



SloTheravada
www.slo-theravada.org

Vsi smo prevajalci

*Resnično smo sami odvisni od sebe,
kako bi zares bili odvisni od drugega?
Ko dosežemo stanje samozaupanja,
najdemo redko zatočišče.*

Dhammapada verz 160

Ob tej priložnosti bi rad razpravljajal o trudu, ki ga vsi vlagamo v naše prevajanje prakse budizma. Morda se vam ni zdelo, da ste prevajalci. Rad bi vas spomnil, da smo vsi prevajalci v smislu, da učenja, ki smo jih nasledili od naših azijskih bratov in sester, ne moremo kar iztrgati in ga potem posaditi na drugo mesto na planetu. Pri tem je potrebna pozornost na različne pogoje okolja. Medtem ko z veseljem prepoznamo, da obstajajo nekateri univerzalni principi v učenjih, so očitno tudi nekateri aspekti, ki so povezani s kulturo in tradicijo. Tako je način, s katerim se lotevamo budistične prakse in vrsta napora, ki ga v to vlagamo, naš prispevek k tej nalogi prevajanja, ki si jo delimo med seboj. To je tako pomembno, če ne celo bolj, kakor samo prevajanje tekstov. Ali se lahko bolj zavedamo svojega prispevka k tej nalogi kot tako, da jo opravljamo?

Pogosto sem govoril o prepoznavanju tega, kaj se nanaša v učenjih na obliko in kaj je v domeni duha. Pomešanje teh stvari lahko pomeni, da dajemo poudarek na napačno mesto. Če to počnemo, končamo z rezultati, ki jih nismo pričakovali. Toda izbiranje stvari je daleč od enostavnega. Iskrivo žarenje teh eksotičnih učenj in tehnik nas z lahkoto zbega, posebej ker smo bili tako dolgo v temi. Morda se strinjamo in nas prepriča ta začetni odziv na to novo odkrito svetlobo. Buda je bil vztrajen v svojem vzpodbujanju, da se ne pustimo ukaniti z načinom, kako naj bi se stvari zdele. Le po pazljivem in natančnem pregledu naj bi popolnoma sprejeli, da je nekaj res. Bistvo tega Budovega vzpodbujanja je bilo, da moramo direktno in sami spoznati korist učenj. Po drugi strani tudi ni predlagal, da opustimo stvari, ker ne vidimo takoj smisla v njih. Torej, kako naj pristopimo k razločevanju smisla učenj?

Razločevanje bistva

Bistvo druženja na naši budistični Poti je najti podporo za hrepenenje našega srca, da bi bili svobodni. Naravno je, da začnemo z opazovanjem načina, kako se drugi lotevajo prakse. Toda, čeprav sta bili določena tehnika ali sistem uspešno uporabljeni v praksi pri

eni osebi, to ne pomeni, da bosta delovali za vsakogar. Modro se je vprašati: "Kaj je pomembno za mene? Kaj je v meni, kar me vzpodbudi, ko vidim učitelja ali slišim učenje?" Sam rad razmišljam o religioznih oblikah, kot da bi bile to konvencije o prehranjevanju. Če smo lačni je bistvo hranjenja postati osvobojen od neugodja lakote. Če greš v japonsko restavracijo in ješ s palčkami ali v tajsko restavracijo in ješ z žlico ali v restavracijo, kjer uporabljaš nož in vilice, konvencije niso bistvene. Bistveno je, da se nasitimo. Tako je tudi s prakso. Bistvo je, da naša srca ne čutijo več lakote. Naša naloga je določiti, kaj je to kar nas hrani in se osredotočiti na to. To je identificiranje področja duha. Če damo tej nalogi prednost, karkoli to lahko pomeni v našem primeru, potem mislim, da se bodo oblike, ki podpirajo duha, razvile pravilno. Če ne damo duhu primerne prioritete pomeni, da nam lahko manjka tisto, kar je največja vrednost v verski tradiciji.

Nekaj, kar lahko zamudimo je ustvarjalno sodelovanje v našem preiskovanju. Če hočemo, da bo naše prevajanje ustrezno, moramo biti kreativno vpleteni vanj. Oblike, ki smo jih nasledili, seveda spoštujemo. Začeti moramo z učenjem, ki je bilo že preizkušeno in testirano. Včasih to zahteva, da enostavno naredimo tisto, kar se nam reče. Na tej stopnji je učenje forme prioriteto. Na primer, če se učimo tai chi, ne dvomimo v mojstra. Ko se pri gibih počutimo neprijetno, potem na naši tretji lekciji ne predlagamo, kako bi se forme lahko spremenile. Ne; čeprav se na začetku lahko počutimo nerodno in izgledamo nekoliko neumno, se enostavno učimo forme in ponižno sprejemamo to, da se trenutno ne počutimo dobro. Vemo, da so te forme podpore za energijo – v tem primeru, ko delamo s chijem. Če prakticiramo forme s predanostjo, potem se sčasoma naučimo sproščanja v formi. Potem se morda chi – energija – začneja premikati in nam je prijetno.

Form torej ne odpravljamo. Vzamemo formo in zelo potrpežljivo čakamo, dokler se ne umirimo v njej. Potem čutimo gibanje duha. Potem, ko smo popolnoma domači z duhom, duh postane prioriteta. Sedaj smo v dotiku z bistvom. Na ta način bomo sposobni spreminjati forme, brez da bi duha spravljali v nevarnost ali ga ovirali. Če poskušamo prilagajati stvari prehitro, na temelju tega, kar imamo radi ali nimamo radi, lahko ustvarimo blokade.

Nek prijatelj našega samostana je povedal zgodbo o dragocenem nauku, ki ga je prejel med prvim letom šolanja pri zelo cenjenem tesarju. Ko je pričel z vajeniško dobo, je njegov prijatelj dobil od očeta v dar zelo kvalitetno novo kladivo. Bilo je odlično uravnoteženo, z lesenim držalom, ravno takšno, kot bi si ga želel prizadeven tesar. Učitelj je prijatelja večkrat poučil, da mora držati kladivo proti koncu ročaja, tako da bo imel lahko najboljši zamah. Toda čeprav je bil začetnik, je prijatelj mislil, da zna to bolje. Če si začetnik v tesarstvu, se res zdi lažje držati kladivo bližje glavi. Nekako čutiš, da si tako lahko bolj natančen. Po večkratnih opozorilih je učitelj neki dan vzel v roke držalo tega čudovitega kladiva in ga polovico odrezal. Rekel je, da ker ga naš prijatelj ne uporablja, očitno odrezane polovice držaja več ne potrebuje.

Pravilna drža

Na prakso, ki jo izvajamo, gledamo spoštljivo in tipamo za smislom. Učitelj nas uči, naj prakticiramo na ta način in ne drugače. Ko nadaljujemo s prakso in ko napravimo tako, kot nam učitelj reče, preverjamo in čutimo. Ne verjamemo kar tako. Nujno je, da zaupamo svojemu učitelju, toda to zaupanje ni slepa vera. Velika razlika je med zaupanjem v to, kar nam učitelj ponuja in verovanjem v njega in njegove tehnike. Mnogi od nas pridemo na to pot s pogojenostmi iz druge verske tradicije, s takšnimi, ki povzdignejo vero v edino bistvo. Takšen pristop se ne more uporabiti v budističnih

učenjih.

V budizmu so prepričanja funkcionalna. Verjamemo v stvari, kot je na primer ponovno rojstvo. Verjamemo, da se bomo po smrti ponovno rodili. Toda večina od nas ne ve, če je to objektivna resnica. Sam ne vem, če je to res. V to verjamem na način, da če nekdo reče, da je vse to nesmisel, se mi o tem z njim ni potrebno prepirati. Ne potrebujem, da se strinja z mano. Izbral sem vero v proces ponovnega rojstva, vendar se tega prepričanja držim narahlo. Vera ni končna točka.

Ko nam naš učitelj reče, da naj prakticiramo na določen način, mu zaupamo na besedo. Buda je uporabil prisposodbo zlatarja, ki čisti zlato. S tem je opisal naš trud, da očistimo naše razmerje z učenji. To je ponavljajoč proces odstranjevanja nečistoč, dokler ne dobimo čistega zlata. Naše razmerje do učenj prečiščujemo z negovanjem preiskovanja, s čutenjem, kako učenja delujejo za nas. Ko prakticiramo različne vaje in tehnike in ugotovimo, da nekaj ne deluje, začnemo dvomiti. To je dobro. Dvom ne imejte za oviro v vaši praksi. Dvomi lahko tudi kažejo, da je duh preiskovanja v nas živ.

Preiskovanje je nekaj, kar je na zahodu naravno in bi ga morali ceniti. Ta sposobnost preiskovanja je eden od prispevkov, ki ga lahko naredimo za delo prevajanja. To ne smemo domnevati kar avtomatsko. Naša izkušnja se lahko zdi v nasprotju s tem, za kar nekdo drug govori da je prav, mi pa da ni, ali obratno. Poslušamo. Čutimo, kar je bilo rečeno. Potrpežljivo raziskujemo. Če smo pripravljeni nadaljevati postopoma, da prevedemo vse, kar izkusimo v praksi, potem zaupam, da bo iz našega napora rojeno organsko in trajno razumevanje.

Ko sami raziskujemo kaj deluje in kaj ne, v nas raste zaupanje. To nam osebno in tudi skupnosti na splošno, prinaša koristi. Odkritje nam ustreznega načina prakse je kakor najti dobro restavracijo. Prva stvar, ki jo hočete narediti je, da vzamete s seboj svoje prijatelje. Moje mnenje je, da če pridemo do takšnega zaupanja postopoma, s sprotnim spoštljivim spraševanjem, bomo spontano našli naš lasten način izražanja. Pri tem ne uporabljamo samo besed drugih ljudi. Pojavila se bo samozavest, vendar sami tega niti ne bomo opazili – opazili bodo drugi.

Dve usmerjenosti napora

Eden od načinov ponazoritve te naloge prevajanja prakse je, da pogledamo pobližje, kako sami ponotranjimo učenja. Če naš napor ne prihaja iz zaupanja, tedaj ne samo da tratimo energijo, ampak lahko v resnici škodujemo sebi. Sam vidim veliko zmede v načinu, kako mnogi meditatorji pripovedujejo o različnih tipih naporov, ki so potrebni v praksi. Včasih je tu prav naivno upanje, da bomo z neskončnim garanjem, z dolgoletnim izvajanjem nečesa, prišli do nekaj dobrega.

Prepričan sem, da sta v osnovi dve različni in razločno drugačni usmerjenosti napora: ciljna usmerjenost in usmerjenost k izvoru. Več let sem poskušal prakticirati na način, da sem 'tam nekje' imel cilj, proti kateremu sem si prizadeval. Moje razumevanje učenj, kot sem jih slišal je bilo, da je to tisto, kar naj bi delal. Prejel sem navodila o različnih tehnikah, ki so bile orientirane proti realizaciji tega cilja. Cilju se je reklo 'razsvetljenje' ali 'nesmrtnost' in podobno, toda bil je vedno 'tam nekje v prihodnosti'. Vzpodbujali so me, da se potrudim in dosežem cilj, da se prebijem skozi stvari, ki ovirajo napredek proti cilju. In čeprav besede niso direktno govorile, da je cilj 'tam nekje', je bilo to sporočilo, ki sem ga slišal. Sčasoma sem se znašel strahotno razočaran. Na eni točki sem čutil, da je moja celotna predanost praksi resno izzvana. Na srečo sem z nekaj pomoči prišel do

spoznanja, da je mučenje v katerega sem se ujel, povezano s samim občutkom, da bi moral nekam priti. Ponotranjil sem občutek, da moram sebe nekako 'popraviti', se spremeniti in priti nekam drugam. Nedvoumno to ni delovalo, zato sem se vdal. Pri tem sem izkusil tak občutek, kakor je na začetku potovanja domov. Kakšno olajšanje! Ravno takrat, ko sem se začel spraševati, če bo potovanje prišlo do nenadnega in žalostnega konca, sem začutil, da se lahko umirim v nekaj popolnoma naravnega. S to spremembo je prišlo čutenje resnične osebne odgovornosti, ki ga na začetku nisem zaznal. To je bilo novo.

Iz te izkušnje sem razvil prakso, ki jo zaznamuje močan občutek zaupanja v to, kar že obstaja. To je bilo popolnoma različno od prizadevanja za doseganje nekega cilja. Napor, ki ga je ta nova presoja spontano zahtevala je bil 'ne iskanje'. Moja pozornost je bila – in je – gledanje in čutenje v tem trenutku; poizvedovanje: "Kje in kdaj določim, da je ta situacija nekako neustrezna ali napačna ali da ji kaj manjka?" Odkril sem, da sem bil sposoben čisto jasno opaziti, kadar sem si naprtil v življenju ideje o tem, kako naj bi bilo, ko sem mislil: "Ne sme biti tako, moralo bi biti tako". Moja praksa je postala biti enostavno in odločno s tem zavedanjem. Sedaj temu pravim praksa usmerjena v izvor. V njej srce intuitivno zaupa, da je to kar iščemo ravno tukaj, ne kjerkoli drugje, ne nekje tam zunaj.

Napačno hotenje

Mnogi od nas začenjajo meditirati z močjo volje, ki pa ne opravi svojega dela pravilno. Z močnim in dolgotrajnim prizadevanjem svoje volje, da bi uredili sebe, smo zlorabili resnično zmožnost naše volje. Če nekaj let zlorabljaš alkohol, postaneš alkoholik in nikoli več ne moreš popiti samo kozarčka z družbo. V našem primeru prekomerno uporabljamo voljo, hotenje. Ne moremo si pomagati, ampak običajno pretiravamo s tem in se z voljo vmešavamo v vse, kar se dogaja. Pogosto se počutimo nesposobne, da bi enostavno sprejeli situacijo in nežno uporabili hotenje, da bi usmerjali in vodili našo pozornost. Če najdemo nekaj, za kar mislimo, da je napačno, želimo temu avtomatsko prilepiti mnenje – 'to ne sme biti na ta način' in potem poskusimo to popraviti.

Za te, ki trpijo za to motnjo delovanja, uporaba volje kot osnovnega orodja meditativnega napora, preprosto ne deluje. Če se osvobodimo hotenja in vztrajamo v načinu zaupanja v to kar sedaj obstaja, v zaupanju v realnost in resnico, če enostavno ustavimo naše obvezno vmešavanje, potem se bo samo od sebe razkrilo natančno in zavestno vrednotenje tega, kar že obstaja.

Če sledite poti ciljno orientirane prakse, lahko računate, da imate jasen koncept o tem, kaj bi naj delali in kam naj bi šli. S primernimi dejanji boste odstranili vsako oviro, s katero se boste morebiti srečali. Toda, če je vaša pot prakse izvorno orientirana, to sploh ni tako. Ko meditirate v sedečem položaju, začnete s preverjanjem položaja telesa. Prepričate se, da je hrbet vzravnani in da glava počiva udobno na ramenih, z odprtim prsnim košem in s sproščenim trebuhom. Potem pripeljete v zavedanje občutek, da ne veste kaj delate. Tega enostavno ne veste. Vse kar veste je to, da sedite tam (in včasih ne moreš biti siguren niti v to). Ničesar se ne oklepate. Kljub temu pa vendarle posvečate pozornost opazovanju težnje uma, da hoče urejati stvari. Usmerite pozornost na gibanje uma, ko ta hoče zavzeti stran, ali za ali proti.

Ponavadi kadar sedim v meditaciji, ne delam nič. Zavzamem zavestno držo in enostavno opazujem, kaj se dogaja. Morda se je um razširil po vsem prostoru in misli o sladkem korenu, ki sem ga jedel prejšnjo noč pri nekom doma ali o tem, kako je škoda, da ni

sončno vreme ali kako bom v Pekingu naslednji teden ob tem času ali kako so menihi v Harnhamu poslali e-mail z vprašanjem, če naj uporabijo za barvanje vrat v samostansko kuhinjo svetlečo barvo in tako dalje. Takšne misli lahko gredo skozi um. So nesmiselne, vendar z njimi ne počnem nič. Absolutno nič, dokler se ne začnem počutiti malce neprijetno. Potem opazujem, da bi videl od kod prihaja to vznemirjenje. To vedno prihaja iz enega mesta: "Ne smem biti tak, moram biti... Moj um mora biti čist, ne smem biti..." Ko je gibanje odkrito, se zgodi pomiritev. Ko odkrijemo to, kar nas pelje v stran od našega naravnega čutenja osrediščenja, pridemo domov. To ni enaka vrsta napora, ki bi ga napravil nekdo pri izvajanju prakse s ciljno usmerjenostjo.

Vedeti sam

Večina od nas ima naravno nagnjenje, da napor usmeri k eni od teh dveh smeri. Nekateri ljudje so zadovoljni in samozavestni kadar imajo jasen občutek cilja – to je, kam naj bi šli. Brez jasne ideje kam naj gredo, postanejo zmedeni in tesnobni. Drugi, če se osredotočijo na idejo ali cilj, končajo depresivni in s počutjem, kot da jim je spodletelo. Ko se trudijo, da ne bi mislili, ne uspejo. Ko poskušajo pravilno sedeti, ko poskušajo sebe napraviti srečnega, poskušati biti ljubljene, poskušati biti potrpežljivi, poskušati biti pozorni, jim vedno spodleti. Kako strašna zmeta! Najhujša bolezen meditatorjev je prizadevanje na vso moč, da bi bili pozorni. Nekateri končajo z občutkom, kot da so zapravljali svoj čas. Če spoznamo, da nam ni treba delati nič drugega, kot da smo z zavedanjem pozorni na tendence uma, ki hoče zavzeti stran za ali proti, smo razrešili problem.

Ti dve orientaciji se medsebojno ne izključujeta. Koristno je razumeti, da ima vsaka od njih posebne prednosti pri različnih stopnjah prakse. V začetku, da si zgradimo nekaj samozavesti je nujno, da dobro razumemo tehnike. Tudi čeprav se morda bolj z lahkoto povezujemo z izvorno orientiranimi učenji in praksami, če še nismo našli trdne osnove na kateri prakticiramo ali pa če smo to trdno osnovo našli in je naše življenje zelo nemirno, je lahko še vedno primerno, da se včasih potrudimo in vadimo voljo ter osredotočanje.

Sam na začetku opogumljam ljudi, da so zelo disciplinirani in da štejejo svoje dihanje, od ena do deset, od deset do ena, vsak izdih, ena, dva, tri, do deset, deset, devet, osem, do ena, in da so zelo natančni v svoji vadbi. Na ta način dobimo vedenje ali je naša pozornost resnično naša lastna. Nismo sužnji ali žrtve svojega uma. Če naša pozornost odplava v stran in če se ujamemo v nezadovoljstvo ali želje, potem moramo vedeti, da smo za to sami odgovorni. Če pa smo ciljno ali izvorno orientirani, naša praksa ne bo napredovala, dokler si nismo na jasnem, da smo sami odgovorni za kvaliteto pozornosti, s katero delujemo.

Da bi dosegli to pričakovanje je nujno daljši čas vaditi nepopustljivo pozornost. Navzlic temu lahko dosežemo točko, na kateri čutimo, da moramo za zasledovanje cilja v nadaljevanju prečistiti tehnike in sisteme. Toda, če naletimo na globoko prepričanje, da tako ni več primerno delati, moramo biti pripravljeni, da se prilagodimo, da opustimo vse pri iskanju česar koli. Če se strinjamo s to izbiro, potem ko slišimo nekoga govoriti o njegovemu različnemu načinu prakse, lahko rečemo: "Oh, v redu, to je dobro." Pri tem ne bomo pretreseni. Res je pomembno, da se ne pustimo zmesti, če je nekdo drug navdušen.

Ko izvajamo naš lasten 'pravilni napor' že bolj udobno in samozavestno, postane enostavnejše prepoznati prednosti in slabosti različnih stilov prakse. V ciljno orientirani praksi na primer, je verjetno enostavnejše generirati energijo. Z jasnim konceptom o tem,

kaj bi naj delal, se zoži pozornost, vse motnje so izločene in ti se zbereš, zbereš, zbereš. Če si na ta način zelo dober, se energija zbere. Na ta način z lahkoto opazuješ sebe, kako napreduješ po poti. To obratno okrepi vero. Kakor pri vsem, pa je tu tudi senčna plat, ki je direktno povezana s to močjo. Če si tako odličen, tvegaš iztrganje stvari, ki bi lahko bile uporabne ali bi jih bilo potrebno nagovoriti. Obstaja nevarnost zanikanja. Če se s starimi nevrotičnimi navadami izogibanja nismo soočili in sledimo ciljno orientirani praksi, potem te tendence postanejo sestavljene. To je izvor fundamentalizma. Navkljub ljudskemu prepričanju, je budistični fundamentalizem bil in obstaja tudi sedaj.

Ena od močnejših plati izvorno orientirane prakse je, da se pojavi uravnotežena telesno-umska sprostitiv. Pojavi se tedaj, ko se več ne trudimo, da bi ciljali za nečim drugim od tega, kar je tu-in-zdaj. To potegne iz nas našo kreativnost. Biti moramo kreativni, ker ne izločamo ničesar, vse mora biti prevedeno v prakso. Ni situacije, ki ne bi bila situacija za prakso. Seveda nespametna kreativnost lahko zasidra v nas iluzijo. Če smo tako zelo srečni in sproščeni, da postajamo na primer pri uporabi navodil leni in nemarni, moramo prepoznati, kaj se dogaja.

Naslednja nevarnost v izvorno orientirani praksi je, da lahko ko resnično pridemo v zadrego, ne naredimo nič v zvezi s tem. To se lahko zgodi, ker s strukturami nismo povezani več na način, kot smo bili navajeni. Vera je za nas navdih, vendar ne s konceptom tega, za kar upamo da je v prihodnosti, ampak z zaupanjem, da je to v kar trdno zaupamo, že v sedanjosti. Seveda, če oblaki strahu in jeze prekrijejo žarenje naše vere, se lahko hudo tresemo, mogoče celo sesujemo. V tem primeru je pomembno, da smo že gojili duhovno prijateljstvo. Izredno dragoceno je, da imamo blagoslov družjenja z drugimi, s katerimi si delimo obvezo do zavestnega razmerja. Ko se zberemo v duhovno tovarištvo, se tvori posebno čutenje sorodstva, v katerem se resnično počutimo varno. Ta relativna varnost je lahko za nas to, kar so koncepti in cilji za ciljno usmerjene duhovne praktike.

Ko napredujemo v naši praksi, ima vsak od nas nalogo preverjati, če se giblje proti ali iz ravnotežja. Toda, kako lahko ocenimo, kam se gibljemo? Če se gibljemo proti ravnotežju pomeni, da lahko obvladamo več situacij in se lahko prilagodimo bolj kompliciranim stanjem. Če pa se pomikamo iz ravnotežja pomeni, da smo sposobni obvladovati vedno manj situacij. Namesto, da nas duhovna praksa osvobaja in nas odpira življenju, nas napravlja domišljave in boleče odrezave.

Tako je modro preiskovati svojo prakso in opazovati ali lahko ugotovimo, v katero smer se gibljemo z več lahkote, katera usmeritev je za nas najbolj naravna, kakšna vrsta jezika deluje pri nas. Moramo razumeti, da učitelji različnih pristopov uporabljajo različne načine govorov. Poslušajte učenja, ki jih prejimate, premišlujte o tem kar berete v knjigah in opazujte, katera orientacijo napora je smiselna za vas. Ko enkrat to veste, vam svetujem, da greste za tem, kar vas navdihuje.

Upam, da lahko vidite, kako je to premišljevanje pomemben del našega prispevka k skupni nalogi prevajanja prakse. Naj bomo vsi opogumljeni raziskovati prispevek, ki ga sami dajemo k tej nalogi na tej stopnji v razvoju prevajanja na Zahodu. Prepričan sem, da bo naša skrbna preiskava pokazala naše individualne in kolektivne slabosti. Ko se začnemo zavedati svojih pomanjkljivosti, bomo postali tudi bolj kreativni. Postali bomo dobri prevajalci prakse. Prilagajanje se bo zgodilo kjer je nujno in bo v službi Dhamme. Morda tega niti ne bomo opazili. Vedeli bomo, da je duh Poti živ v nas in da so naša srca bolj pomirjena.

Hvala lepa za vašo pozornost.

Vsi smo prevajalci

LE ZA BREZPLAČNO DISTRIBUCIJO

Unexpected Freedom
We are all Translators
Avtor: Ajahn Munindo
© Aruna Publications, GB

**Prevedel BB
avgust 2011**