

Ajahn Panyavaddho >> MODROST SAMADHIJA



BIOGRAFIJA

Častiti Ajahn Panyavaddho (ali kot ga mnogi poznajo, Ajahn Panya), se je rodil 19. oktobra 1925 angleškemu staršem v južni Indiji. V Indiji je ostal do svojega sedmega leta. Nato je študiral elektroniko v Londonu, kjer je tudi diplomiral. Po diplomi je odšel nazaj v Indijo, kjer se je zaposlil. Preselil se je v Anglijo, kjer je delal, dokler ni zaprosil za *pabbajjo* (prošnjo, da postane budistični menih-novinec). Pabbajja je bila oktobra 1955 v London Buddhist Vihara, Ajahn Kapilavaddho pa je postal njegov učitelj. Nato Ajahn Kapilavaddho z Ajahn Panya in še z dvema novincema odšel na Tajsko, kjer so bili vsi trije novinci januarja 1956 pomenišeni v *bhikkhuje*. Kmalu za tem se je 'prva angleška Sangha' vrnila v London, kjer se je nastanila v londonski Vihari. Za tem se je Ajahn Kapilavaddho in ostala dva meniha razmenišila, tako da je Ajahn Panya ostal sam v Vihari. Viharo je vodil in dajal učenja pet let, dokler ni prišel drugi menih, ki je prevzel vodstvo. Ajahn Panya je čutil, da potrebuje učitelja, zato se je leta 1961 vrnil na Tajsko. Kmalu za tem mu je njegov prijatelj predstavil častitega Ajahna Maha Bua, trenutno najbolj spoštovanega živečega meniha na Tajskem. Ta je kmalu postal tudi njegov učitelj. Ajahn Maha Bua ga je sprejel v samostan Wat Pa Baan Taad, kjer je Ajahn Panya ostal dobrih 40 let. Tako je postal prvi zahodnjak v Wat Pa Baan Taadu in vodja vsem ostalim mladim menihom, ki so se tam nastanili. Umrli je 18. avgusta 2004, star 79 let.

Bil je eden izmed zelo priljubljenih učiteljev menihov, ki so prihajali na Tajsko iz celega sveta. Poznan je bil kot menih, ki je bil vedno pripravljen odgovorjati na vprašanja. Bil je arhitekt pri gradnji samostana, se ukvarjal s popraviljanjem tehničnih stvari, izumljal razne električne pripomočke, kot tudi popravljaval avtomobile, ki so se pokvarili v samostanu, ter bil eden izmed najbližjih učencev Ajahna Maha Bue. Zadnje štiri leta pred njegovo smrtjo je bil večkrat častni gost v Wat Pa Nanachatu.

Njegove posnete govore lahko najdete na www.forestdhammabooks.com.

Pri vzgoji uma je potreben razvoj modrosti. Na žalost se to ne da narediti direktno, samo s tem, da hočemo modrost. Nekateri ljudje lahko imajo modrost prirojeno, vendar je ti niso zmožni izraziti in pravilno uporabiti, razen če so dovolj pozorni. Pozornost podpira in kontrolira razvoj modrosti. Modrost ne pomeni enostavo le intelektualno razmišljanje, ampak je to precej drugačna ureditev. Pride lahko samo iz notranje mirnega stanja. Torej, prva nujnost pri mentalni vzgoji je doseči stanje miru.

Samadhi, stanje miru, ki ga dosežemo z meditativno prakso, ima mnogo nivojev. Ti so odvisni od stopnje zatopljenosti *citte* z objektom meditacije. Beseda *citta* pomeni um, srce ali zavest; je osnova, je 'center' v človeku, medtem ko je vse ostalo, vključno pet *khandh*, obrobno. Praktično vsak mora razviti prakso *samadhija*, če si želi doseči modrost in stanje sreče. To je več od vsega tistega, kar je možno imeti na tem svetu. Ko dosežemo *samadhi* je pot odprta za razvoj modrosti.

Razvoj *samadhija* lahko prikažemo na ta način: ponavadi je srce lačno, si želi nekaj in ves čas išče naokoli. Edina pot iskanja, ki jo pozna je preko čutil in v svetu. To je zato, ker je srce tako naučeno. Želi si tisto, išče drugo, gleda za tretjim, si želi utišati ono in tako naprej, ves čas. Ves čas gre ven, vendar kar dobi iz sveta ob takem početju, ne bo nikoli zadovoljilo njegove lakote. V resnici to še poveča lakoto. Srce je še vedno lačno, tudi po vseh iskanjih, ki jih je človek opravil.

Način kako zadovoljiti srce ni iti ven, ampak iti v nasprotni smeri. Potegniti moramo svojo pozornost stran od čutnih dražil, spominov in misli, od vsega kar skače od enega predmeta do drugega in kar je igrivo. Umu moramo dati čim manj stvari, na katere bi se oprijel. Dovolimo, da naša pozornost ostane le z meditacijskim objektom, kot je ponavljanje mantre "Buddho" ali na opazovanju dihanja. Umu ponudimo samo eno stvar katere se lahko oprime, eno sidro.

Na začetku je zelo težko, ker um še vedno tava in skače naokoli. Z nadaljevanjem prakse postane um bolj udomačen in pojavi se zanimanje. Ko do tega pride je manj želja po tavanju naokoli. Verjetno ste to že opazili pri delu, ko najprej niste hoteli nekaj delati, potem pa ko ste že bili globoko v delu, vas je stvar začela zanimati. Potem to ni bila več tako težka naloga. Bilo je mnogo lažje in delo je bilo opravljeno brez velikega napora.

Podobno je tudi z meditacijsko prakso. Na začetku je to težko delo, toda ko enkrat pridemo vanjo, se vzbudi zanimanje. Ko se to zgodi, postane um bolj in bolj zatopljen v prakso. Ko postane zatopljen, začnejo zunanje stvari avtomatsko izginjati. Um gre naravnost v notranjost. Ko je enkrat znotraj in tam ostane, postane popolnoma umirjen. Srce je notranje izpolnjeno in počuti se zadovoljeno. Ko pride ven iz tega stanja, si nič več ne želi iskanja stvari naokoli, ker je zadovoljeno. Je pripravljeno, da ostane samo tu – v miru.

Ko pridemo iz tega stanja absorbcije je um napolnjen, zadovoljen, kot da je ravno končal z dobrim kosilom. Je tudi pripraven in gibek. To stanje se lahko z razvojem modrosti izkoristi, ker je glavna ovira dosežka *samadija* začasno premagana. Namesto da je nemiren, spreminjajoč in iščoč, je um v primernem stanju, ki se lahko izrabi za raziskovanje in to lahko zelo, zelo globoko. To je prava modrost in ta modrost prinaša rezultate.

Pri normalnem načinu življenja je za nekatere možno, da imajo uvide in da dobijo veliko razumevanja z uporabo razumskega razmišljanja. Včasih lahko ta oseba čuti, da so ti uvidi globoki in pomembni, da morda lahko odkrijejo stvari o življenju in ljudeh, ki jih prej ni nikoli uvidel ali spoznal. Toda ko oceni to razumevanje, to nima velikega učinka na njegovo notranjost; to je, tako rečeno, le površinsko. Lahko je zelo pravilno, toda to ne spremeni njegovega pogleda ali narave.

Naj dam primer: vrsta razumevanja, ki spremeni naravo človeka je kot mlad otrok, ki vidi nekaj vročega kot je rdeč vroč premog in to prime. Ko se ga enkrat dotakne, potem tega nikoli več ne bo ponovil. Uči se hitro in globoko – razumevanje prežema, je učinkovito. Take vrste modrosti ni lahko izgubiti. Vendar je modrost za katero si moramo prizadevati veliko bolj subtilne narave in jo lahko dosežemo le, ko imamo osnovo v *samadhiju*. V *samadhiju* je srce mirno, odprto in karkoli pride do njega z modrostjo, bo šlo naravnost v srce.

Ponavadi je srce pokrito z vsemi vrstami smeti. Kakor da je zavito, tako da ničesar ne more skozi. Toda, ko je *samadhi* razvit je veliko lažje doseči srce. Je precej odprto in kakršnakoli modrost ki je razvita, gre naravnost v srce. Taka modrost je potem učinkovita in daje rezultate. Lahko je učinkovita na zelo nenavadne načine. Lahko celo zelo zlahka obrne stare navade. Te oviralne lastnosti, ki so kot "pesek v zobčnikih", imenujemo *kilese* ali slabosti. Te ovijejo srce in onemogočajo, da ga prežema mirnost. So stvari, ki se jih moramo poskušati rešiti in so stvari, ki jih moramo spoznati. V glavnem so to pohlep, sovraštvo in zmote, toda tu je še velik kup ostalih stvari, ki izvirajo iz teh treh. So neskončno razvejane in imajo neskončno zvijač, ki nas varajo na vse možne načine.

Naj dam primer: ko meditirate in pride misel, nekaj ne prav dobrega, jo morda ujamemo in začnemo misliti: "Ujel se te. Ta *kilesa* me ni ujela." Čestitamo si, toda ne opazimo, da je tudi pohvala *kilesa* in da smo bili ujeti z druge strani!

To so vrste zvijač, ki se ves čas igrajo z nami. Naučiti se moramo njihovih trikov in biti nad njimi, jih preseči z razumevanjem. Ne smemo si misliti, da so te *kilese* majhne stvari, ki so samo nekako prilepljene na nas. So izjemno pomembne in so zelo globoko v srcu. Te *kilese* povzročajo vse probleme na svetu, ničesar drugega jih ne povzroča. Atomske bombe se ne sprožijo same od sebe, zato potrebujejo ljudi; krogle se ne sprožajo iz pištol brez ljudi. Tisto, kar stoji za vsako osebo, so njegove lastne, ves čas prisotne *kilese*.

Torej vsi problemi na svetu izvirajo iz teh *kiles*, ki so zelo subtilne, zelo iznajdljive in ves čas prisotne. Iznajdljive so zato, ker bivajo tu, v srcu (ali *citti*) vsakega človeka, ki se ga polastijo. Uporabljajo njihovo prirojeno bistrost za nadaljevanje v njihovo lastno smer.

Kilese so tu, v srcu, tako kot tudi *Dhamma*. Oboje skupaj zmešano. Odvisno je le od okoliščin, katera dominira ob določenem času. *Kilese* so ves čas v srcu in neprestano tečejo ven in se kažejo v naših dejanjih, govoru in mislih. Lahko rečemo, da je povprečen človek skoraj popolnoma *kilesa*. Ne da so te včasih prisotne in včasih ne. Tu so ves čas, barvajo naš izgled, povzročajo naša zmotna razumevanja. Naše osnovno dožemanje sveta, ostalih ljudi, nas samih, religije in mnogo ostalih stvari je izkrivljeno, ker je vse to pod pogubnim vplivom *kiles*.

Zaradi tega razloga je vse, kar naredimo v vsakdanjem življenju, do neke mere napačno ali nepravilno. Ničesar ni, kar lahko storimo popolno, dokler se ne

rešimo *kiles*. Toda ne smemo biti preveč zaskrbljeni zaradi tega. Čeprav je vse kar naredimo napačno, sta tu dve poti po kateri lahko gremo: ena pot je napačna in druga pravilna. Kar se moramo naučiti je, kako vedno izbrati pravilno smer, čeprav zna ta biti zelo daleč od popolnosti in obarvana s *kilesami*.

Če gremo v pravilni smeri, *kilese* postajajo postopoma manjše in razumevanje, ki jih spodkoplje, postane močnejše. Toda če gremo v napačni smeri, postajamo bolj prevarani in bolj ujeti, dokler ni nobenega upanja v ničesar. Samo poglejte ljudi, ki delajo slaba dejanja in lahko vidite, kakšni so postali. Postanejo grobi in robati in sploh ne razumejo ničesar nežnega. To je zato, ker njihove *kilese* rastejo hitro, ker gredo ves čas v napačno smer. Ljudje pa, ki gredo v pravilno smer postanejo srečni, kakor da je žar sreče ves čas okoli njih. Ti se ne zanimajo za stvari in jih ne skrbi tako kot druge ljudi. Svet jim ni neprijeten prostor. Vsi problemi v svetu se jih v resnici ne dotaknejo, ker so znotraj dobri. To je zato, ker so vse težave na svetu vedno težave v nas samih, medtem ko so zunanje težave le pripetljaji, ki se samo dogodijo. Vse težave obstajajo le v človekovi lastni notranjosti in če se je zmožen naučiti pozdraviti sebe, se bodo vse težave in problemi umaknili v ozadje.

Kar se tiče podrobnosti, kako naj bi prakticirali, zdaj že veste, kaj je mišljeno z meditacijsko prakso. Vzdrževati morate le kakršnokoli svojo tehniko, ki je vam najbolj koristi. Kar se tiče modrosti, jo je dobro uporabljati v smislu razmišljanja o stvareh in gledanja, kako stvari delujejo na svetu in v našem življenju. Postopoma ima to vpliv, čeprav je proces počasen in vzame čas, da se prebije v globino. Z drugimi besedami, razmišljanje o pravih stvareh na vsakdanji način razmišljanja lahko razvije modrost, toda samo zelo počasi. Potrebno je dolgo časa, da se razume notranje in globoko. Na splošno, malo je alternativ razvoju *samadhija*.



Ajahn Sumedho in Ajahn Panyavaddho v Wat Pa Baan Taad

LE ZA PROSTO DISTRIBUCIJO

Vir: iz The Venerable Acharn Panyavaddho; prevod odlomka 'The Wisdom of Samadhi'.
Prevedeno z dovoljenjem.

© 1994, Forest Dhamma Books,
Wat Pa Baan Taad, Tajsko
(www.forestdhammabooks.com)
Prevod: © 2006, SloTHERA

Prevajalec: Tan Hiriko

Vse pravice pridržane.

Objavljanje in tiskanje, celotega ali le del tega besedila, v katerikoli obliki,
za prodajo, dobiček ali materialne koristi, je prepovedano.
Dovoljeno je za prosto distribucijo s predhodnim pisnim dovolj avtorja ali založbe.

© **SloThera**