva poznatu pod nazivom *mandala gnjevnih i spokojnih božanstava*, kako stoji u tekstu.

O SITUACIJI U TIBETU

O odnosu Tibeta spram velike nebudističke kineske zajednice

Kad biste se vratili u neovisni Tibet, biste li teško pomirili budističko načelo suosjećanja sa stvarnošću vladanja zemljom čiji su stanovnici većinom Kinezi nebudisti?

Zamijetio sam tijekom nekoliko posljednjih desetljeća toliko puno zastranjenja u tibetskoj kulturi i tibetskom načinu života. Osim naše braće i sestara Kineza, čak i među Tibetancima postoji opasnost od toga. Uzmimo, na primjer, mlade Tibetance koji su izbjegli iz Tibeta tijekom nekoliko posljednjih godina - premda je njihov osjećaj da su Tibetanci vrlo jak i postojan, neki vidovi njihova ponašanja bude u meni nemir. Oni se brzo potuku ili rabe silu, a posljednjih mjeseci dogodila su se čak dva ubojstva u kojima su sudjelovali mladi Tibetanci koji su izbjegli iz Tibeta. U svakom drugom pogledu njihova je motivacija sjajna, ali toliko je puno zastranjenja u njihovoj poniznosti ili poštenju i suosjećajnom stavu. Dakle, čak i u Indiji među mojim vlastitim narodom događaju se takve stvari. Zbog nedavnih događaja uistinu sam se duboko zabrinuo. Što se onda doista događa u mojoj zemlji, Tibetu?

Ipak, to je stvarnost s kojom se moramo suočiti. Kako bilo, vjerujem da ćemo kad budemo imali slobodu, slobodu govora, misli i kretanja, uspjeti svesti takve pojave na najmanju moguću mjeru. Premda u budućnosti kad budemo slobodni neću više biti vođa Tibetske vlade. To je moja konačna odluka. U stvari, izradili smo službeni dokument u kojem se kaže da će se čim se postigne oslobođenje Tibeta, osnovati privremena vlada i ja ću predati svoje zakonske ovlasti toj vladi. Za dvije godine ta će vlada organizirati skupštinu tibetskoga naroda. Tada će se donijeti odluka o tibetskom ustavu. Dakle, to je nešto što je već odlučeno.

O budućoj ulozi Vaše Svetosti u Tibetu

Vaša Svetosti, maloprije ste rekli da vas promjenljivi stavovi nekih od vaših Tibetanaca uznemiruju. Pitam se kako to da ste se odlučili povući sa svog položaja u Tibetu, kad se doima da je mladim ljudima potrebno više duhovno nego političko vodstvo.

Činjenica da neću više biti voda tibetske vlade ne znači da ću se odreći moralne odgovornosti ili predanosti. Naravno, budući da sam Tibetanac, a napose jer uživam toliko povjerenje, moja je obveza služiti, pomagati čovječanstvu općenito, te osobito onim ljudima koji mi ukazuju iznimno povjerenje do posljednjeg daha. U stvari, jedan od razloga zašto ne želim preuzeti odgovornost u vladi jest taj da mi je, na koncu, već 57 godina, stoga držim da mi je preostalo još 20 godina aktivnog života, a nakon toga ću biti prestar. U svakom slučaju unutar zajednice prognanih u Indiji već smo ubrzali demokratski proces. Tijekom sljedećih 20 godina, demokracija se mora uspostaviti. U suprotnom bi se na početnom stadiju mogli pojaviti nemiri, smetnje i komplikacije. Sve te komplikacije trebale bi se pojaviti tijekom mog života, da bi se u budućnosti stvari odvijale glatko.

Isto tako, ako nastavim obnašati svoju dužnost, premda mislim da bi mnogi Tibetanci to cijenili, to bi neizravnim putem postalo zapreka za zdravi razvoj demokracije. Stoga sam odlučio da se moram držati po strani. Tu je još jedna prednost: ako ostanem na čelu vlade i nastanu problemi između središnje vlade Tibeta i lokalnog stanovništva, tada bi moja nazočnost mogla dovesti do daljnjih komplikacija. Ako ostanem neupleten kao treća osoba, tada mogu pomoći u rješavanju takvih ozbiljnih situacija.

Također osobno ne želim imati udjela u službenom protokolu. Ne volim ga i predstavlja mi dodatan teret. Želio bih imati više slobode kako bih se više kretao kamo želim bez ikakvog protokola. Tako je puno lakše i bolje, zar ne? Iz tih sam razloga donio svoju odluku. No, to ne znači da ću dići ruke od svojih odgovornosti i obveza.

O uporabi sile u oslobađanju Tibeta

Vaša Svetosti, zar ne bi žrtvovanje vaših uvjerenja o uporabi sile za oslobađanje Tibeta bilo vrijedno truda, jer bi rezultiralo olakšavanjem patnje tibetskoga naroda?

Ne, ne mislim tako. U toj situaciji došlo bi do još više nasilja. To bi

možda dovelo do većeg interesa javnosti, a to bi moglo pomoći. No, na koncu, najvažnije u svemu tome jest da Kina i Tibet moraju živjeti kao susjedi, sviđalo se to nama ili ne. Stoga, da bismo živjeli u skladu, prijateljstvu i miru u budućnosti, nacionalna borba putem nenasilja od najvećeg je značenja.

Još je nešto važno, a to je da konačni dogovor ili rješenje moraju naći i Kinezi i Tibetanci zajedno. Za to nam je potrebna podrška s kineske strane, mislim od strane kineskoga naroda, to je iznimno bitno. U prošlosti je naš stav bio iskreno nenasilje, a to je već dovelo do većeg razumijevanja s kineske strane, ne samo izvana, nego i unutar same Kine. Danas naš cilj ima puno više pristalica među Kinezima nego ranije. Kako vrijeme prolazi sve više Kineza izražava duboko poštovanje i naklonost. Ponekad im je još uvijek teško dati podršku neovisnom Tibetu, ali cijene naš način borbe. Držim da je to iznimno dragocjeno. Kad bi se Tibetanci latili oružja, mislim da bismo istog trena izgubili tu vrstu podrške.

O podršci Tibetu

Što bi Vaša Svetost voljela da ova publika poduzme kako bi pomogla Tibetu?

Premda mi vrlo mnogo znači što primamo veliku podršku iz mnogih zemalja kao što su SAD i Velika Britanija, još uvijek trebamo više aktivne podrške. Vidite, pitanje Tibeta je i pitanje ljudskih prava, ono također uključuje probleme okoliša i dekolonizacije. Najvažnije pitanje sada jest problem priliva kineskog stanovništva. U ovom trenutku potrebna nam je veća pomoć da bismo zaustavili tu demografsku promjenu. To je od daleko najvećeg značenja. Iskreno cijenimo svaki oblik pomoći i podrške koji nam se iskaže.