

## Διδασκαλία Από Τον Σεβαστό Λάμα Ντόντρουπ Ντόρτζε Ρίνποτσε

### Ξεκινώντας Με Τον Ορθό Κίνητρο

Να δράτε με το σωστό κίνητρο έχοντας πάντα κατά νου ότι είναι για το όφελος όλων των όντων που λαμβάνουμε τις διδασκαλίες του Ντάρμα.

#### Να Εξετάζετε το Δικό σας Κίνητρο

Το ορθό κίνητρο αποτελεί μια περιοχή που πολλοί από σας χρειάζεται να εξετάζουν όλο και περισσότερο. Το περισσότερο διάστημα νομίζετε ότι δράτε για το όφελος των άλλων ανθρώπων, αλλά το περισσότερο διάστημα εστιάζετε μόνο στον εαυτό σας. Το σημάδι αυτού είναι η εμμονή σας με τα εγκόσμια ενδιαφέροντα.

#### Σημάδι του εσφαλμένου κινήτρου αποτελεί η εμμονή με τα εγκόσμια ενδιαφέροντα

Όταν κάτι είναι σημαντικό, εσείς το μόνο που κάνετε είναι να εστιάζετε στα εγκόσμια ενδιαφέροντα. Για παράδειγμα, μιλούσα σε ένα μαθητή για κάποιο ζήτημα και το μόνο που μπορούσε να σκεφτεί ήταν αν ήταν καλό ή όχι το φαγητό. Γενικά αυτό αποτελεί σημάδι.

Όταν αρχίζετε με τις εγκόσμιες έννοιες, τα εγκόσμια κουτσομπολιά και εγκόσμια γνώμη, αυτό δείχνει ότι ο νους σας είναι πράγματι σε μια κατάσταση παράλυσης, είναι ολοκληρωτικά μεταξύ φθοράς και αφθαρσίας.

**Όλα τα πράγματα ανήκουν στην αιτιότητα.** Υπάρχει μια αλυσιδωτή αντίδραση αιτίας και αποτελέσματος, έτσι αν δεν φροντίσετε τα βασικά, αν δεν φροντίσετε τα μικρά πράγματα, τότε προκαλούνται μεγάλα προβλήματα. Όλα τα μεγάλα προβλήματα προκαλούνται εξαιτίας των μικρών πραγμάτων· επειδή όταν ξεκίνησε, ξεκίνησε τόσο ήσυχα, αλλά μετά από λίγο θέριαψε. Υπάρχει μια ορμή αφ' εαυτής της και δεν συνειδητοποιείτε ότι το κάνετε αυτό.

#### Η ζωή αλλάζει όταν τιμάτε τη φύση των πραγμάτων

Έτσι, τις περισσότερες φορές, αντί να λειτουργείτε εκατό τοις εκατό, λειτουργείτε κάποιες φορές μόνο με το δέκα τοις εκατό, κάποιες φορές με ακόμα λιγότερο. Είπα σε ένα μαθητή: «Πόσο καλά κάνεις την εργασία που έχεις αναλάβει;» κι εκείνος πολύ ήσυχα απάντησε: «Ένα τοις εκατό». Με αυτό τον τρόπο, αν δεν έχετε σεβασμό για τον εαυτό σας, δεν μπορείτε να περιμένετε σεβασμό από τους άλλους ανθρώπους, και επίσης η φύση δεν θα έχει σεβασμό για σας· κι ωστόσο θέλετε οι συνθήκες της ζωής σας να αλλάξουν; Πώς μπορείτε να την αλλάξετε; **Η ζωή αλλάζει όταν τιμάς αυτό που η ζωή είναι, όταν τιμάς την φύση των πραγμάτων.**

## Παραδείγματα μαγειρικής

Για παράδειγμα, κάθε φορά που μαγειρεύετε, το φαγητό σας καίγεται επειδή δεν σέβεστε την χρήση της θερμοκρασίας. Βάζετε πάντα πολύ δυνατά τη φωτιά και δεν σέβεστε το γεγονός ότι συγκεκριμένα υλικά που χρησιμοποιείτε παραψήνονται εύκολα. Τότε φυσικά το αποτέλεσμα είναι χάλια. Λέτε διαρκώς ότι θέλετε να γίνετε καλύτερος μάγειρας, και πηγαίνετε και αγοράζετε ένα σωρό βιβλία μαγειρικής, αλλά επειδή στην πραγματικότητα δεν έχετε εξετάσει το βασικό πρόβλημα, δεν μπορείτε να βελτιωθείτε. Συνεχώς πιστεύετε ότι είναι σφάλμα των άλλων επειδή το κατάστημα δεν είχε τα σωστά υλικά, επειδή η κουζίνα δεν είναι καλή – όλο αυτό είναι λάθος.

Παρομοίως λέμε ότι θέλουμε να μας σέβονται, ότι θέλουμε να μας εκτιμούν οι άλλοι λέγοντας: «Ω είσαι θαυμάσιος!» «Είσαι πολύ έξυπνος!» Όμως όσο περισσότερο σκέφτεστε έτσι, τόσο πιο ανόητος και γελοίος γίνεστε. Τότε κι αν κάποιος άνθρωπος σου λένε επιπόλαιο: «Ω, είσαι τόσο ευγενικός,» «Είσαι τόσο θαυμάσιος!» παθαίνετε τέτοια εμμονή που βασικά προσπαθείτε να δημιουργήσετε μια κατάσταση όπου επιδιώκετε αυτού του είδους την κατάσταση όπου οι άνθρωποι σας λένε ότι είστε τόσο καλοί, τόσο ωραίοι, τόσο υπέροχοι. Κι αυτό είναι πάντα εις βάρος της ποιότητας αυτού που θα έπρεπε να κάνετε.

**Όταν κάνετε κάτι σωστά, δεν ψάχνετε την τιμή. Όταν κάνετε κάτι σωστά, αυτό ακολουθείται από τη δική του αξιοπρέπεια, ακολουθείται από τη δική του λεπτεπίλεπτη ανταμοιβή. Όλες αυτές οι λεπτεπίλεπτες αμοιβές συσσωρεύονται και γίνονται αυτό που ονομάζουν ευοίωνες συνθήκες. Θέλετε ευοίωνες συνθήκες; Αρχίστε με τα μικρά πράγματα.**

Τότε, πώς το διορθώνουμε αυτό όταν έχουμε παρασυρθεί από κεκτημένη ταχύτητα όπου δεν σκεφτόμαστε τι κάνουμε και απλά το κάνουμε μόνο για να ευχαριστήσουμε το νου μας και το συναίσθημά μας; **Το συναίσθημα πηγαينوέρχεται σαν τον άνεμο. Τα εγκόσμια ενδιαφέροντά σας πηγαينوέρχονται σαν τον άνεμο.** Είναι όπως η εμμονή που έχετε με το: «Ω, αυτό είναι πολύ νόστιμο, όμως εκείνο δεν είναι». «Ω, αυτό είναι πολύ όμορφο, εκείνο δεν είναι τόσο όμορφο...» Αυτό το είδος γνώμης δεν βοηθάει.

Για παράδειγμα, εγώ δεν εστιάζομαι με αυτό τον τρόπο, όμως αυτοί από σας που έχουν φάει το φαγητό μου, μπορείτε να καταλάβετε την διαφορά. Επίσης γνωρίζω τι είναι ανόητο και τι δεν είναι.

## **Σοφία είναι όταν βλέπεις πέρα από την ψευδαίσθηση και μπορείς να διακρίνεις τι είναι έγκυρο και τι όχι**

Πολλά πράγματα είναι έτσι, εντελώς μεγαλοποιημένα. Είναι μια ψευδαίσθηση, έτσι πρέπει να δείτε πέρα από την ψευδαίσθηση. Σοφία είναι όταν βλέπεις πέρα από την ψευδαίσθηση και μπορείς να διακρίνεις τι είναι έγκυρο και τι όχι. Και στο μη έγκυρο υπάρχει κάτι έγκυρο.

Το να έχετε διάκριση κατά ένα τρόπο αποτελεί παράδειγμα ένδειξης σεβασμού. Όμως, όταν λέτε: **«Αυτός χρειάζεται βοήθεια, να μια μεγάλη ευκαιρία να ασκήσω το**

**Ντάρμα».** Αυτή είναι εσφαλμένη αντίληψη. Το Ντάρμα θα έπρεπε να είναι μέρος κάθε σας δραστηριότητας – από τον τρόπο που βουρτσίζετε τα δόντιά σας μέχρι τον τρόπο που φτιάχνετε ένα φλιτζάνι τσάι. Αυτή είναι η άσκηση του Ντάρμα.

Νομίζατε ότι θα έπρεπε να περιμένετε την μεγάλη στιγμή όταν βλέπετε μια ηλικιωμένη κυρία να πέφτει και εσείς τρέχετε σε αργή κίνηση με τον άνεμο στα μαλλιά σας και μουσική υπόκρουση Βαγγέλη Παπαθανασίου τους 'Δρόμους της Φωτιάς'; Όχι. Δεν γίνεται έτσι. Απλά προχωρήστε και κάντε το!

### **Κάνετε πράγματα με φυσικό τρόπο**

Κάνετε πράγματα με φυσικό τρόπο. Όπως ένα δέντρο δεν σκέφτεται: «Α παιδιά, έρχονται άνθρωποι στο πάρκο, ας συμπεριφερθούμε σαν δέντρα!» Έχετε δει ένα λουλούδι να κάνει αυτό; «Έρχονται άνθρωποι στο πάρκο, ας ανοίξουμε να δείξουμε τα άνθη μας! Ελάτε! Ας αναδώσουμε τώρα την ευωδιά μας!» Όχι, απλά τα λουλούδια είναι εκεί. «Αν έρθετε, είμαι εδώ. Αν δεν έρθετε, είμαι εδώ. Αν με κόψετε, έχω πεθάνει, και στη συνέχεια γεννιέμαι ξανά.»

### **Αξιοπρέπεια είναι να κάνεις αυτό που είναι σωστό**

Έτσι βασικά, κάνετε αυτό που σας αναλογεί και όταν κάνετε αυτό που σας αναλογεί μερικές φορές είστε και ξεβράκωτοι και κάθεστε στην τουαλέτα και κάνετε την δουλειά σας· άλλες φορές πρέπει να φυσήξετε τη μύτη σας· όμως όλα αυτά μπορούν να γίνουν με αξιοπρέπεια. Αξιοπρέπεια είναι να κάνετε το καθήκον σας και να μην περιμένετε τον έπαινο των άλλων.

Όπως, όταν πεινάτε, τρώτε επειδή είναι το σωστό πράγμα να κάνετε. Είστε κουρασμένοι, αναπαύεστε· είναι το σωστό πράγμα να κάνετε. Κι όταν σας δίνουν να κάνετε μια δουλειά, την ολοκληρώνετε με μια καλή αρχή, μια καλή μέση και ένα καλό τέλος επειδή είναι το σωστό πράγμα να κάνετε. Τότε γιατί τα αναμιγνύετε με τις εγκόσμιες έγνοιες;

### **Αποδοχή**

Το δέντρο αποδέχεται: «Εϊ, ο χειμώνας είναι έτσι και τα φύλλα πέφτουν». Δεν προσποιείται: «Ω, έρχονται άνθρωποι, ας προσποιηθούμε ότι είμαστε ευτυχισμένα δέντρα». Δεν υπάρχουν 'ευτυχισμένα' δέντρα ή 'δυστυχισμένα' δέντρα· υπάρχουν υγιή και μη υγιή δέντρα.

Όπως όταν θέλετε να είστε ευτυχισμένοι, χρειάζεται να είστε υγιείς, υγιείς στο νου. Αν ο νους σας δεν είναι υγιής, διακατέχετε από συναίσθημα, διακατέχετε από εγκόσμιες έγνοιες· αυτός δεν είναι ένας υγιής νους.

### **Μην αναζητάτε την προσοχή των άλλων**

Θέλετε πάντα οι άνθρωποι να είναι καλοί απέναντί σας. Όσο πιο καλοί είναι απέναντί σας τόσο πιο πολύ απορροφάστε από τον εαυτό σας. Και τότε αν υποκρίνεστε τους καλούς στους άλλους, πώς θα μπορούσε αυτό να λειτουργήσει; Δεν λειτουργεί. Το κάνετε αυτό ελπίζοντας ότι οι άνθρωποι θα πουν καλά πράγματα σ' εσάς αλλά αν δεν το κάνουν αυτό ή αν δεν πουν κατά την γνώμη σας αρκετά "ευχαριστώ" σ' εσάς, τότε νευριάζετε πολύ.

**Ψάχνετε διαρκώς για περισσότερη προσοχή. Γίνεστε ένας αναζητητής της προσοχής και όταν δεν την λαμβάνετε πια, γίνεστε πολύ αυτοκαταστροφικός. Γι' αυτό τον λόγο το ορθό κίνητρο είναι πολύ σημαντικό.**

### **Μάθετε να είστε καλοί μαθητές – τιμάτε αυτό που κάνετε**

Θέλετε να μάθετε; Χρειάζεται να μάθετε πώς να είστε καλοί μαθητές· τι σημαίνει να είστε κατάλληλοι μαθητές; Πρέπει να αναλάβετε τις ευθύνες σας. Θέλετε οι άνθρωποι να σας σέβονται; Θέλετε η ζωή να σας σέβεται; Θέλετε ο κόσμος να σας τιμά; Θέλετε τα πράγματα να σας υποστηρίζουν; Τι έχετε κάνει για να κερδίσετε αυτό το είδος υποστήριξης; Τίποτα, κι ωστόσο εξακολουθείτε να το θέλετε, κι ωστόσο εξακολουθείτε να μην κάνετε αυτό που θα έπρεπε να κάνετε. Τότε πώς θα μπορούσε να έρθει οποιοδήποτε κατάλληλο θετικό αποτέλεσμα; Είναι αδύνατον, εντελώς αδύνατον. Γι' αυτό χρειάζεται να είσατε ειλικρινείς· χρειάζεται να είσατε έντιμοι.

**Για να μπορέσετε να σεβαστείτε τους άλλους, πρέπει να σεβαστείτε το ποιό είσατε και το τι είσατε**

Όλα τα όντα θέλουν το σεβασμό των άλλων· θέλουν να αρέσουν στους άλλους· θέλουν οι άλλοι να τα σκέφτονται με καλοσύνη· και αυτό θέλουν όλοι. Αλλά για να μπορέσετε εσείς πράγματι να σεβαστείτε τους άλλους, είναι προϋπόθεση να σεβαστείτε το ποιό είσατε και το τι είσατε.

Πρέπει να πείτε: «OK, βρίσκομαι σε αυτό το επίπεδο. OK, είμαι σε αυτή την κατάσταση». Πρέπει να αποκτήσετε αυτογνωσία. Έτσι, για παράδειγμα, αυτή τη στιγμή, οι περισσότεροι από εσάς λέτε ότι ενεργείτε με μεγάλο σεβασμό. Εγώ σας λέω ότι είναι όλο πλαστό. Αν έχετε αληθινό σεβασμό, τότε μπορείτε να δείξετε αληθινό σεβασμό σε εμένα και θα δείξετε αληθινό σεβασμό στον καθένα. Αν ο σεβασμός σας συμβαίνει μόνον όταν είμαι τριγύρω και εσείς εστιάζετε μόνο σε ένα πρόσωπο, αυτό δεν είναι σεβασμός. Είναι υποκρισία, είναι θέατρο, δεν είναι;

### **Να σέβεστε όλα τα πράγματα, να τιμάτε όλα τα πράγματα γι' αυτό που είναι**

Αν δεν διαθέτετε αυτού του είδους τον σεβασμό για καθετί, τότε ακόμη κι αν δείχνετε σεβασμό σε εμένα, σας λέω ότι είναι αυταπάτη. Πώς μπορείτε να μην σέβεστε τίποτε άλλο στη ζωή και να σέβεστε μόνο ένα πράγμα και κανένα άλλο; Είναι ανοησία. Δεν είναι δυνατόν. Χρειάζεται να τιμάμε όλα τα πράγματα, να

**σεβόμαστε όλα τα πράγματα.** Όπως το μαχαίρι, να σέβεστε το μαχαίρι· μπορεί να κόβει και να φτιάχνει σαλάτα, μπορεί να κόβει κρεμμύδια, και την ίδια στιγμή ένα μαχαίρι μπορεί να σας κόψει, να σας τραυματίσει. Όπως η φωτιά μπορεί να σας κρατάει ζεστούς, μπορεί να ψήσει το φαγητό, και μπορεί επίσης να κάψει το σπίτι. Χρειάζεται να σέβεστε τα πράγματα για αυτό που είναι.

### **Πρέπει πρώτα να μάθετε να εκτιμάτε**

Πρέπει πρώτα να μάθετε να εκτιμάτε. Γι' αυτό το πρώτο πράγμα που πρέπει να κάνετε είναι αυτό. Για να μπορέσετε να εκτιμήσετε αληθινά κάποιον, πρέπει να η εκτίμηση να ξεπηδήσει πρώτα από μέσα σας. Για αυτό τον λόγο η εκτίμηση είναι τόσο σημαντική. Όταν δεν εκτιμάτε, τότε δεν είσατε ούτε στην αρχή. Αυτό σημαίνει να εκτιμάτε τα πράγματα για αυτό που είναι και για αυτό που δεν είναι και να μην επιτρέπετε στα εγκόσμια ενδιαφέροντα να παρέμβουν σε αυτό. Μόνο όταν σέβεστε τα πράγματα γύρω σας, σέβεστε τις σχέσεις μεταξύ των ανθρώπων, σέβεστε και το αποτέλεσμα της αιτίας και των συνεπειών.

### **Σέβεστε την αιτία και τις συνέπειες**

Οι περισσότεροι άνθρωποι δεν νομίζουν ότι οι συνέπειες που οι ίδιοι δημιουργούν θα βλάψουν τους άλλους. Εξαιτίας μιας αμέλειας, το μόνο που χρειάζεται είναι μια σταγόνα μελάνης σε ένα βαρέλι νερού για να χαλάσει το νερό. Το μόνο που χρειάζεται είναι μια σταγόνα ξύδι σε ένα βαρέλι εκλεκτού κρασιού για να το χαλάσει ολόκληρο. Κάποιοι από σας εξαιτίας των πράξεών σας, επειδή δεν έχετε εξετάσει πραγματικά τον εαυτό σας, εξαιτίας της βλακειάς σας, εξαιτίας της απερισκεψίας σας προκαλείτε συνεχώς οδύνη στους άλλους. Και αυτοί οι άνθρωποι στην πραγματικότητα σας βοηθούν. Αλήθεια ή όχι;

Ποιός από σας το ένωσε αυτό; Ποιός εξακολουθεί να προκαλεί αυτό το είδος οδύνης; Τότε σταματήστε το! Αρχίστε αντιμετωπίζοντας τις συνέπειες που δημιουργείτε. Επειδή όλο επιστρέφει σε εσάς.

**Αν θέλετε οι άλλοι να σας αγαπούν, πρέπει πρώτα να τους αγαπήσετε εσείς.**

**Αν θέλετε οι άλλοι να σας σέβονται, πρέπει πρώτα να τους σεβαστείτε εσείς**

Θέλετε λοιπόν οι άνθρωποι και οι συνθήκες να σας υποστηρίζουν; Θέλετε τα πράγματα να είναι υποστηρικτικά απέναντί σας, θέλετε οι άνθρωποι πράγματι να σας σέβονται; Τότε πρέπει να το κατανοήσετε· αν θέλετε οι άλλοι να σας αγαπούν, πρέπει πρώτα να τους αγαπήσετε εσείς. **Αν θέλετε οι άλλοι να σας σέβονται, πρέπει πρώτα να τους σεβαστείτε εσείς.** Εκείνοι που σέβονται τους άλλους θα κερδίσουν τον σεβασμό των άλλων. Εκείνοι που δείχνουν καλοσύνη στους άλλους θα δουν την καλοσύνη να έρχεται με φυσικό τρόπο προς αυτούς. Το όμοιο έλκει το όμοιο· το κακό έλκει το κακό· η βλακεία έλκει την βλακεία. Δεν υπάρχει αμφιβολία γι' αυτό.

**Παρόμοια αν θέλετε να είστε ανοιχτοί, χρειάζεται να ανοίξει η καρδιά σας.** Οι πιο πολλοί από εσάς έχετε βρεθεί σε διάφορα μέρη μαζί μου. Όταν βγαίνω μαζί σας, όπου και αν πάω, ακόμη και σε μέρη που δεν έχω επισκεφτεί για πολύ καιρό, έχω μία καλή σχέση με τους ανθρώπους και μιλάμε για διάφορα. Κι αν δεν καταλαβαίνετε, γιατί μιλάμε σε άλλη γλώσσα, κοιτάτε τα πρόσωπά τους και τους βλέπετε πολύ χαρούμενους που με βλέπουν. Ό, τι εκπέμπετε το ίδιο και περισσότερο θα επιστρέψει σε εσάς. Πηγαίνετε σε κάποιο μαγαζί και συμπεριφέρεστε με υπεροψία: «Είμαι πελάτης». Καταλαβαίνετε; Τότε οι άνθρωποι κάνουν αυτό που πρέπει, τις περισσότερες φορές λιγότερο από αυτό που πρέπει. Όμως αν φερθείτε στους ανθρώπους καλοσυνάτα, θα κάνουν περισσότερα απ' αυτά που πρέπει για εσάς.

Ωστόσο, αυτή τη στιγμή πολλοί από εσάς προσποιούνται. Κάποιοι ίσως να σκέφτεστε: Βλέπεις κάποιον στην απέναντι μεριά του δρόμου, μια ηλικιωμένη κυρία να στέκεται απέναντι, και ανυπομονείς να την βοηθήσεις να διασχίσει το δρόμο. Βασικά δεν ήθελε να διασχίσει το δρόμο, απλά έκανε ένα διάλλειμα, έπαιρνε μian ανάσα! Τότε λες: «Ελάτε, αφήστε με να σας βοηθήσω,» απλώς έπαιρνε μian ανάσα. «Αφήστε με να σας βοηθήσω να διασχίσετε το δρόμο». Και αυτή λέει: «Φύγε!» Έτσι αυτού του είδους η βοήθεια δεν είναι καλή. Χρειάζεται να κατανοείτε να διαβάζετε την κατάσταση πάρα πολύ καθαρά.

### **Να μην ασκήστε σύμφωνα με την ερμηνεία σας**

Κι εφόσον αυτή την στιγμή δεν έχετε την σοφία, γι' αυτό ακολουθείτε την άσκηση, ακολουθείτε την διδασκαλία, και ασκήστε σύμφωνα με την διδασκαλία, όχι σύμφωνα με την ερμηνεία σας. Οποτεδήποτε ασκήστε σύμφωνα με την ερμηνεία σας, πάντοτε θα σφάλετε! Δείτε την ζωή σας; όποτε ακολουθείτε την ερμηνεία σας πάει τίποτα όπως θα έπρεπε; Ποιός από σας ακολούθησε ποτέ την ερμηνεία του και πήγαν τα πράγματα σωστά; Όταν ακολουθείτε την ερμηνεία σας, πόσο συχνά πάνε τα πράγματα στραβά; Κάθε φορά! Και όταν ακολουθείτε με ακρίβεια τις οδηγίες, πόσο συχνά τα πράγματα είναι ορθά; Κάθε φορά.

Τότε γιατί στην ευχή εξακολουθείτε να ακούτε τον εαυτό σας; Επειδή το περισσότερο διάστημα σκέφτεστε: «Ω, πρέπει να έχω μάθει πώς να το κάνω μέχρι τώρα». Δεν έχετε! Εκτός και αν σας έχουν πει διαφορετικά, μην υποθέτετε! Έτσι δεν ριψοκινδυνεύετε. Είναι σαν να λέτε: «Ω, οδηγώ αυτοκίνητο 10 χρόνια τώρα, δεν χρειάζεται να ξεκινήσω με την πρώτη ταχύτητα, θα ξεκινήσω με την πέμπτη, το ίδιο είναι». Δεν έχει σημασία αν οδηγείτε ένα μήνα, δέκα χρόνια ή είκοσι, αν έχετε κιβώτιο ταχυτήτων ξεκινάτε πάντα με την χαμηλότερη ταχύτητα. Ανεβαίνετε ένα λόφο, χρησιμοποιείτε πάντα την χαμηλή ταχύτητα κι όταν επιταχύνετε πηγαίνετε σε ψηλότερη ταχύτητα. Αυτές είναι οι αρχές βάσει των οποίων λειτουργεί ένα αυτοκίνητο.

Μόνο και μόνο επειδή οδηγείτε αυτοκίνητο είκοσι χρόνια και έχετε 50 αυτοκίνητα στο γκαράζ, δεν σημαίνει ότι μπορείτε να οδηγείτε όπως σας αρέσει. Κάντε το αυτό και αυτομάτως το αυτοκίνητο θα παρουσιάσει προβλήματα. Έτσι, πού υπάρχει το περιθώριο να σκεφτείτε: «Όμως εγώ θέλω να δω τι θα συμβεί όταν ξεκινήσω το αυτοκίνητο με την Πέμπτη». Μπορείτε να προσπαθήσετε και απλώς θα καταστρέψετε



την μηχανή. «Αναρωτιέμαι πόσο καλά δουλεύουν τα φρένα, θα το σανιδώσω και μόνο την τελευταία στιγμή θα φρενάρω». Μπορεί να γλιτώσετε την πρώτη ή την δεύτερη φορά, αλλά τελικά δε θα γλιτώσετε. Βλέπετε; **Όλες οι ιδέες που γεννιούνται από επιθυμία και συναίσθημα δεν λειτουργούν.**

Οι άνθρωποι που προκαλούν την τύχη τους έτσι, την προκαλούν σκεπτόμενοι: «Ναι, μπορώ να την προκαλώ ξανά και ξανά,» και τελικά θα το μετανιώσουν.

Σκέφτεστε: «Ω! Θα υπάρξει κάποια προειδοποίηση». Δεν υπάρχει προειδοποίηση αφού οδηγείτε την κατάσταση στα όρια.

Γι' αυτό τον λόγο για παράδειγμα, όταν έχετε ένα καινούργιο αεροσκάφος, είτε είναι εμπορικό είτε είναι στρατιωτικό, πρέπει να έχετε έναν πιλότο δοκιμών. Ένας πιλότος δοκιμών πρέπει να είναι εξειδικευμένος έτσι ώστε σκόπιμα να ωθήσει το αεροσκάφος μέχρι το απώτατο σημείο των ορίων του. Το ωθούν για να βρουν σε ποιο σημείο χάνουν τον έλεγχο. Πολλοί πιλότοι δοκιμών σκοτώθηκαν με αυτό τον τρόπο, πολλοί σκοτώθηκαν έτσι. Συχνά, κάθε νέο σκάφος που βγαίνει στην αγορά έχει κοστίσει τις ζωές κάποιων πιλότων, και αυτό με την υποστήριξη πολλών συστημάτων ελέγχου και τηλεμετρίας και άλλων πραγμάτων επειδή όταν στην πραγματικότητα βρίσκεσαι σε αυτή την κατάσταση και χάνεις τον έλεγχο, τον χάνεις εντελώς.

**Αυτή την στιγμή κι εσείς επίσης χάνετε τον έλεγχο και προσπαθείτε να τον κρατήσετε, να κάνετε τα πράγματα με τον δικό σας τρόπο. Αλλά ο έλεγχός σας είναι βασισμένος στο συναίσθημά σας, δεν είναι βασισμένος στην κατανόησή σας, και για τον λόγο αυτό πάντοτε θα σας βλάπτει. Να γιατί χρειάζεται να τιμάτε τα πράγματα, χρειάζεται να σέβεστε τα πράγματα, χρειάζεται να δείχνετε την εκτίμησή σας σε αυτό που είναι τα πράγματα και σε αυτό που δεν είναι.**

### **Παράδειγμα μαγειρικής**

Αν δεν εκτιμάτε τα πράγματα για αυτό που είναι, μπορεί να μπειτε σε μια κουζίνα, την καλύτερη κουζίνα του κόσμου, μια πολύ όμορφη κουζίνα, μια κουζίνα γεμάτη υλικά και παρόλο αυτά να μαγειρέψετε χάλια φαγητό ή να βάλετε φωτιά στο σπίτι. Όταν υπάρχει έλλειψη σεβασμού, αυτά τα πράγματα συμβαίνουν. Ο καπνός δεν προβάλλει ξαφνικά, υπάρχουν πολλοί λόγοι για αυτό. Μπορεί το λάδι να έκαψε πολύ. Υπάρχουν πολλοί πιθανοί λόγοι. Για παράδειγμα, κάποιες φορές η φριτέζα παίρνει φωτιά και οι περισσότεροι άνθρωποι σκέφτονται να ρίξουν νερό για να τη σβήσουν, αλλά αν ρίξουν νερό η φωτιά θα χειροτερέψει. Χρειάζεται λοιπόν να κατανοήσετε με τι είδους φωτιά έχετε να κάνετε και να ενεργήσετε ανάλογα.

Συνεπώς, όσο πιο πολλά ανόητα πράγματα κάνετε, τόσο αυξάνονται οι πιθανότητες να κάνετε περισσότερα ανόητα πράγματα. Γι' αυτό τον λόγο **χρειάζεται να σταματήσετε από την αρχή.** Γι' αυτό το ορθό κίνητρο είναι τόσο σημαντικό. Και θέλετε οι άνθρωποι να σας σέβονται; Θέλετε να είστε μια πατρική φιγούρα για τα παιδιά σας, μια μητρική φιγούρα για τα παιδιά σας, η μεγάλη αδερφή προς την μικρότερη αδερφή σας, θέλετε κάποιοι να σας σέβονται; Τότε πρέπει να φροντίσετε την συμπεριφορά σας.

## Παράδειγμα μιας επιχείρησης

Για παράδειγμα, όταν έχετε μια επιχείρηση, θέλετε οι πελάτες σας να έρχονται και να απολαμβάνουν τη διαμονή τους στο χώρο σας. Χρειάζεται να φροντίσετε τους πελάτες σας. Χρειάζεται να φροντίσετε τον διάκοσμο.

**Έτσι, αν θέλετε οι άνθρωποι να σας σέβονται και ενεργείτε με ένα τρόπο τόσο ασεβή, τότε κανείς δε θα σας σέβεται. Κι όχι μόνον οι άνθρωποι, ούτε οι συνθήκες γύρω σας θα είναι υποστηρικτικές. Είναι λοιπόν πολύ σημαντικό να το κάνετε αυτό.**

## Κατανοώντας την Ατραπό

Πρέπει να κατανοήσετε ότι η κατανόηση είναι η ατραπός. Αν δεν διαθέτετε κατανόηση, δεν υπάρχει πρόβλημα, ακολουθείτε εκείνους που πράγματι έχουν κατανόηση. Τότε μπορείτε να εισέλθετε υπεύθυνα στην ατραπό.

## Ακολουθώντας τον Χάρτη

Όπως όταν δεν έχετε πάει ποτέ στην Σκωτία, δεν υπάρχει λόγος να ανησυχείτε. Έχετε ένα χάρτη φτιαγμένο από αξιόπιστες πηγές. Αν ακολουθήσετε το χάρτη, τις στροφές και τους δρόμους του, θα φτάσετε.

Ξέρετε γιατί οι περισσότεροι άνθρωποι ακινητοποιούνται στην κυκλοφορία του κέντρου της πόλης; Ενώ έχουν οδικό χάρτη της πόλης, θα έπρεπε να έχουν και έναν που να δείχνει μονοδρόμηση της πόλης. Έτσι λοιπόν φτάνεις σε κάποιον δρόμο κι αν και ο δρόμος βρίσκεται εκεί, δεν μπορείς να στρίψεις. Σε κάθε πόλη υπάρχει μονοδρόμηση. Κοιτάς το χάρτη και σκέφτεσαι: «Α, ωραία, μπορώ να στρίψω δεξιά». Και τότε βλέπεις το απαγορευτικό. Έτσι κάνετε ατέλειωτους κύκλους· οι περισσότεροι άνθρωποι κάνουν ατέλειωτους κύκλους, και δεν ξέρετε πώς να βγείτε! Ο χάρτης σας δεν δείχνει τους μονόδρομους. Γιατί; Επειδή οι χαρτογράφοι δεν προλαβαίνουν τις συνεχείς αλλαγές! Γι' αυτό συνήθως όταν κυκλοφορείτε έξω από την πόλη, είναι εύκολο, αλλά όταν φτάνετε στην πόλη, ακινητοποιήστε. Ακινητοποιήστε από πολλά προβλήματα, σωστά; Επειδή δεν υπάρχει χάρτης να σας βοηθήσει.

Όταν όμως υπάρχει ένας χάρτης, τότε φυσικά είναι πολύ απλό: ακολουθείς την ροή της κίνησης. Όμως, επειδή έτσι όπως κινείστε κάποιιοι άλλοι ακινητοποιούνται επίσης το όλο πράγμα γίνεται πιο δύσκολο και δημιουργούνται περισσότερα εμπόδια για τους άλλους.

Αν θέλετε λοιπόν η κυκλοφορία στην πόλη να είναι ανεμπόδιση χρειάζεται να φτιάξετε έναν καλό οδηγό μονοδρόμησης. Χρειάζονται μόνον ένα ή δύο αυτοκίνητα με πρόβλημα, καμιά φορά ένα μικρό τροχαίο και τότε υπάρχει συμφόρηση στο δρόμο και τα πάντα ακινητοποιούνται. **Έτσι πάντα να βρίσκετε τον χάρτη και προχωρείτε σύμφωνα με αυτόν. Η κατανόηση είναι ο δρόμος.**



## Λεκτική δυσεντερία

Όταν διαπιστώνετε ότι οι άνθρωποι δεν σας έχουν σε μεγάλη υπόληψη, είναι επειδή δεν παίρνετε στα σοβαρά τις πράξεις σας· δεν εκτιμάτε την ευκαιρία που έχετε. Ο τρόπος που μιλάτε, αυτά που λέτε είναι σκουπίδια, αυτό που ονομάζω λεκτική δυσεντερία· γιατί θα έπρεπε λοιπόν οι άνθρωποι να σας σέβονται; Οι μόνοι άνθρωποι που σας σέβονται είναι εκείνοι που παίρνουν μέρος στην λεκτική δυσεντερία, οι οποίοι λένε: «Εϊ, η δυσεντερία σου είναι χειρότερη από τη δική μου». Τότε σας σέβονται. Αυτό το είδος σεβασμού δεν είναι χρήσιμο. **Να γιατί η εκτίμηση είναι πολύ σημαντική, η κατάλληλη κατανόηση είναι πολύ σημαντική.**

### Το σωστό κίνητρο αρχίζει με ένα Συμπονετικό Νου

Έτσι όλα αρχίζουν με το σωστό κίνητρο. Πρέπει να καταλάβετε· το ορθό κίνητρο ξεκινάει με το σωστό συλλογισμό, με ένα συμπονετικό νου, έναν νου που σκέφτεται πάντοτε το όφελος των άλλων.

Επίσης να έχετε κατά νου ότι αυτό που κάνετε θα προκαλέσει αλληπάλληλα αποτελέσματα. Χρειάζεται να ξεκινήσετε με την ίδια σας την διαγωγή, την ίδια σας την συμπεριφορά. Μην ψάχνετε την μεγάλη ευκαιρία για να πείτε: «*Να μια μεγάλη ευκαιρία να ασκήσω το Ντάρμα*». Όχι, το Ντάρμα είναι σε κάθε στιγμή της ημέρας, όταν είστε γεμάτοι φροντίδα.

Πόσο φροντίσατε τους τελευταίους 12 μήνες; Πόσο αδιάφοροι ήσασταν τους τελευταίους 12 μήνες; Πόσο φροντίσατε σήμερα; Έτσι πρέπει να στοχάζεστε καθημερινά: πόσο φροντίσατε οποιαδήποτε μέρα; Πόσο δεν φροντίσατε εκείνη την μέρα;

### Ξεκινήστε δρώντας αυθεντικά, ξεκινήστε με εντιμότητα

Έτσι, ξεκινήστε δρώντας αυθεντικά. Ξεκινήστε με εντιμότητα. Αυτή είναι μια Νέα Χρονιά, ξεκινήστε με ειλικρίνεια. Απομακρυνθείτε από την αυτο-απορρόφηση. Δείτε όλους τους ανθρώπους ως ίσους. Να αναγνωρίζετε εκείνους που σας ευεργετούν, ποτέ να μην τους ξεχνάτε, τότε τα πράγματα θα αλλάξουν προς το καλύτερο για σας. Όταν τα πράγματα δεν αλλάζουν προς το καλύτερο, αλλάζουν προς το χειρότερο, δεν μένουν ουδέτερα. Να γιατί πρέπει πάντα να ξεκινάμε με το σωστό κίνητρο, με την υποστήριξη της ορθής κατανόησης.

Τέλος