



SloTheravada
www.slo-theravada.org

Srednja pot

Buda ne želi od nas, da sledimo dvojni poti: predajanju užitkom in poželenju na eni strani ter strahu in odporu na drugi strani. Uči samo, da naj bomo zavestni zadovoljstva. Jeza, strah in nezadovoljstvo niso poti duhovnih iskalcev, ampak poti posvetnih ljudi. Oseba, ki je v miru sama s seboj, hodi po Srednji poti pravilne vadbe ter tako opušča lakomnost in grabežljivost na eni strani ter strah in odpor na drugi strani.

Nekdo, ki se zaveže tej vadbi, mora slediti Srednji poti in razmišlja tako: "Ne bom se zanimal za ugodje, opustil ga bom." Na začetku je seveda to težko, je, kot da nas nekdo brca od obeh strani ali pa kakor, da bi bili nihalo, ki udarja naprej in nazaj.

Ko je Buda imel svojo prvo pridigo, je govoril prav o teh dveh skrajnostih, ker prav tukaj leži navezanost. Želja po sreči je na eni strani, trpljenje in nezadovoljstvo pa sta na drugi strani. Ti dve nas vedno oblegata, vendar ko hodiš po Srednji poti, oboje odložiš.



Ali ne vidiš? Če slediš tema dvema skrajnostima, te bo enostavno odneslo, ko boš jezen in grabil za tistim, kar te privlači brez najmanjše mere potrpljenja ali popuščanja. Koliko dolgo si še lahko takole ujet? Razmisli, če imaš nekaj rad, potem temu slediš, vendar to te je do sedaj vodilo le do trpljenja. Um želja je resnično premeten. Kam te bo nadalje vodil?

Srednja pot

Buda nas uči, da odložimo skrajnosti, to je pot pravilne vadbe, ki vodi ven iz rojstva in nastajanja. Na tej poti ni ne užitka ne bolečine, niti dobrega niti slabega. Žal večina ljudi, ki je polna hrepenenja, išče le užitek in gredo mimo srednje, manjkajoče poti, ki jo je podal Dovořeni in je tudi pot iskalcev resnice. Navezanost na rojstvo in nastajanje, srečo in trpljenje, dobro in slabo, tisti, ki ne hodi po Srednji poti ne more postati moder in ne more najti osvoboditve. Naša pot gre naravnost, to je pot miru in čistega zavedanja, razstrastenje tako vznesenosti kot žalosti. Če je tvoje srce takšno, potem lahko prenehaš spraševati druge ljudi za vodilo.

Videl boš, ko sta srce in um nenavezana, takrat bivata v svojem normalnem stanju. Ko se zaradi različnih misli in občutkov premakneta iz tega stanja, potem se začne proces mišljenja, kjer nastajajo slepila. Nauči se videti ta proces. Ko se je um premaknil iz normalnega stanja, vodi to stran od pravilne vadbe do ene od skrajnosti: ali do vdajanja užitkom ali pa do odpora ter tako do nastajanja še več slepil in miselnih tvorb. Dobro ali slabo samo nastaneta v tvojem umu. Če si vztrajen pri opazovanju svojega uma in proučuješ to svoje celo življenje, ti zagotavljam, da ti ne bo nikoli dolgčas.

LE ZA BREZPLAČNO DISTRIBUCIJO

A Still Forest Pool
Avtor: Ajahn Chah

Prevedla Andreja Grablović
©SloTheravada, maj 2011