

GONG CHIK

Gong Chik pärineb suurelt õpetajalt Jigten Sumgönilt.

Seda õpetust kuulates on oluline tekitada õige motivatsioon, mis oleks siis kõikide emaolendite hüvanguks.

Buddha Sakjamuni ajal oli Jigten Sumgön tavaline inimene aga pärast Buddha Sakjamuni lahkumist parinirvaanasse 400 aastat hiljem sündis ta uuesti Lõuna Indias Nagarjunana. Ta rajas seal filosoofilise instituudi.

Nagarjuna omas pika eluea siddhit, mille tulemusena tema elu kestis 600 aastat, kogu selle aja vältel levitas ta erinevaid budhistlikke õpetusi mediteerimisest, distsipliinist, 108 õpetust tervendamiseks ja transformatsioonist mille tulemusena osa tema õpilasi oskas rauda transformeerida kullaks.

Nagarjuna päris kõik oma teadmised 5 osalisest Mahamudrast Sarahalt. Nagarjunal oli 2 edukat õpilast kes saavutasid täiuse kahel erineval teel: üks läbi mahamudra, mis pärineb Vajradharalt ja teine dzogseni kaudu mis põlvneb suurelt India meistrielt Padmasambhavalt. Need on 2 erinevat liini ja 2 erinevat pühitsust ja 2 erinevat traditsiooni, 2 erinevat Nagarjuna õpilast. Need mõlemad traditsioonid tulid Tiibetisse Tilopa kaudu ja muidugi suure meistri ja tõlkija Marpa kaudu. Marpa andis õpetused edasi oma õpilasele Milarepale ja tema Gampopale. Peale Gampopat mõistis Nagarjuna et on oluline sündida Tiibetis ja levitada õpetust. Ta taaskehastus Lord Jigten Sumgönina.

Jigten Sumgön (Nagarjuna taaskehastus) sündis Khamis 1143.a. Ta leidis oma õpetaja Phagmo Drugpa Lhasast ja veetis temaga 2 aastat ja 8 kuud saades vajalikke õpetusi. Suurel meistril Phagmo Drugpal oli tuhandeid õpilasi, 500 neist olid väga erilised ja andekad õpilast. Kord küsis üks neist oma õpetajalt et kes saab tema õpetuste levitajaks ja mantlipärijaks. Phagmo Drugpa ütles et selleks saab mittemunk ehk tavainimene kellel on puhas upashaka vanne. Samal ajal jõudis Jigten Sumgön kloostriksse ja Õpetaja ütles et õpilane, kes on vääriline liini hoidja on kohale jõudnud. Peale Phagmo Drugpa surma J.S. praktiseeris 6 aastat Mahamudrat ja selle meditats tulemusena tekkis tal selge mõistmine välise maailma olemust ning kõikide nähtuste nii sisemise kui välise ilmumise põhjustest. J.S. oli edukas mediteerijana ja puhta distsipliini praktiseerija ning omas seepärast tuhandeid järgijaid. Ainuüksi ühe aasta jooksul oli ta võimeline saatma 500 munku Milarepa pühase paika Lapshisse ja Tsarisse mis on Chakrasamvara salajased paigad ning 55000 pühale Kailashi mäele ja mujale pühadesse paikadesse. Need 3 salajast paika on Chakrasamvara keha, kõne ja meel. Kailash on Ch. keha, Lapshi on kõne ja Tsari on Ch süda. Seega kes iganes praktiseerib nendes paikades on võimeline saavutama siddhisid. Kõik oma õpetused andis Lord Jigten Sumgön edasi siis kui ta oli 35. aastane ja ta elas 75. aastaseks. Kõik oma õpetused võttis ta aga kokku Gong Chikis.

Gong Chikis on koondatud kõikide 3 aja buddhade õpetus, sest kõik budhad läbi kolme aja: minevikus, olevikus ja tulevikus on andnud õpetusi kõikide olendite hüvanguks, et nad vabaneksid kannatusest ja kannatuste põhjustest. Kõik budhad ja bodhisattvad, kes on jõudnud 10 bhumini, nende soov on alati olnud sama, vabastada kõik olendid kannatusest.

Gong Chik pole mõeldud ainult budhistidele vaid sobib kõigile ka moslemitele ja hindudele, kõigile kes tahavad aidata elavaid olendeid. Kõigile kes tahavad olla õnnelikud ja vältida kannatust. Meil kõigil on üks ühine soov olla õnnelik. Ja kui me oleme eksinud, siis kuidas oma vigu korrigeerida, seda kõike seletab Gong Chik.

Gong Chik koosneb 150 vajra värsist, mis selgitavad põhjust ja tagajärge. Mida me peame silmas nähtuste all ehk kõige ilmneva all, see on kõik mida me mõtleme! ja selle vastastikune sõltuvus. Kõik mida me mõtleme ongi nähtus ja selle vastastikune sõltuvus. Kõik nähtav ehk meid ümbritsev sõltub meie 5 tajuorganist: silmad, nina jne. seega kogu meid ümbritsev on seotud meie vastuvõtuorganitest, see mis meie ümber toimub on sõltuvuses sellest kuidas me seda tajume. Kuna kõik on sõltuvuses siis nimetatakse ümbritsevat TÜHJUSEKS.

Kuidas siis mõista et kõik ilmnev on TÜHJUS. Näiteks kell on laua peal, me vaatame seda aga ühel hetkel see kell justkui kaob meie vaateväljast, selleks me ei pea midagi tegema, see lihtsalt kaob sest meie tajuväljale tekib mingi muu objekt. Või teine näide.. Eesti. Teil kasvab siin tohutult puid ja metsa aga ometi pole see kogu aeg nii, see mets ei kasva ilma hoolitsemise ja istutamisest. Või siis näiteks inimeseda, keda sünnib ja samal ajal peavad nad ükskord surema, nad ei ela igavesti. Inimühiskond on küll püsiv aga samal ajal ta kogu aeg uueneb. Või nagu meie keha on püsitu, ta peab lagunema...kui seda ei toimuks oleks surnuaiad täis inimkehasid. Sama kehtib ka 5 tajuorgani kohta. Sünnist kuni surmani me tajume erinevaid kogemusi, aga need on kaduvad ja muutuvad. Kui me oleksime võimelised kõiki kogemusi alal hoidma siis meie peas tekiks suur segadus ja varsti ähvardaks lõhkemise oht. Meie tajud aga vahelduvad, alati midagi tekib ja midagi kaob. See ongi nähtuste algne olemus. Kui me oleme võimelised mõistma kõikide nähtuste ja ilmingute algolemust, siis seda kutsutakse valgustumiseks. Valgustunud meel mõistab selgelt kõikide nähtuste algset olemust. Mittemõistes nähtuste algloomust aga meie meel on kahesuses, taju ja objekt on lahus, nad pole omavahel seotud ja me tekitame sellega illusiooni asjade füüsilisest olemusest.

Buddha Sakjamuni õpetas samuti mõistma puhast meelt ja tühjust. Ta näitas teed kuidas neid ühendada. Mitte et jaguneksimme subjektiks ja objektiks. Me tunneme erinevaid teravilju: riis, nisu, oder ja kui me teame kuidas neid küpsetada, saame maitsva toidu mis on meie kehale kasulik. Aga kui ei tea kuidas toitu valmistada siis võime ennast hoopiski kahjustada või parimal juhul see lihtsalt ei mõju meile hästi. Sama moodi on ka kõikide buddha õpetustega, mille eesmärgiks on õpetada meid tajuma maailma õigesti, nagu õpetaks ta meid valmistama toitu.

Meie planeedil on palju erinevaid religioone nagu budhism kristlus, moslem, hinduism jaguneb veel omakorda erinevateks õpetusliinideks aga kõik nad üritavad selgitada nähtuste olemust erineval moel. See oleks nagu sama kui 6-7 kokka õpetaksid erineval moel kuidas valmistada rooga. Üks ütleb et riis tuleb pehmeks keeta, teine aga ütleb et toorelt on hea Buddha Sakjamuni järgis enne valgustumiseni jõudmist 2 hindu guru juhiseid, mis olid küllaltki karmid. 6 aastat tuli elada üksinduses süües ainult ühe riisitera päevas ja juues paar lonksu vett. Sellist äärmuslikku askeesi on väga raske taluda ja buddha Sakjamuni kannatas seeläbi väga palju. Ta aga uskus sellesse ja tegi selle 6 aastase üksinduse läbi. Esimesed 2 aastat sõi ühe tera päevas ja lubas endale lonksu vett päevas, aga 2 aasta möödudes ei näinud ta mingit tulemust ja nii otsustas Buddha Sakjamuni tingimusi veel rohkem karmistada ja järgnevad 2 aastat loobus ta riisist ja jõi ainult vett. Aga ka see ei andnud tulemusi. Seejärel keskendus Buddha meditatsioonile ja konsentratsiooniharjutustele, mille tulemusena ta oli võimeline kõik oma tajuorganid välja lülitama nii et kui lapsed lähenesid tema meditatsioonipaigale ja kilkasid ning rohukõrrega ta kõrva kõditasid, siis tänu keskendunud meditatsioonile ei tundnud ta midagi ja suutis välja lülitada kõik oma tajuorganid. Peale 6 aastat ekstreemset praktikat mõistis buddha et see pole õige tee valgustumiseks. Ta lõpetas praktika ja lahkus sellest paigast ühe taluniku juurde ja sõi seal putru piimaga. Sealt rändas ta Bodhgayasse, teel kohtas ta talunikku ja palus talt heina istumise alla et mediteerida. Esimese meditatsiooni õhtul mõistis ta oma meele klammerdumistest, ta nägi nägemusi ilusatest naistest kes püüdsid tema tähelepanu kõrvale juhtida ja ta mõistis et KIINDUMUS avaldub vaenlasena kes juhib meid kõrvale meie eesmärgist.

Peale seda kui ta oli edukalt jagu saanud oma kiindumustest tekkisid vihased vaenlased kes püüdsid teda takistada. Need olid ta oma ihad mis moondusid hirmuäratavateks ja eluohtlike relvadega olendeiks. Tema konsentratsioon aga oli nii tugev et ta sai ka nendest nägemustest võitu. Peale seda kui ta oli edukalt hakkama saanud omenese VIHAGA, sattus ta silmitsi oma TEADMATUSEGA. See oli absoluutne pimedus ja

ängistav tühjus. Buddha keskendumine aga oli nii võrd suur et ta suutis selle pimeduse muuta valguseks. Keskööks oli ta võitnud 3 takistust endas, need olid siis kiindumus viha ja rumalus. Oli varahommik, päikesetõusu eelne hetk kui Buddha jõudis selginemisele, et nüüd ma olen valgustunud. Sel samal hetkel aga olid kõik takistused ta sees tagasi ja kuidas sa siis tõestad et oled valgustunud. Buddha mõtles et tal on tunnistaja olemas, see maa on tunnistajaks et ma olen valgustunud. Sel hetkel puudus ta oma vasaku käega maad ja maa seest väljus maajumalanna, kes ütles et ta on tunnistajaks et buddha on valgustunud. Koos valgustumisega koges Buddha Tõelist ja absoluutset Dharmat, aga seda pole lihtne õpetada ja teistele edasi anda. Sellepärast otsustas ta veel mõneks ajaks jääda üksindusse. Nii nagu omal ajal buddha järgis paljude brahmanite õpetusi nii ka tänapäeva olukord ei ole muutunud, sest on palju õpetajaid ja õpetusliine, kus öeldakse mida teha ja kuidas olla, mida tohib ja mida ei tohi teha

Buddha sellepärast soovitabki Dharmapraktiseerijal püsida keskteel, et jõuda valgustumiseni. Ei liiga lõdvestunult ja liialt nautides oma praktikat ega ka liialt pingutades.

Küsimused: Kas Buddha Sakjamuni oli enne valgustumist tavaline inimene?

Vastus: Sakjamuni oli enne valgustumist bodhisattva aga enne seda oli ta tavaline inimene nagu meie kõik.

On üks lugu kus üks tiibeti yogi külastas kloostrit ja seal oli buddha ja yogi ütles et jaa vaata eelmises elus Ida Indias sa olid varas ja varastasid mult lehma aga tuleb tunnistada et tänu pingutustele sai sinust ikkagi buddha ja sellepärast ma kummardangi su ees.

Küsimus: Kas on mingi harjutus et ületada meditatsiooni ajal tekkivat unisust ja tuimust?

Kui me kogeme unisust ja tuimust meditatsiooni ajal siis see tuleneb vähesest konsentratsioonist. Selleks et peletada unisust peaks keskendumise koondama väikesesse punkti ja valima keskendumispunkti kõrgemal kui tavaliselt järgides ninajoont... ja vahel aitab ka tugev PHET hõikamine. Phet silpi võib kasutada ka siis kui olete liigsetest mõtetest hõivatud.

Küsimus: Uimasus ja unisus tavaolekus, mida teha?

Üks variant on avada aken! aga hea on pilk viia kuskile kaugustesse, et ei silmitseks oma lähiümbrust.

Unisus ja uimasus tekib raskest tööst mis väsitab ja vaevavatest ülesannetest, eesmärk oleks ikkagi fookus endast kaugemale viia.

Küsimus: Milline on efektiivsem praktika kas lugeda ja uurida filosoofiat?

Kõige efektiivsem praktika on ikkagi meditatsioon, selle läbi jõuab kiiremini valgustumiseni kui õpikutest lugeda ja filosofoerida. Õppimisel pole piire, see on nagu taevas täis tähti... lõputu. Õppida võib lõpmatuseni, leides aina uusi seisukohti ja ikka uurime ja puurime. Kõige parem on natuke õppida ja siis mediteerida. Sellisel juhul me saame intellektuaalselt aru ja meditatsioon toetab ja annab kogemused. Sellisel juhul me rakendame sügavamalt oma intellektuaalset arusaamist ja nii jõuame teisele vaimsele tasandile. Milarepa polnud mingi õpetlane aga tänu Marpale ja praktiseerimisele jõudis valgustumiseni.

Küsimus: Miks on yogidel pikad juuksed, mis on selle tähendus.

Neil ei ole lihtsalt kääre. Kui te lähete ritriiti siis te ei tohi muuta oma välimust, antud juhul need pikad juuksed tähistavad seda et ei muudeta oma välimust.

KUMMARDUSTEST

Alustades loengu kuulamist on oluline õige motivatsioon.

Peatume väheke kummarduste tegemisel. Peod on koos nagu lootuseõis pöidlad on väheke sissepoole nagu kroonlehed.

VÄLINE tähendus kätel oleks siis nagu lootos ja peopesadevaheline vaba ruum süboliseerib SISEMIST tühjust.

Kaks kätt süboliseerivad veel MEETODIT ja TARKUST. Parema süboliseerib meetodit ja vasak teadmist ja kui me need kaks kätt ühendame kummardades, siis see tähendab et me üritame meetodit ja teadmist ühitada.

Kuidas mõista meetodit ja teadmist... selleks võib paralleeli tõmmata tee keetmisega. Tee valmistamiseks on vaja vett, teed ja tuld. Kui aga need kolm asja on olemas ei tähenda see veel et tee on valmis, vaid veel on vaja teadmist kuidas teed keeta. See teadmine kuidas keeta teed on siis tarkus ja vesi, tuli ja tee on meetod. Meetod ja tarkus ÜHENDATUNA nii valmib tee. Ja kui üks neist ainetest puudub siis ka ei saa teed keeta. Seega on käte ühendamine väga sügava tähendusega.

Püüeldes aga valgustumise poole on vaja ühendada heasoovlikkus ja tühjus.

Peale käte ühendamist on vajalik et nad puudutaksid otsaesist (mitte peakohale) kroontsakra asub selles kontekstis otsaes. Selle tegevuse tähendus oleks kehaliselt valedest tegudest puhastumine nagu varastamine, tapmine ja suguline väärkäitumine.

Järgmisena viia peopesad kurgutsakrale ja selle tegevuse tagajärjel me vabaneme kõnega tehtud väärtedest nagu valetamine, laimamine, kuulujutud ja halvad-laimavad sõnad. Need on 4 kõnega tekitatud karmat.

Sellise tegevuse tagajärjel need väärted puhastuvad ja saame buddhade õnnistuse ja omandame 32 meloodilist häält.

Nüüd asetame peopesad südamsakrale millega puhastame meeles tekitatud vead, milleks on siis vale suhtumine asjadesse, pahatahtlikkus ja rahulolematuse.

Peale seda me kummardame maha, millega me näitame alandlikkust ja loobumist oma uhkusest ja ülbusest.

Kummardades peame me puudutama maad 5 punktiga: laubaga, põlvedega ja kätega, sulgedes 5 olelusilma ringkäigu väravad. Tavaliselt me räägime 6 ilma olenditest aga siin pannakse pooljumalad loomade või jumalate ilma. Need pooljumalad kelle olemuseks on heaolu ja rikkus kuuluvad jumalate ilma, need aga kelle olemuseks on viha ja vihkamine kuuluvad aga loomade ilma.

Kui nüüd üles tõuseme ja oma käed ja põlved ja otsaesise eemaldame maast, see süboliseerib 5 erilise võime saavutamist. (ettenägelikkus, jumalik kuulmine, teiste mõtete lugemine, imede tegemine ja võime mäletada eelmisi elusid ja kõike mis on olnud).

Ettenägelikkusest ehk jumalikust nägemisest ... selliste erivõimete nimene suudab näha mis on nurga taga ja mäe taga, ta saab näha ka bardoolendeid kellel pole füüsilist keha nagu pörguolendid. Jumaliku kuulmisvõimega inimene on võimeline kuulma ka 1000-ndete km kauguselt, näiteks võib kuulda mis räägitakse Ameerikas või Indias, telefoni pole vaja! See pole mingi muinasjutt vaid tõsiasi. Näiteks suur Yogi Druwang Rimpotse olles Tiibetis ritriidis teadis täpselt mida Dalai Lama tegi ja oli võimeline isegi kuulma mida ta ütles või tegi Indias, hoolimata sellest et ta oli üksinduses ja eraldatuses.

Kord kui Druwang R. külastas Lhadakki soovitas keegi munk tal prille kanda aga R. naeris ja küsis et kas ma siis hakkan nägema jumalate ilma kaugelt?

Nüüd siis teiste mõtete lugemisest, need kellel on see võime saavad seda väga täpselt näha. Siin näide jällegi Druwang R-st keda külastas üks daam, kes palus eriliist puja perekonna

probleemide lahendamiseks.

Druwang aga ütles selle peale, et probleem ei ole mitte sugulastes vaid et see naine ootab kogu aeg et ta vanemad ära sureks ja et ta tütar läheks mehele ja ta saaks siis vabaduse. Naine hakkas selle peale nutma, sest tõesti nii see oligi.

Imede tegemise võime seisneb selles, et in võib näidata asju mis tegelikult ei eksisteeri ja vastupidi asjad mis tegelikult eksisteerivad, neid kaotada. Neid imetegusid ei tehta aga lihtsalt naljaviluks vaid selleks et anda inimestele kinnitust õpetuse tõesusest. Näide jällegi Druwang R-st, kes oli ühes kloostri ja süütas lambi. Algul põles see lamp nagu lamp ikka aga peale kolmandat päeva see ei kustunud nagu tavaliselt ja õli otsa ka ei saanud. Nii põles see lamp tavalise 3 päeva asemel 7 päeva. Kord jälle Dalai Lama Kalatsakra õpetuse ajal nad möödusid vanadesst palveveskitest mis ei pöörle enam. Druwang R hoidis khadakki ja kummardas neile ning need hakkasid pöörlema.

Möödunud elude mäletamine ja kellena nad järgmises elus sünnivad. Druwang R rääkis oma lähimatele sageli erinevaid lugusid kui ta oli olnud eelmises elus krokodill ja ükskord oli ta olnud naine.

Küsimus: Kas imesid saab teha siis ainult teatud eesmärgiga?

Pigem peaks ütleva et see võime käib kaasas omadusega et sa näed oma tegude tagajärge ja kui tagajärg on halb siis ta lihtsalt ei kasuta seda.

Neid kõiki erivõimeid kasutatakse ainult 3 juhul:
kui on vaja usku või veendumust sisendada õpilastesse,
julgustada neid või siis
kui buddha läheb parinirvaanasse.

Küsimus: Kummarduste puhul keha kõne ja meele puhastamisel igapäevane loogika ütleb et meel peaks asuma peas ja südames peaks asuma keha, milleks selline peapeale pööratud arusaam budhismis?

Budhismis on 4 tsakrat, mis asetsevad keskmisel kanalil: kroontsakra, kurgutsakra, südamsakra ja salajane tsakra. Budhismis pole meelel kindlat asukohta ta hõlmab tegelikult kogu keha, see on sama nagu piim ja koor on segunenud. Näiteks sügavas unes on meel(vaim) südames, aktiivse unenägemise ajal aga on meel kurgutsakras, ärgates aga asub ta peas. Meelel endal pole kindlat asukohta, ta on nagu valgus mis asub kõikjal, aga sügava une ajal asub südamsakras meele essents ehk kõige suurem meele konsentratsioon. Kui meel asuks sügava une ajal ainult südamsakras siis me ei tunneks sügavas unes olles kui meid keegi varbast sikutab, veel enamgi, selle võiks ju ka ära lõigata ilma et me midagi tunneksime.

Selline oleks siis väga lihtne seletus kummardustele.

OHVERDUSTEST

Veeohverdus

Enne ohverdust tuleb kõik 7annetusnõud hoolikalt puhastada. See puhastamine kantakse üle vaimsele tasandile ja puhastamise mõte on puhastada oma meelt ja soov omada puhast meelt.

Teine ohverduse mõte on lahkuse ja suuremeelsuse harjutamine, mis on kitsidusest vaba, sest mil iganes me anname kellelegi vett, siis meil puudub kadedus ja klammerdumine. Me võime tõeliselt puhta südamega annetada vett kõigile.

Kui valame vett annetusnõudesse siis peaks hoolikalt vaatama, et ei valaks vett liiga palju, üle ääre, siis see märgib lubadustest üleastumist ja lodevust ja lõtvust, kui aga liiga vähe valada siis

kahaneb su rikkus ja headus. Vett tuleks valada parasjagu.

Kui asetame annetuspõud lauale ja kui meil on väikesed nõud peaks nende vahe olema üks odratera laius. Kui aga suuremad nõud siis võib vahe olla üks sõrmelaius.

Kui asetada nõud liiga lähestikku võib see tekitada olukorra kus õpilane saab õpetajaga liiga lähedaseks ja hakkab nägema õpetajas vigu.

Kui aga asetada annetuspõud liiga pika vahedega siis on oht et eemaldud õpetajast ja ei ole võimeline saama õnnistusi ega võimeline mõistma õpetuste sisu.

Seega annetusrituaal on väga hea treenimaks heatahtlikkust ja kiindumusest vabanemiseks ja suuremeelsuse saavutamiseks. Seda on hea ühendada TONG Len praktikaga, mille eesmärgiks on vabaneda kogumisest ja kinnihoidmisest sellest mis meil on. Veeohverdus arendab meis suuremeelsust.

Budha Sakjamuni ajast pärineb üks lugu. Buddhal oli üks õpilane kelle ema oli väga ihne ja kitsi. Poeg tahtis et ema vabaneks sellest ahnusest ja muutuks lahkemaks. Ta tegi emale ettepaneku annetada iga päev piisk vett ja lausuda mantrat OM MANI PADME HUNG. Aga ema unustas alati selle ära. Poeg pani emale meeldetuletuseks ukse kohale kella ja iga kord kui ema selle alt läbi läks tuletas see talle meelde tema ohverdusrituaali. Ema meel vabanes ahnusest ja kitsidusest selle lihtsa rituaali läbi.

Tuleohverdus ehk võilampide ohverdus

Sümboliseerib valgustumist või rumaluse ja teadmatuse eemalepeletamist. Mida rohkem me ohverdame valgust ehk võilampe seda kergem on teha selge valguse meditatsioonipraktikat.

Druwang Rinpoche ütles et kui tema alustas 5 osalise Mahamudra teed, oli tal nägemus oma õpetajast kes seisis võilambiga talle teed näitamas. See nägemus viis teda Mahamudra õpetuse tegelikule mõistmisele.

Hiljem kui ta väljus ritriidist ... kuhu iganes ta õpetama läks palus ta süüdata võilambid sest tal oli tugev nägemus oma õpetajast ja tuleannetusest.

Lisaks on tuleohverdusel suur mõju bardoolendeile ja ka endale surmajärgses seisundis- bardos olles, sest selles seisundis on iseloomulikud erinevaid pimeduse ja segaduse kogemused. Olles aga eluajal ohverdanud palju võilampe, aitab see nüüd bardos olles pimedusest ja segadusest välja tulla.

Sakjamuni eluajal elas kuningas , kes palus Sakjamunit koos 500 arhatiga endale külla. Ta tegi selle külaskäigu puhul 1000 võilambiannetust ja kõik need nõud olid tehtud kullast ja hõbedast. Tegelikult panigi kuningas Sakye Lhagpa sellega võilambi ohverduse rituaalile aluse. Ümbruskonnas kolis vaene naine ja vaatas seda tulede merd ja oli väga liigutatud ning kurvastas et tema ei suuda Buddhale ja 500-le arhatile midagi annetada. Ta käis ringi ja kerjas omale tilga õli ning leidis lehmasarve ning vatitüki millest valmistas oma ohvilambi Buddhale. Kui see vana vaene naine tegi oma tuleohverdust tundis ta südames suurt rõõmu kuninga üle kes ohverdab sellise tulede mere. Tema südames paisus suur uhkus ja rõõm oma kuninga annetuse üle. Kui tuli aeg pühendada ohverdusest tulenevad pälvimused kellelegi, küsis Buddha kuningalt et kellele pälvimused pühendada, kuningas muidugi arvas endamisi et pole kedagi kes oleks selle rohkem ära teeninud kui tema tehes suurejoonelise pidusöögi ja lampideohverduse. Aga Buddha Sakjamunile ta vastas loomulikult et pälvimused võiks pühendada sellele kes on kõige pühendunum uskudes et tema see on. Buddha aga pühendas pälvimused tollele vanale vaesele naisele, sest kuigi tema annetus polnud suur tuli see puhtast südamest ja täie pühendumudega, lisaks rõõmustas see vana naine ka kuningas Sakya Lhagpa annetuste üle. See on lugu millest pärineb võilampide ohverdus rituaal.

Küsimus: Kas ohverdusanumate järjekord on ka oluline, sest erinevates sadhanates on see järjekord erinev.

Arvestada tuleb siin kellele ohverdust tehakse, kui me näiteks teeme yidam praktikat, siis me teeme annetusi iseendale kui yidamile. Alati tuleb annetust alustada vasakult paremale. Yidam praktika puhul siis iseenda suhtes vasakult, aga kui me teeme annetusi enda ees olevale altari jumalusele, siis tuleb tema poolt vaadatuna vasakult alustada.

Annetusliik sõltub sadhanast, mõnikord on 3 veeannetust, vahel 2 ja vahel ainult 1veeanum. Chakrasamvara praktikas on näiteks 4 veeohverdust alguses ja kui me teeme Guruyogat siis on 2 veeannetust.

Kui teeme Akshobya praktikat siis on 1 annetus. Kõige tavalisem on 2 veeannetusega.

Küsimus: Kuidas käituda peale ohverdust selle veega?

Selle vee võib ära visata kuskile puhtasse kohta aga võib ka ise ära juua.

Enne õpetuse juurde asumist tuleks taas kinnitada oma motivatsiooni -vabastada kõik olendid kannatusest.

Dharmakirti on ebatavaline õpetlane selle poolest, et temast sai suur meister astroloogias ja meditsiinis, rituaalides jne. ilma õpinguteta. Ta oli omapärane kunstnik, sest tema stiil kuidas ta joonistas ja kasutas värve oli eriline. Kuna ta oli kõikeläbiv geenius kutsutakse teda Dharmakirtiks.

Eile oli juttu nähtuste olemusest. Dharmakirti väidab et nähtuste olemus on ühine kõikidele olenditele, aga on ka väiteid et nähtuste olemus sõltub indiviidist, et ühtedel olenditel on see ühtemoodi teistel teistmoodi.

Dharmakirti oma kommentaarides annab 5 loogilist mõttekäiku, mis toetavad tema väidet et nähtuste olemus on kõigil ühesugune.

1. mõte on et Budha jõudis valgustumiseni selle kaudu, et mõistis kõige ilmneva algloomust.
2. mõte -kõik mida me näeme on mitteloatud, see tähendab et pole jumalat kui loojat ja et Buddha pole looja, nagu näiteks hindudel on kogu maailm loodud Siva, Visnu ja Brahma poolt.
3. mõte- kogu ümbritsev ehk kõik ilmnev on eheda kaastundva loomusega, toetav ja heasoovlik, soovist kõiki aidata.
4. mõte -nähtustele on omane muutumatus, nende algloomust ei saa muuta keegi ega miski. Nii on tule loomuseks kuumus ja ta kõrvetab kõiki, vee omadus on märg olemine ja ta teeb märjaks kõik kellega kokku puutub.
5. mõte -põhjuse ja tagajärje seos. Tehes häid tegusid on tulemus hea ja tehes halba on tagajärg halb ja see puudutab kõiki olendeid, isegi 10. bhumini jõudnud bodhisattvaid.

Budad mõistavad põhjuse ja tagajärje seost nii nagu oleks odra ja riisi seemned peopesal teades mis nendest seemnetest kasvavad. Budad omades teadmist kõige ilmneva algloomusest, räägivad ainult sellest mida nad teavad. Kuna budad on oma olemuselt kõiketeadvad, siis mida iganes nad ütlevad ,on see nii alguses, keskel ja ka hiljem, aeg seda ei muuda. See algbudalik omadus on omane kõigile olendele kel on teadvus. Kõik erinevad budaõpetusliinid meie planeedil õpetavad endas üles leidma ja mõistma ja arendama seda puhast budameelt.

Küsimus: Ma olen pidanud budismi põhiolemuseks muutust ja püsitust aga huvitav oli kuulda olemisest mis ei muutu nagu tuli mille loomuseks on kuumus...ta küll ei põle igavesti aga tema olemus ei muutu.

Need on kaks erinevat asja kui me räägime asjade olemusest või siis nende loomusest. Tuli põleb ja kustub, sest see on tema loomus ja selles osas on ta püsitu. Tule olemus aga on kuumus ja see ei muutu.

Küsimus: Kuidas mõista siis seda et mõnda yogit tuli ei põleta? See on ju vastu tule omadustele?

Siin on tegu millegi erilisega. Näiteks nagu ühes Milarepa loos kus vihased mehed tungisid tema koopasse ja üritasid teda tulega põletada aga Milarepa transformeerus ennast tuleks ja kuna tuli ei saa tuld põletada siis midagi ei juhtunud. Veel üks lugu Teisest Karmapast keda hiinlased üritasid põletada, Kaarmapa oli nagu posti külge kinni seotud ja ta oli nagu meditatiivses seisundis kujustades end veena. Sellele vaatamata mõned tema riided võtsid juba tuld ja äkki tekkis Karmapa ette kujutis oma õpetajast kes ütles et kujusta end tulena. Ja tuli ei teinud talle midagi ja ta pääses sellest põletamisest. See juhtus 11.saj.

Küsimus: Kas budaloomus ja tule loomus on oma olemuselt siis samad?

Teaduslikus maailmas füüsikas otsitakse seda muutumatut aatomi algosakest aga seni pole veel leitud. Budhismi õpetusliinidele on ka selline käsitlus omane et eksisteerib ülipeen algosa mis on muutumatu, muutumine toimub ainult jämedakoelisemas osas. Budha õpetusliinis on ka kaks suunda kus üks väidab et on olemas see muutumatu algosake aga teine väidab et kõik on muutumises. Kui me näiteks vaatame seda klaasi ja jagame ta osakesteks kuni viimase osakeseni välja, mis on muutumatu ja jääv, siis Madhjamika koolkond väidab et sellist osakest ei ole olemas, kõik osakesed on võimalik poolitada ja lahustada seega on siin alati oma sünd ja surm ja et nad pidevalt muutuvad ja teisenevad. Selle klaasi olemus on ka muutuv kuna ta ei koosne ühestki osakesest mis ei muutuks.

Küsimus: Kui Buda ei loonud kogu maailma, kes siis lõi selle maailma.

Karma loob pidevalt nähtusi. Seega põhjus ja tagajärg on maailmade loojad. Näiteks kui keegi töötab pingsalt ja on tubli ja püüdlik, siis ta saab oma töö eest väärilise tasu. Ta töötab palju ja on distsiplineeritud ning saab väärilise tasu eest lubada omale korterit ja autot jne. See on lihtne näide kuidas inimene ise loob endale vastava ümbruse.

Tavaliselt räägime me 2 tüüpi karmast: isiklikust ja kollektiivsest karmast mis loob tingimusi. Aga karma on looja.

Küsimus: Mis erinevus on kayade vahel?

See sõltub tasemest. Kui meister on mediteerinud ja tal on väga head kogemused, siis enne surma ta laskub meditatsiooni ning elu ja surmahetke vahel ta püsib meditatiivses seisundis ja vabastab end võttes Dharmakaya keha surma hetkel.

Teine meister kel on vähesemad kogemused, siseneb peale surma bardosse kus tavainimesel on palju erinevaid nägemusi, segadust ja hirmu. Selline meister suudab bardos jääda teadvuse juurde ning kogeb bardonägemusi teisiti. Sellises seisundis võtab meister Sambogakaya keha ning vabaneb. Kolmandad meistrid aga läbivad kogu bardoprotsessi ja nad ei ole võimelised end vabastama bardoseisundis vaid teevad seda peale bardot, võttes Nirmanakaya keha enne uut sündi saades uue keha ja uue sünniga uue võimaluse olemusringist väljuda. Seega sõltub 3 keha valik meistri võimetest, üks vabastab end enne bardot, teine bardos olles ja kolmas peale bardot võttes vastavad kehad.

Jätkame GongChikiga

Teine vajravarss räägib 84000 Buddha Sakjamuni õpetusest mis kõik on pühendatud vabanemise ja valgustumise saavutamiseks. Dharmakirti kommenteerib seda värssi järgmiselt:

Kõik elavad olendid on hõivatud 3 meelemürgist, milleks on kiindumus, viha ja teadmatus. Aga kõik need saavad alguse teadmatuselt. Seega on takistavate emotsioonide põhjuseks teadmatus. Teadmatuselt tekib viha ja teadmatuselt tekib ka kiindumus. Kui aga loetleda üles kõik häirivad emotsioonid siis saame neid kokku 84000. Sama palju on ka Buddha õpetusi - 84000 -igale halvale meelelaadile vastab üks õpetus.

Selleks et jõuda valgustumiseni peab järgima kõiki 84000 Buddha õpetust, et vabaneda 84000-st halvast meelelaadist.

Kui nüüd teisiti klassifitseerida neid kõiki 8400-t meelelaadi, jaguneks see MINAKS ehk EGOKS ja TEISTEKS ehk VÄLISEKS.

Vabanemiseks sellisest mõttekrambist on õpetus ISETUSEST. Ka sellise vaate algpõhjus on TEADMATUS. Teadmatuselt aitab vabaneda MAHAMUDRA, mis annab kõik vajaliku et kustutada 84000 halba meelelaadi. MAHAMUDRA omakorda võtab kokku Buddha Shakjamuni suutraõpetused 6 parameetrist. Need 6 parameetrit võtab kokku Wisdom parameetri ehk Tarkuse parameetri.

6 parameetrit:

1. SUUREMEELSUS on valgustumiseks väga vajalik omadus.

Praktiseerides SUUREMEELSUST tähendab kedagi toetada, aidata ja kaitsta. Kui keegi nälgib ja vajab toitu, siis andes talle toitu me säästame teda kannatusest. Või kui keegi kannatab sellepärast, et ei tunne Dharmat, siis selgitusi jagades me pakume talle kaitset tema kannatuste eest. See on tee valgustumisele.

2. DISTSIPLIINI praktiseerides, kui aitame loomi, siis tegelikult aitame, et nad tulevikus võivad ümber sündida inimestena.

3. KANNATLIKKUST praktiseerides meie oma keha muutub täiuslikuks.

4. PÜÜDLIKKUST ja püsivust praktiseerides meie võimed kasvavad ja saavutame oma eesmärgi. PÜSIVUS aitab saavutada vabanemise ja valgustumise.

5. SAMADHI meditatsiooni praktiseerides saame vabaneda kiindumusest 5 taju poolt tekitatud maailma. 'Ühte suunatud' kontsentratsiooni tulemusena võib saavutada 5 erilist võimet millest oli juttu eelmises värssis.

6. ÜLETAVAT TARKUST ehk tarkuse parameetrit praktiseerides hakkame läbi nägema asjade sõltuvuslikke seoseid ja seda et nende algloomus on TÜHJUS. Mõistes seda vabastame end 3 ilma olenditest. Need 3 ilma ehk olelussfääri on vormide ilm ehk kehaline, vormita ilm ehk kehata ilm ja tavamaailm.

Nii õpetas AVATAR Buddha peale valgustumist 6 parameetrit kaudu, kuidas vabaneda kannatustest.

Küsimus: Selgitage palun vormide ilma, vormita ilma.

Vormide ilm pole selline tavailm nagu meil siin vaid neil olenditel on peenkeha -puhas valguskeha ehk kiirguskeha, mida tavasilma jaoks pole võimalik näha. See on tegelikult imeline eksistents. Kui meil tavamaailmas on eksistentsiks vaja toitu kehale ja valgust et näha ja väga palju välist toetust, siis selle ilma olendid ei vaja välist toetust vaid toituvad samadhi toidust, kui neil on vaja valgust, kiirgavad nad seda oma kehast ja kui nad tahavad liikuda võivad nad seda teha ühe hetkega kuhu tahes. Seega vormide ilma asukate reaalsus on meile justkui pilved taevas.

Kui me praktiseerime eluajal 4 tüüpi samadhit, ja oleme võimelised peale surma jääma samadhi seisundisse, siis võime sündida sellesse erilisse ilma.

Kui me nüüd teeme SAMADHI meditatsiooni ja mediteerime TÛHJUSELE, siis peaks vältima seda viga et kogu eksistents on TÛHI nagu TAEVAS, sellise praktika tulemusena võime sündida VORMITA ilma, kus pole midagi muud peale meie oma keha mis on nagu taevas.

See ei tähenda, et meil pole enam keha, vaid terve taevas on meie keha, seal polegi midagi muud kui meie keha. Meie vaim lahustub taevas ehk TÛHJUSES.

Kujuga ilm ehk Vormide ilm jaotub 17-ks ja kujuta ilm ehk Vormita ilm jaotub 4-ks.

Küsimus: Meel, vaim ja hing kas need on tiiblastel üks ja see sama?

Need on ühe asja erinevad nimed.

Meelt on igasugust, näiteks nägemismeel ja kuulmismeel, maitsmismeel, haistmismeel ja puudutuse taju.

Küsimus: Kuidas aidata pereliiget kes on suremas?

See sõltub muidugi kas inimene on usklik või ei, on ta budhist või kristlane...

Kui on budhalane või on kuulnud õpetusest siis peaks budhistlikust seisukohast selgitama surijale, et pole mõtet klammerduda oma keha, rikkuse, perekonnast ja sugulastest külge. Kõik kes on kord sündinud peavad ka surema. Minevikule mõtlemise asemel keskenduks tulevikule ja mõelgu buda Amitabha kui Valguse Buda peale. On oluline, et surma hetkel oleks inimene õnnelik ja tasakaalus, sest see määrab ära ta järgmise elu. Näidake surija suhtes hoolivust ja vaadake et tal oleks mugav, et ta ei tunneks hirmu vaid turvalisust. Austades ja hoolides surijast.

Buddha Shakjamuni ajast pärineb üks lugu kus Buddha nägi mudasse kinni jäänud lehma suremas. Nad tirisid lehma mudast välja ja puhastasid ta. Lehm näitas välja hirmu tundemärke ja Buddha hakkas temaga rääkima nagu inimesega ja rahustas teda. Tänu sellisele hoolitsusele ja turvatundele sündis lehm Arahatina ja ta sai nimeks Lehma Omanik.

...jätkame ANNETUSTE teemadel.

Täna käsitleme 5 osalist annetust.

Sellest 5-st neli on tegelikult vee annetused, veeannetus pärineb vanast Indiast kus värava kõrval oli alati anum veega.

ARGAM joogiks

INSAMANAM seda vett kasutati peale toaletis käimist

BRAKJAMAN seda kasutati näo pesemiseks

PADJAM see oli jalgade pesemiseks, sest Budha Shakjamuni ajal ei kasutatud jalanõusid ja enne kui siseneti majja tuli jalad puhtaks pesta.

Argam ja Padjam annetatatakse tavaliselt, aga ansamanam ja brakjam on spetsiaalsetes sadhanates kasutusel.

PUSHPE on India komme kus külalistele pandi tervituseks lillevanik kaela, tiibetis väga palju lilli ei kasva ja sellepärast on kadhak lillevaniku aseainena kasutusele võetud.

Lilled annetamine on ka austuse märk, kui me soovime edu või et soovid täituksid siis hea endena kinnitatakse seda alati lilledega.

DHUPE viiruki ehk LÕHNA annetus. Vahel põletatakse mingit naturaalselt materjali mis tekitab

head aroomi, aga vahel kasutatakse spetsiaalset segude kombinatsiooni mis omab teatud tähendust.

ALOKE on VALGUSE annetus. Võib ka jagada 2-ks. Üks on siis loomuliku valguse annetus milleks on Päikese ja Kuu valgus. Teine aga õililamp. Euroopast võib siin analoogi tuua pidulauaga, siis süütame küünlad. Valguse annetamine sümboliseerib meeltepimeduse või siis teadmatuse hajutamist.

GHANDE on jällegi vesi mida kasutati vanas Indias palavusest tekkinud higi pühkimiseks, mis siis Indias oli lõhnastatud safraniga või teiste aromaatsete ainetega vesi. Euroopas sobiks analoogiks niisutatud ja lõhnastatud salvrätikud.

NEIVITE toidu annetamine

SHAPTA on muusika ohverus mis on ka tulnud samuti Indiast kus toidu söömise ajal alati mängiti mingit instrumenti.

Ohverdust võib pidada oma pälvimuste suurendamise meetodiks. Tantra teed järgides peab olema täidetud teatud tingimus pälvimuste nivoo osas või teisisõnu headuse hulk peab olema ületanud teatud taseme.

6 paramiitaga võrreldes on ohverdamine võrdeline SUUREMEELSUSE ja helduse paramiitide praktiseerimisega.

See oleks lühidalt kõik annetuste kohta.

Küsimus: Kui ohverdada küünlaid kas siis on värv ka oluline?

Tavaliselt piirangut ei ole, et kui on valgus, siis on valgus, aga kui tehakse mingit erilist praktikat näiteks 4 aktiivi praktikat: raevukat, rahumeelset, suurendavat ja kahandavat, siis peaks keskendumine vastavale värvile ja siis võib küll olla oluline värv ka.

Küsimus: Torma annetustest

Torma annetusi on väga erinevaid, näiteks Tendor mida kasutatakse pühitsuste puhul ja sellisel juhul sümboliseerib torma Yidamit, kellelt pühitsust saadakse ja tema elupaika ehk paleed.

Teine on ohverdustorma mida ohverdatakse Yidamile ja tema kaaskonnale.

Kolmas on Vangtor, mis on siis pühitsustorma, kus kujutatakse tormat kui ülimalt olevust ja saadakse temalt pühitsus ning vägi.

Veel üks torma, ohverdardatakse kaitsjatele, näiteks siis kui teeme Dharmapala praktikat, et saada kaitset või tuge või head õnne.

Gyntor torma on selline korduv torma mida tehakse regulaarselt.

On veel üks torma mida kutsutakse ka Tentor ja mis sümboliseerib samuti kindlaid Yidameid ja dharmapalasisid. Neid võib näha kloostrites ja nad on tehtud kaua aega tagasi ja hoitakse seal aastaid ja aastaid. Tegelikult on tormaohverdusel sama tähendus kui toiduohverduselgi. Torma valmistatakse tsampast, mis on praetud odrajahu. Jigten Sumgon ütleb et kui süüa odra tsampat siis see on tervisele väga kasulik: odratsampa on kasulik kui teil on tuulest põhjustatud haigus, limast põhjustatud haigus, või sapi haigus. Kui aga süüa näiteks riisijahu, see viib tuule elemendi meie kehas tasakaalust välja. See on odra tsampa erilisus ja sellepärast tehakse ka tormad odrajahust.

TONGLEN

Tongleni eesmärgiks on bodhichitta kasvatamine ja suurendamine.

Tongleni õpetusi on erinevaid. Suutra õpetuses on ta teistsugune kui Tantraõpetuses.

Tonglen on mõeldud lahkuse ja suuremeelsuse arendamiseks vabanemaks kitsidusest ja ihnusest.

Budha Sakjamunil oli mitu järgijat, ühel järgijal oli väga ihne ema, kes ei tahtnud kellelegi midagi anda. Budha õpetas kõigepealt talle ühest käest teise andmist, et võtad ühte kätte ja annad teisele käele.

Bodhichitta arendamiseks on palju meetodeid aga üks edukas meetod on anda kellelegi oma õnnetunne ja heaolu ning võtta teiselt oma õlgadele tema kannatus või mure. Selleks et vahetada ennast teisega on vaja teha eelharjutusi. Eelharjutuseks on VÕRDSUSE tunnetamine. Võrdsuse aluseks on MÕISTMINE, et kõik elavad olendid igatsevad olla õnnelikud ja soovivad hoiduda õnnetu olemisest.

Isegi sipelgas ei soovi kannatusi, otsides varjulist paika põletava päikeselõõsa eest. Kui me oleme Samastumise etapi läbi teinud siis järgmine aste oleks enda vahetamine, et anda enda tasakaalust ja rahulikkusest osa teisele ja võtta teise vaevad ja mured enda kanda.

Siin üks lugu kuidas suurejooneliselt teha Tonglen praktikat. Tong tähendab andma ja len tähendab vastuvõtmist. Sakjamuni ajal elas kuningas Gyalva Padma ja ükskord tabas kuningriiki haigus mida keegi ei osanud ravida. Levis kuuldus et on olemas üks kalaliik mis aitab ravida seda haigust. Kuningas soovis aidata kogu kuningriiki ja tegi selleks oma templis ohverdus rituaale ja ronis templi katusele. Sealt alla hüppates soovis ta et oma järgmises elus sünniks ta Ruitha kalana. Ta hüppas alla ja sai surma ja sündis Ruitha kalana. Jutt kala ravivast toimest läks liikvele ja haiged kogunesid järve äärde, kus üks kala pakkus ennast ise...niipea kui üks külg oli söödud ja keerati teine külg kattus eelmine külg kalal imekombel uuesti tervendava lihaga. Sama on ka Tongleni põhimõte et anname endast ära väärtuslikku et nad saaksid paremaks saades vastu teiste valu ja vaeva mis aga kaob olematusse. Niimoodi Tongleni praktiseerida nagu Ruita kalaks ümbersündinud kuningas pole ikkagi soovitav. Me ei saa ohverdada oma keha osasid. Selleks et niisuguseid asju teha peab olema kõrge vaimne tase mõistmaks Shunjatat ehk Tühjust. Kui me oleme tavainimese ja oleme valmis isegi mingi kehaosa endast loovutama siis lõikamise hetkel või pärast võib tekkida ikkagi meeltesügavuses mingi kahetsus ja niipea kui see kahetsus on tekkinud tonglen ei tööta enam.

Lama arvab et kõige õigem ja kohasem praktika on meile NUNGNE, mis tegelikult tähendab paastu. See on absoluutne paast kus ühe päeva jooksul ei sööda midagi ega ka jooda tilkagi vett. Sellise paastu läbi saame me tegelikult tunda mida tähendab nälg ja janu ja mõistame paremini neid olendeid kellel pole süüa ega juua ega ka mingit võimalust selleks. See praktika teeb meid tugevamaks ja mõistvamaks.

KUI ME AGA LIHTSALT ISTUME JA PRAKTISEERIME TONGLeni MEDITEERIDES MÕELDES ET MA ANNAN TEISTELE OMA ÕNNETUNDE JA VÕTAN ENDA KANDA TEISTE KANNATUSED.

VÕIBOLLA ON SELLEL MINGI ENESETREENINGU TULEMUS AGA TEGELIKKUSES OLETE ASJAST VALESTI ARU SAANUD.

Sellepärast kogedes omal nahal mida tähendab olla näljas ja janus, teeb teid mõistvamaks vaeste maade elanike suhtes kes on määratud suremisele kuna pole midagi süüa. Ja kui me suudame nende heaks midagi konkreetset ära teha siis see on väga hea tonglen harjutus ja aitab rohkem kui passiivne tonglenmeditatsioon.

Kui me teeme CHÖD praktikat ja kõik deemonid ja kurjad vaimud kutsume sööma meie liha ja jooma verd paludes sügavaimatest põrgutest tulla ja süüa värsket liha aga pärast praktikat

minnes tänavale juhtub meiega õnnetus kus me vigastame oma väikest sõrme millest jookseb verd, kiirustame me aga abi järele!

Teine näide kus niiõelda teooria ja praktika vastuollu lähevad. Tongleni harjutuse üks osa seisneb selles et kui me sisse hingame siis hingame teiste valu ja haigust, väljahingates anname oma tasakaalu ja rahu.

Sellist harjutust oleks parim teha mõnes haiglas aga ometi pannakse haiglas olles kindad kätte ja mask ette ja hoidutakse vähimastki kriimustusest et ei saaks kuskilt jumala eest nakkust!

Lama arvab et praktiseerides Dharmat või suuremeelsust või Tongleni peaks praktika olema väga eluline. Tehes neid ainult mediteerides ei arenda need meid! Kui juhtub õnnetus või keegi on haige ja teatatakse raadiost et vajatakse teie verd, siis joostakse minema. Ühest küljest me küll iga päev harjutame aga ei taha seda harjutatut tööks teha. PALJU SUUREMAT TÄHENDUST OMAB SEE KUI ME SEOME IGAPÄEVAELU PRAKTIKAGA, SELLE ASEMEL ET MEDITEERIDA JA KUJUTADA KUIDAS OMA KEHA LAIALI JAGADA.

Nüüd selgitab lama põgusalt SHINE ja VIPASYANA meditatsiooni:

SHINE tähendab et hoia oma meel keskendunult ehk fookuseeritult ühel asjal ja ilma katkestuseta.

VIPASJANA aga tähendab jälgida oma meelt. Meditatsiooni objektiks on meie meel ise. Hakkame nägema oma meelega domineerivaid omadusi nagu viha, kiindumus või teadmatus.

Kui me hoiame konsentratsiooni fookuses oma meelt ja näeme selle omadusi siis ühel hetkel me näeme tõelist meelega loomust. Meelega puhast algloomust, mida me pole varem näinud.

Kui me praktiseerime SHINEd siis tekib palju häirivaid mõtteid meie meeles. Tavaliselt me läheme mõtetega kaasa aga Shine puhul on oluline mitte minna oma mõtetega kaasa vaid lasta neil lihtsalt minna.

Mitte mõelda mõtteid ja arutleda ning tekitada tundeid. Kuidas mitte järgneda oma mõtetele on hea näide auto juhtimisest kiirteel kus on palju maju ja puid, aga kui me ei keskendu teele, siis tekib avarii.

Shine meditatsiooni puhul on väga tähtis et mõtted on nagu autosõidu puhul erinevad autod teel, nad on küll olemas, aga me ei pööra neile erilist tähelepanu.

Milarepa on öelnud et kui me tahame mediteerimist õppida siis alguses olgu meditatsiooni perioodid lühikesed aga palju kordi järjest. Kui viia nad kohe pikaks, siis ei jõua oma mõtteid kontrollida ja meelt fookuses hoida. Meditatsiooni ajal on väga oluline hoida hingamine loomulikuna.

Küsimus: Mõned unenäod on nagu filmid, aga osad on nagu tavaline elu mida saad nagu juhtida ja kontrollida.

Üks on sügav uni ja teine on pinnapealne uni. Kui oled võimeline unenägu kontrollima see tähendab sa tegelikult ei maga sügavalt. Kui aga ei saa kontrollida siis magad sügavalt.

Küsimus: Keskendumisest, kas keskenduda hingamisele või väljaspool objektile või kehas olevale kohale?

Pole tõesti oluline kuhu keskenduda kas välisele, sisemusele või hingamisele, oluline on keskenduda.

Aga kunagi ei tohiks püüda hingamist peatada, see ei anna häid tulemusi. Hingata loomulikult ja mitte vahele segada.

Küsimus: Kui raske on ritriidist tagasi tulla tavamaailma.

Tavailm tundus nagu ebareaalne ja unenäolisena. Nii kui välja tuli nii tahtis tagasi oma koopasse. Garchen R soovitas tal aga oma kogemustest suhelda palju inimestega ja käia erinevates kohtades.

Küsimus: Mis erinevus on kiindumusel ja pühendumusel.

Pühendumine tekib siis kui te näete heade omadustega inimest sellest tekib ka pühendumine. Kiindumine aga võib olla illusoorne ja on seotud kinni hoidmisega.

GONG CHIK

Alustame jällegi õigest motivatsioonist vabastada kõik emaolendid kannatusest.

Täna on kolmas vajravärss lahtiseletamisel.

Jigten Sumgöni käsitleb selles edasi kõiki 84000 Buddha õpetust ja annab edasi selle essentsi. Kõik need Buddha õpetused võib jagada 2 kategooriasse, üks on suutra pärimus ja teine tantra. Suutra pärimus jaguneb omakorda 3-ks ja tantra 4-ks. Kolm suutra pärimust on Vinaya, suutra ja Abidharma. Need kolm suurat põhinevad 3 tüüpi halva meelelaadi puhastamiseks. Näiteks klammerdumisest ehk kiindumusest vabanemiseks õpetab Buddha distsipliini, milleks antakse siis erinevaid töötusi, mis kõik teenivad ühte eesmärki, vabastada end kiindumusest ja klammerdumisest.

Vihast ja vihkamisest vabanemiseks andis Buddha meile suutra õpetuse ja teadmatusest vabanemiseks andis Abidharma ehk loogika õpetuse. Abidharma on tunnetusteooria sellest kuidas me maailma tajume.

Tantra jaguneb siis 4 tantraks: Kriya, Charya, Yoga ja Anuyoga tantrateks. Tantra tähendab otsest ehk katkematut pärimust. See tähendab et see õpetusliin on tulnud katkematult, antud edasi meistritelt meistritele kolmes osas: (base) algtõdede ülekandena, (path) õige tee ehk meetodi ülekandena ja (result) tulemuse ülekandena. Nüüd lama seletab lähemalt mida need 3 otsest ülekannet tähendavad.

Esiteks on alus ehk baasülekanne, mis on õpetus enda valgustunud loomuse ehk budhaloomuse leidmisest.

Teine ülekanne seisneb selles, et ükskõik mis õpetusi guru meile on andnud oma meele algloomusest, me jätkame selle teadmise praktiseerimist.

Kolmas ülekanne on tulemuse ülekanne, mis on nagu jõe voolamine katkematu. Kui me oleme jõudnud eesmärgile, mille ülimalt astmeks on valgustumine, see ülim saavutus on puhas ühinemine algtõdega ehk siis baasõpetusega, mis tähendab ühinemist oma puhta algloomuse ehk budhaloomusega. See on meetod kuidas ühendada oma teadmised praktiliselt et jõuda valgustumiseni. See näitab kuidas kõik kolm osa: Tõde, Meetod ja tulemus on omavahel lahutamatud.

Neljast Tantrast olulisem on Anuyoga tantra mis omakorda jaguneb 3-ks: isatantra, ematantra ja kõrgeim tantra ehk siis mõlemad koos.

Dzogtšenis nimetatakse seda jaotust aga 9 osaliseks teeks: millesse kuulub 3 suurat ja 3 tantrat ja 3 ülekannet. Anuyoga tantra siia ei kuulu.

Kriya tantras on oluline väline ülalpidamine ja käitumine. Tegeletakse välise distsipliiniga.

Charya tantra tegeleb sisemise distsipliiniga, kuidas mediteerida ja kuidas keskenduda.

Yoga tantra ühendab endas mõlemad, sisemise ja välise distsipliini, neid ei käsitleta üksteisest

lahusolevatena.

Anuyogatantrast isatantra pühendub lungile ehk sisemisele tuulele,

ematantra kanalitele,

kõrgeim tantra käsitleb tuult ja kanaleid koos.

Kolmanda värsi kogu mõte on aidata mõista erinevaid samme mis tuleb astuda valgustumiseni jõudmiseks. Kõikide Budha õpetuste sisuks on aidata olendeid jõuda valgustumiseni.

Küsimus: Kes tohib teisi õpetada?

Guru.

Kas aga kõik tema õpilased võivad siis omakorda õpetada?

Siin tuleb vahet teha õpetamise ja selgitamise vahel. Lama annab edasi südamest tulevaid teadmisi, mis on tema kogemustega seotud, ta on jõudnud teatud tasemele. Kui aga keegi õpilastest selgitab kellelegi oma arusaamisi millestki,

siis siin on tegemist teadmistega, mitte aga veel kogemustega.

Enne kui mingit õpetust kuulama asuda peaks üle vaatama põhjuse miks seda tehakse ja ainuke põhjendus saab olla kõikide tajuvate olendite vabastamine kannatustest. Ainult selliste mõtetega saab kuulata Dharmatõpetust.

Enne õpetuse kuulamist aga käsitletakse 4 mõtet: kuidas muuta oma meelt. Me muudame oma mõtlemist sansaarast kui paratamatusest. mida ei saa kuidagi muuta... nagu oleks sündinud siia sansaarasse paratamatu. Me pöörame oma mõttemaailma vastupidiseks, et sansaarast ehk olelusringist on võimalik väljuda. Meele pööramiseks on abiks 4 mõtet:

1. Arusaamisele jõudmine inimelu hinnalisusest.
2. Püsituse mõistmine, et kõik on pidevas muutumises.
3. Karma ehk põhjuse ja tagajärje mõistmine.
4. Sansaara 6 ilma olelusringi olemus.

Seda 4 mõtisklust tehakse vajra positsioonis järgides 7 keha asendi ettekirjutust.

Olles mugavalt seadnud end istuma tuleks mõelda, et istun alasti punasel hõõguval tulikuumal raual. Kujutledes end kõrvetavas kuumuses ja valus istumas, tasub mõelda et kui ma tõeliselt oleks sellises olukorras, kas ma oleks siis üldse suuteline keskenduma ja mediteerima! Tavaelus kui me põletame näpu ära siis me karjume valust. Kui aga istuda tulisel raual siis piin peaks olema ju piiritu!

Eesmärk ei ole siin kannatuse tekitamine vaid vastupidi et me oskaksime hinnata praeguse olukorra väärtuslikkust, inimelu väärtuslikkust ja seda et ei ole PÕRGUOLENDINA sündinud. Kõik elavad olendid on oma evolutsioonis sellised põrgupiinad läbi teinud ning ilmselt ka praegu piinlevad seal väga paljud, mina aga olen saanud sellise ülendatud seisuse, sündides inimesena, elades suuremate piinadeta ning mul on hiilgav võimalus praktiseerida Dharmat et vabaneda sansaara ümbersünniahelatest ja välistada võimalust sündida KUUMAS PÕRGUS.

Peale seda harjutust mõelda et istun alasti lumisel jäämäel ja mitte ainult hetkeks aga seal tuleb mul istuda nädalaid ja kuid leidmata kuskilt varju tuule ja külma eest. Nüüd kui ma oleme sellises lõikavas külmas, milline on minu vaimne seisund? Kas ma olen võimeline sellises olukorras mediteerima ja meenutama oma gurut! Milline oleks minu meeleseisund? mida ma üldse oleks võimeline tegema? Sellist harjutust tuleks korrata kuni tunned otsest ja siirast rõõmu õnnelikust

olukorrast, et olen sündinud inimkehas, et mul on soe tuba ja piisavalt sooje riideid ning kui hakkab palav võin neid vähemaks võtta, mul on kõik tingimused et praktiseerida Dharmat. Vastupidiselt madalamatele põrguolendeile kes ei saa muuta oma olukorda ega oma mingit kontrolli oma meelte üle. Õnnetunnet ärakasutades võtan endale lubaduse et ei raiska seda erilist võimalust –sündi inimesena – vaid kasutan Dharma praktiseerimiseks, et pääseda ümbersünniahelast ja vältida sündi järgmises elus KÜLMA PÕRGUSSE.

Järgmisena tuleks mõelda et oled näljane. Juba kümneid päevi pole terakestki söönud ega joonud tilgakestki vett. Milline oleks sellises olukorras minu meeleseisund, kas ma oleksin võimeline janus ja näljas tegema kummardusi või mediteerima? Nungne paastu tehes ainult ühe päeva, meie nägu muutub kaameks, huuled pragunevad veepuudusest ja meil on väga paha olla. Kui sellist olekut aga peaks taluma nädalate või kuude viisi, milline võib piin sellises olukorras olla? Kui ma peaks järgmises elus sündima näljase vaimuna, siis näljase ja janusena ei ole ma võimeline praktiseerima Dharmat. Nüüd aga mul kõik vajalik olemas et praktiseerida ja ma kasutan seda võimalust, et vabaneda sansaara ümbersünni ahelast ja et ei sünniks NÄLJASE VAIMUNA ja ei peaks taluma selle ilma piinasid.

Järgmisena kujutleda end olendina kes pole võimeline rääkima, tummana, kes ei saa väljendada oma soove, ega ole võimeline mõtlema, sest polegi mingeid mõtteid. Milline on siis minu meeleseisund? Sellises seisundis on võimatu isegi unes näha et lausud 6-silbilist mantrat:OM MANI PADME HUNG, isegi kui keegi pakuks mulle 1000000 Eurot selle mantra lausumise eest, ikkagi poleks ma võimeline seda ütleva! Praegu aga on mul kõnevõime ja mõtlemisvõime ja seega täiuslik võimalus praktiseerida Dharmat, selleks et pääseda ümbersünnide ahelast ja sünnist LOOMADE ilma.

Järgmisena tuleks kujutleda ennast ööklubisse, kus ümberringi valitseb hullumeelne lärm ja sagimine ja purjus inimesed ning kus ei ole võimalik millelegi keskenduda ega rahulikult olla. Kui ma oleksin sellises kärarikkas kohas, kas ma suudan sellises olustikus keskenduda ja mõelda oma õpetajale või mediteerida lootosistes? Selline olustik aga valitseb jumalate ilmas, kus nais ja mees jumalad tegelevad ainult meelelahutamisega ja elu nautimisega, nad on oma ihade küüsis ja aina otsivad uusi naudinguid. Sellepärast pole neil ka võimalik millelegi keskenduda ega millelegi pühenduda. Ma peaks rõõmu tundma et olen sündinud inimesena ja et mul on võimalik keskenduda ning teha midagi pühendunult.

Need mõtisklused peaksid olema praktiline viis aitamaks meil hinnata inmelu väärtuslikkust.

Küsimus: Kui me õpetust ei järgi ja ei praktiseeri Dharmat, millised võimalused on meil sündida järgmises elus inimesena?

Kui meil on eelmistest eludest kaasa võetud head karmavarud, siis võime sündida inimesena.

Küsimus: Millises ilmas on kõige suuremad kannatused?

Põrguilmas, seal on piin kõige intensiivsem.

Küsimus: Vahel on raske ette kujutada põrguilma või pretade ilma sest pole ühtegi näinud? Kas nad reaalselt ka eksisteerivad? Või on siis tegemist vaimse seisundiga.

Nad on olemas.Kus nad asuvad? Siin vaated lähevad lahku. Suutrayanas asub põrgu kuskil all.

Näljaste vaimude riik aga asub 500jala sügavuses maa sees. Üks osa neist elab seal ja neid me ei näe ja teine osa elab maa peal deemonite ja kurjamitena, kes siis häirivad ja

teevad kahju inimestele ning loomadele. Tantrayanas aga eksisteerivad kõik ilmad meie maailmas. Vaadeldes näiteks sipelgat, kes kannab suurt keha peenikestel jalgadel, tal on hiigelsuur pea aga väga peenike kael. Sipelga elu võib olla väga sarnane näljase vaimu elule. Budha ajast pärineb ka palju lugusid kuidas Budha võttis kaasa oma õpilasi külastamiseks alumiste ilmade elu ja kannatusi.

Teine filosoofiline koolkond selgitab Bodhicharjavataras et kõik on meelte looming. Kõik mida me kogeme on meeltega loodud, nagu põrgud ja näljased vaimud on lihtsalt meelte poolt loodud ja neil pole füüsilist eksistentsi. Meie karma loob need alumised ilmad. Jigten Sumgön on öelnud et kõik need alumised ilmad on meie ümber. Näiteks on inimesi kellel on valdavaks emotsiooniks viha ja pahameel. Kuhu iganes nad ilmuvad, tekitavad seal probleeme ja riidu. Teistele inimestele nad ei meeldi ja mida enam nad tajuvad et neid ei sallita, seda vihasemaks ja kurjemaks nad lähevad. Viha on loonud sellele inimesele põrgu. Kuhu iganes ta läheb, tema põrgu on alati tal kaasas. Selline inimene ongi otsapidi põrgus. Viha ongi põrgu väljendus inimilmas. Need kes vihastavad, hakkavad higistama ja lähevad näost punaseks ja hakkavad värisema, sageli tekivad vererõhuga probleemid, nad nagu põleksid põrgutules.

Osa inimesi jällegi on väga ihned ja ei taha kellelegi midagi anda. Kui selline meelelaad süveneb siis nad võivad paralüseeruda, ei suuda midagi enam süüa ega juua sest tal on seda väga kahju teha. Äärmine kitsidus ja ahnus on näljaste vaimude väljendumine inimeste ilmas.

Küsimus: Alumiste ilmade olenditel pole võimalik Dharmat praktiseerida aga kuidas siis nad saavad sealt välja.

Kõik sõltub karmast. Kui olete kogunud karmat sündimaks põrgus, siis nii kauaks kuni teie karma on lahustunud ehk ära elatud, peate jääma põrgusse. See on sama kui teid on karistatud 3 aastase vanglakaristusega, pärast 3 aastat saate vabaks.

Küsimus: Kas on võimalik, et põrgus olles lood uut halba karmat? sest sellistes tingimustes pole ju võimalik teha midagi head.

See pole nii, kõikidel olenditel on ka head käitumismustrid ja kui see halb taak on ajaga lunastatud, siis pääsevad head mustrid domineerima ja see olend sünnib paremas ilmas.

Et see karma on siis nagu selline... kui halb väheneb siis tõused ülespoole ja kui halb suureneb siis kukud jälle allapoole.

Küsimus: Kui mõni on väga vihane inimene, kas lasta tal siis oma neg.karma läbi põletada ja kui see saab läbi, on ta jälle hea inimene või peaks siin sekkuma ja aitama.

Te peaks üritama ikkagi aidata sellist inimest, sest viha ei tähenda veel põrgut küll aga põhjustab viha põrgu kogemist.

Nagu näiteks inimene kelles on palju vihkamist. Tänu sellele vihkamisele ta loob enda ümber palju vaenlasi, mida rohkem ta vihane on seda rohkem vaenlasi tema ümber. Näiteks kui lama tunneks suurt viha teie vastu, siis ta ei meeldiks teile ja te muutuksite kõik tema vaenlasteks, sest viha loob vaenlasi. Sellistele vihastele on oluline õpetada kaastunnet ja armastust.

Küsimus: Kas virgunud olend võib käia alumistes ilmates ja aidata neid?

Jah.

....jätkame Gong Chiki tekstiga.

oleme jõudnud 6 värsini kus räägitakse Buddha 3 Dharmaratta pööramisest.

Buddha pööras 3 korda Dharma ratas: 1. korda Varanasis, 2.kord Raisakotka Mäel ja 3.kord Radzgiris. Need on 3 erinevat Dharma ratas, aga kõige esimeses õpetuses Varanasis sisaldub ka Teine õpetus. Kui budha andis teist õpetust Raisakotka mäel TÜHJUSEST, puudutas ta põgusalt ka Kolmandat Dharmaratta õpetust. Iga Dharmaratta seeme sisaldus eelnevas Õpetustes. Varasemas sisaldub hilisema alge.

Kui Budha pööras esimest korda Dharmarattast ja õpetas 4 Ülimat Tõde, siis oma õpetuse lõpetas ta sõnadega, et kui kannatuse alged on eemaldatud, siis ei ole enam midagi eemaldada... Seda võib võtta kui sissejuhatust Teise Dharmaratta pööramisse, kus räägitakse et pole nina pole ka lõhna, pole silmi pole ka objekti, pole kõrvu pole ka helisid.,,

Teise Dharmaratta pööramisel rääkis Buddha tajust ja tajuorganitest ja nende teadvusest... pole nina, pole ka objekti ja pole ka tajumist jne... sellest on üks nali.. Lhadakis moslemite elualal, mis asub Lamajuru kloostri lähedal ja kus elab budhismi ja moslemi sega perekondi. Üks perekond kutsus munga endi poole suutrat lugema kus ta pidi lugema just seda kohta, et pole nina, pole silmi, pole suud, pole kõrvu jne., mille peale üks moslemipoiss seisis ärritunult munga ette ja ütles: mida sa loetled et pole seda ja pole teist... öelnud kohe et pole pead!

Teise Dharmaratta pööramise lõpetas Budha sõnadega et kui te olete aru saanud sellest, et teie ajud on tühjad, siis peaks selge olema, et ka meele olemus on tühjus, mis ei oma iseeneslikku olemust ja mis ei asetse kuskil kindlas kohas... see aga puudutab juba ka Kolmandat Dharma õpetuse sisu.

Kolmanda Dharmaratta pööramises ajal Buddha puudutab lõpus tantrayana õpetust. Nagu varem märgitud eelnevas sisaldub hilisema seeme. Budha Sakjamuni ajast pärineb lugu kus Mahakala rääkis Budhale et tahab Kailashi mäe siit ilmast ära viia ja oma pühaks lossiks teha, aga Budha koos 500 arahatiga tegid mäe 4-s küljes jalajäljed mis pitseeriti vajranugadega ja lausused ettekuulutuse, et Kailashi mäe on vaja tulevikus, see saab kunagi õpetuse asupaigaks, kus järgijad leiavad tõelise pühendumuse. Kui Budha koos 500 arahatiga lendasid õhus Kailashi mäe päästma juhtus kuningas Indrabhuti nägema et midagi imelist on toimumas sest taevas on kuidagi imelikud purpursed pilved või on see mingi ebatavaline ilmastikunähtus. Küsis siis oma nõustaja käest, mis võiks olla sellise nähtuse põhjus. Nõustaja ütles et see on Buddha oma arahatidega lendamas Kailashi mäe poole. See teadmine rõõmustas kuningat ja ta käskis nõustajal minna Buddha juurde ja paluda teda koos arahatidega külastada ka tema kuningakoda. Buddha tuligi koos arahatidega kuninga juurde. Kuningas palus temalt õpetust ja Buddha soovitas tal maisest elust eemale tõmbuda. Kuningas polnud aga just eriti rõõmus maailma hülgamise mõttest ja ta ütles et see pole just see õpetus mida ma vajan. Ma tahaks sellist Dharma õpetust kus ma saaksin valgustumise sellisena nagu ma olen...olles kuningas, valitsedes oma riiki, omades naist ja ilma et ma peaksin hülgama maailma. Sellepeale Budha transformeerus Vajradharaks ja andis esimese Tantrayana õpetuse. Neid õpetusi nimetatakse Dharmaratta pööramiseks, selline nimetus tuleneb ühest kuningast Chakravartin ehk Dharmaratas. Oma nime sai ta sellest et tal oli imeline ratas, kui kuningas soovis mõnda paika külastada siis istus ta sellele rattale ja ratas viis ta kohale. Igas paigas valgustas ta inimestele Dharmat, rääkides neile kui oluline on teha heategusid ja hoiduda pahategudest. Budaõpetuste nimi on tulnud sellest rattast millel kuningas istus, sest kui Buddha andis neid õpetusi aitas see olendeil kontrollida nende emotsioone. Kuninga imepärane ratas oli meie mõistes nagu lennuk mis viis teda kuhu vaja.

Mil iganes kuningas reisis oma imelise rattaga ta maandus alati õnnelikult, mis tähendab et ta juhtis ja kontrollis 10 vooruslikku teguviisi. See kuningas valitses tegelikult Dharmakuningriiki. Sellepärast kasutatakse nimetust Dharmaratas kõikide Budha õpetuste puhul, et iga tema sõna andis tulemust ja igast tema sõnast oli kellelgi kasu, nii nagu kuningas kes omas 10 vooruslikku teguviisi, kus iganes ta maandus tõi ta teistele kasu.

...sellega lõpetame 6-nda värsi 150-st...

Lama selgitas viimastel päevadel mis on oluline Dharmat praktiseerides ja ta palub seda meeles pidada ja kasutada igapäevapraktikat tehes.

Dharma praktika tegelik eesmärk on et toimuks muutumine mõtlemises ja kui te dharmat praktiseerides ühel päeval märkate et olete muutunud lahkemaks ja mõistvamaks ja heatahtlikumaks ja paremaks inimeseks, siis on õpetust õigesti järgitud ja see on Dharma praktika tegelik mõte ning Buddha Shakjamuni õpetuste sisu.

Kui me räägime oma meele muutumisest või vaimsest muutumisest siis see ei tähenda et me muudaksime selle kuju või võõpaksime ta üle uue värviga, sest meelel pole kuju ega värvi. Meele muutuse all tuleks täheldada seda et dharmapraktika tulemusena me hakkame paremini läbi saama oma elukaaslasega, meie kooselu muutub harmoonilisemaks, me oleme suutelised teisi paremini mõistma ja kriitiline meel asendub teiste austamisega. Kui perekonnas või ühiskonnas valitseb harmoonia ja armastus ja mõisimine liikmete vahel, siis see näitab tegelikku meele muutumist ja meele vaigistamist. Muutes oma meelt, muutub kogu teid ümbritsev...pikkamisi ka ühiskond.

Dharmaharjutuste tulemusena peaks lihasöömine vähenema ja alkoholi pruukimine.

Samuti on väga suure väärtusega see kui keegi julgeb võtta endale upasakha töötuse või mõne muu töötuse. Väga kasulik on teha Nungne paastu, kasvõi korra aastas.

...võibolla olete te siin lama Sangjega igapäevaselt ninapidi koos ega oska nähagi kuivõrd hinnaline ta on...

... tavaliselt me ei mõtle sellele kuivõrd oluline on meile vesi...alles siis kui vett pole mõistame me selle väärtuslikkust, kui vajalik see meile on...

... on väga oluline et teil on kohapeal oma lama ja te peaksite seda kingitust siin ära kasutama, sest praktiseerides tekib hulganisti küsimusi kuidas neid teha. Võib juhtuda nii nagu on juhtunud paljudes lääne keskustes, kus puudub oma lama ja mida küllastavad paljud erinevad lamad andes erinevaid õpetusi aga kellel pole ülevaatlikke teadmisi ega ka kokkupuuteid dharmakeskustega. Sellised erinevad õpetused külvavad segadust ja jagunemisi. Kohapealne õpetaja oskab väga hästi hinnata olukorda mis siin on, oskab soovitada mida oleks vaja teha ja teab kõige paremini kohalikku olukorda kuidas dharmat edendada.

...võibolla mõtleb praegu mõni sanghaliige, et sellel pole mingit tähtsust, lama Sangye võib ära ka minna, me võime igal ajal kutsuda Indiast mõne teise lama ...see on vale mõte...

...muidugi selge on see et kui me suudame õpetajale pakkuda eluaseme ja toimetuleku siis keegi siia ka tuleb, sest siin on kena koht elamiseks ja hea toit aga niipea kui keegi siia tuleb... tahaks ta juba järgmisel päeval tagasi minna ,sest siin pole vajalikku keskkonda... Lama Sangye puhul on imestusväärne tema kannatlikkus. 9 aasta jooksul mis ta siin on olnud, on pidanud üle elama palju probleeme ja raskusi....paljud sangha liikmed asusid teda kritiseerima ja kõiksugu muid ebameeldivaid katsumusi mis tal tuli läbi elada...Rinpoche imestab et lama Sangye on sellistes tingimustes nii kaua vastu pidanud... ta on siia jäänud nende meeleheaks kes seda soovivad ja ka nende heaks kes teda ei austa.

...vaadake kasvõi lama Sangye elamist, see on nii madal et kui sa tahad diivanile istuda, pead alati kummardama, igale poole on võimalik pead ära lüüa...

...kui te olete küllastanud Lhadakki, siis teate millised elamistingimused seal on ja kui lama läheks sinna tagasi võimaldataks talle kindlasti sellised elamistingimused kus ta oma pead ära ei peaks lööma...

...sellest hoolimata on lama Sangye jäänud siia teie keskele...see on ainult üks näide aga siin on

palju selliseid asju mis pole just meeldivad et siin elada ja Rinpoche on palunud lama Sangyet siia jääma, sest need asjad pole olulised, oluline on anda edasi Eestis Dharma alustõdesid, on oluline et ta siia jääks sest vastasel juhul kogu sangha laguneks laiali. Rinpoche loodab et lama Sangye jääb niikauaks kuni kogu Eesti sangha lendab taevas nagu Budha Sakjamuni oma arahatidega...

...sellepärast on oluline luua enda ümber harmooniat ükskõik mida te teete ja et saaksite omavahel hästi läbi ,et te pöörduks alati lama poole kui tahate kedagi kutsuda õpetusi andma, et peaksite eelnevalt lama Sangyega nõu et teha seda arukalt ja tasakaalukalt mitte siis omavahelist suhtlemist keeruliseks ajades...kui kõik töötavad meeskonnana keskuse ülesehitamisel ja budismi arendamiseks Eestis, mitte ainult üksikud isikud (või individualistlik tegevus) siis saadab teid edu ja selle tulemusena tulevad siia paljud erinevad õpetajad, areneb ka budhism Eestis tervikuna ja kogu elu-olu Eestis ...kui me nii ei käitu, siis paratamatult lama Sangye läheb siit minema ja alles siis saate te aru milline oli tema väärtus...

...alati kui tulete keskusesse võiksite tuua lilli ja valgust (küünlaid) et näidata austust õpetusele ja õpetajale...

...kõikidest kõige olulisem on aga sõprus, ilma milleta pole võimalik vaimses mõttes areneda, sellepärast palub Rinpoche kõiki arendada endas sõbralikkust ja heatahtlikkust enne kui üldse asute Dharmapraktikate juurde.

...tuleks veel meeles pidada et meie keskus on osa Drikung Kagyu õpetustraditsioonist ja meil on 2 Holinessi: Tema Pühadus Chetsang R. ja Tema Pühadus Chunga R. ja et on eriline õnn olla sellise 2 suure meistri õpilased kes on meile nagu päike ja kuu valguse jagajateks. Nende õnnistus aga on nagu vihmavari mis kaitseb meid.

...Rimpochele on meie sanghast jäänud väga hea mulje oma tagasihoidlikkuse, rahulikkuse ja siira huviga Dharmaõpetuse vastu, mitte igalpool pole see sugugi nii. Ta loodab et grupp kasvab ja sõprus kasvab ja ka tõeline huvi Dharma vastu kasvab ja ta loodab et tulevikus avaneb võimalus jagada teile oma teadmisi ja kogemusi. Ta tänab sellise võimaluse eest õpetada teid ja palub siiralt vabandust valede sõnade ja kõikvõimalike vigade eest.

...Sanngye räägib kuidas ta Eestisse sattus...

...8 aastat tagasi olin minagi selline yogi nagu Khenpo Tashi, enne seda aga olin ma 3 aastat koos Chetsang Rinpoche'ga ritriidis kuni Yidam praktikani, peale seda olin 3 aastases ritriidis ja kui ma ritriidist väljusin olin ma tõesti oma meelt muutnud. Holiness küsis minult et millised on minu tulevikuplaanid ja ma vastasin et lähen kodumaale kuskile mägedesse ja jätkan ritriiti. Samal ajal külastas Drikungi kloostrit Dehradunis grupp eestlasi, ma vaatan ehk on mõni neist ka siin saalis...ei kedagi neist pole siin... lgal juhul 9-10 inimest tulid Holinessi juurde ja palusid Holinessi et me vajame Eestisse ühte yogit... mõne kuu möödudes tuli terve grupp Holinessi juurde ja kordas oma soovi, et vajame yogit Eestisse. Holiness vastas et ma annan teile parima yogi vaadates mulle otsa...ma vastasin et ma ei ole parim, andku mõni teine "parim "yogi, mina ei lähe.

Holiness rääkis siis et sa oled selleks ju valmis, sa võid aidata inimesi ja ära mõtle selle peale et tuled mõne kuu pärast tagasi...sa jääd alatiseks sinna.

...tulles siia elasin ma üle väga raskeid aegu, elasin koos ühe mehega ühes korteris ja alguses ma nutsin kibedaid pisaraid, sest ma ei osanud inglise keelt, toit oli teistsugune, ilm oli teistsugune, inimesed olid teistsugused...murelikud ja kurvad ja ei rääkinud minuga. Nii sisustasin ma oma päevi õppimisega, õppides inglise keelt ja eesti kultuuri. Tasapisi hakkasin ennast paremini tundma aga inimesed kes olid alguses olnud minu ümber hakkasid kaduma kuni järele jäi 1-2 inimest. Siis ma otsustasin minna tagasi, sest polnud põhjust siin olla, kedagi ei huvita õpetus. Seejärel hakkas tekkima uusi huvilisi kes veensid mind siia jääma. Meil polnud sel ajal keskust, kogunesime restorani ruumides, kauplustes, lasteaias...mõni töötas lasteaias ja kui see suleti saime me seal praktikaid teha ja mediteerida, see oli minu jaoks väga imelik niimoodi teha ning mitmeid kordi küsisin ma endalt miks ma siin olen? See oli raske sest Euroopas on yogi üks

ebatavaline nähtus...aga yogi peab ka normaalselt sööma ja vajab normaalseid riideid...mul olid varem ka pikad juuksed aga ma palusin pärast aastat siin elamist Holinessilt luba need ära lõigata ja Holiness ise lõikas need Riias mul ära. Aga peale seda tekkis palju kuulujutte ja see oli raske aeg mulle mõtlesin jällegi lahkumismõtteid. Mõeldes oma kloostrile ja kõikidele võimalustele mis mul seal oleks...mu perekond, mu sõbrad, rikas klooster kes võiks pakkuda mulle auväärseid elamistingimused kus iganes. Siis tulid mõned lähedased õpilased kes palusid mul siiski jääda. Üks neist oli Tiina Viilop, kes pakkus oma korterist väikese osa 5 aastaks tasuta elamiseks. Elasin seal rohkem kui 5 aastat... nüüd saab juba 7 aastat ja tema tasus minu telefoniarved, vee ja elektri eest...kõige eest. Tahaks talle selle eest öelda suured tänud. Nüüdseks on tekkinud väga väga noor sangha, mille üks liige Monika on minu heaks teinud väga palju...ta muretses mulle isegi töökoha...ma olen tegelikult nüüd insener!!... Arvan et paljud mungad tahaks siia tulla, nad alati räägivad et ma tahaks ka tulla Eestisse ja paremadki yogid kui mina unistavad tulla...aga ma olen lubanud siin olla 10 aastat...mul on 10 aastane viisa ja ma jään seniks siia...peale seda aga ma vaatan kas jään edasi või lähen tagasi. Vähemalt 2 aastat olen ma veel siin...

Aga ma olen õnnelik sest olen siit leidnud väga häid inimesi. Alguses olid ka inimesed minuga kenad aga nüüd nad on kadunud...ehk on nad valgustunud...ma ei tea. Tahaksin teile öelda, et kui te näete minus mingit probleemi või et ma teen midagi valesti, siis võiks sellest mulle teada anda mitte aga mõjutada teisi. Kui te näete et keegi teeb midagi väga valesti siis peate otseselt selle inimesega rääkima, ärge põhjustage teistele sellega kannatusi. Kui ma näen et see munk käitub valesti, siis ma pöördun tema poole, et sa tegid seda või toda ja ütlesid seda või toda ...rääkides seda aga kõigile väljaarvatud tollele mungale, kõik kannatavad. ...võibolla siis oleks ehk kõik probleemid ka kadunud.

...hoolimata raskustest meie keskus muutub paremaks ja me teeme juba rohkem vajalikke praktikaid. Keskus pole muutunud poliitiliseks ega ka laimukontoriks, vaid tegeleb sellega kuidas puhastada oma meelt.

Gong Chik on väga kõrge õpetus ja tavainimesed sellest aru ei saa. Mul on hea meel et te kõik mõistsite seda ja esitasite väga tabavaid küsimusi ja me oleme väga tänulikud Rinpochele selle harukordse õpetuse eest!

.....Räägitakse et kui hirv mägedest alla laskub ja esimest korda külasse ilmub siis külarahvas imetleb teda, teisel korral ehk ka, aga kui ta iga päev külavahel jälgub siis hakkavad inimesed plaani pidama kuidas teda tappa ja kogu küla saaks süüa!...

Sama lugu on ka yogiga, kes elab mägedes. Esimesel kohtumisel teda imetletakse aga kui ta jääb pikemaks ajaks, hakatakse tema surma ootama...

Tõlkinud Sirje Kalvik