

ČETRAS CĒLĀS PATIESĪBAS

Viņa Svētība 14. Dalai Lāma, Lāma Zopa Rinpoče un citi skolotāji

Lielais Universālais skolotājs Šākjāmūni Buddha dzīvoja un mācīja Indijā pirms apm. 2500 gadiem. Viņa pirmā mācība notika Saranathā un saucās - Četras cēlās patiesības. Šo notikumu apzīmē kā Buddhas pirmo Dharmas rata griešanu.

Tā Buddha mācīja - mūsu prieki un laime noteikti ir mūsu iepriekšējo pozitīvo rīcību augļi. Tāpat arī mūsu ciešanas, bēdas un nelaimes ir mūsu negatīvo rīcību sekas. Viss ko mēs pārdzīvojam ir mūsu pašu, mūsu prāta jeb apziņas radītas karmas izpausme.

Te Buddha izskaidro cilvēka laicīgo dzīvi un norāda, ka šāda nepārtraukti atkārtota jeb cikliska eksistence (samsāra) t.i. atkārtota dzimšana un miršana, satur sevī arī nepārtrauktas ciešanas un neapmierinātību. Viņš arī izskaidro kā šīs ciešanas rodas un, kā cilvēks, ja vien viņš to grib, var pakāpeniski atbrīvoties no tām. Un Buddha arī norāda ceļu kāds ir ejams lai to panāktu. Šī mācība, kā arī Astoņkārtējais ceļš, ir plaši iztīrāta un labi zināma.

Šīs četras cēlās patiesības ir:

1. Patiesība par ciešanām
2. Patiesība par ciešanu cēloņiem
3. Patiesība par ciešanu izbeigšanu
4. Patiesība par ceļu uz ciešanu izbeigšanu

Runājot par šīm patiesībām vispārīgi un ņemot vērā faktu, ka mēs visi vēlamies būt laimīgi un novērst ciešanas, mēs varam runāt par cēloņiem un sekām abējādi, no cēlonības un ciešanu atbrīvotāja viedokļa. Ciešanu cēloņi un ciešanas satur kā cēloņus tā sekas, kas iet kopā ar lietām ko mēs nevēlamies; kamēr ciešanu izbeigšana un ceļš uz to satur cēloņus un sekas, kas iet kopā ar lietām ko mēs vēlamies.

Tādēļ pirmās divas patiesības ir labi jāizprot lai atzītu to būtību, kamēr pēdējās divas ir jāpielieto lai no ciešanām atbrīvotos. Tagad aplūkosim tuvāk katru no šīm četrām patiesībām.

1. Ciešanas

Visa dzīvā radība, no kukaiņa līdz cilvēkam, vēlas mierīgu un laimīgu dzīvi, t.i. dzīvi bez ciešanām. Bet kas ir ciešanas? Ja mēs analizējam savu ikdienas dzīvi, tad redzam, ka dzīvojam nepārtrauktās lielākās vai mazākās ciešanās - sāpes, raizes, bailes u.t.t. un vispārējā neapmierinātībā. Laimīgi brīži ir maz un tie ir relatīvi īsi. Parasti, kad

sakām "tagad esmu laimīgs", tad tas nozīmē tikai nenojaustas vai samazinātas ciešanas. Tā ir tikai šķietama, bet ne īsta laime. Mācību par ciešanām šī vārda visplašākajā nozīmē, t.i. no smagām fiziskām vai garīgām sāpēm līdz sīkai neapmierinātībai, var analizēt 3 veidos, tās iedalot 3, 6 vai 8 grupās. Parastākais veids ir 3 grupās:

1.1 Ciešanu ciešana - ciešanas kā sekas fiziskām un garīgām grūtībām

1.2 Maiņu ciešanas - ciešanas kā sekas visa nepastāvībai, maiņai

1.3 Vispārējas ciešanas - ciešanas kā šīs eksistences (samsāras) sastāvdaļa

1.1 Pirmā grupa ir viegli saprotama, jo te ietilpst ciešanas, kas ir noteikti izjūtamās un novērojamas, piem. smagas slimības, ievainojumi, dažādas sāpes, depresijas utt. Arī dzīvnieki saprot šādas ciešanas un, tāpat kā mēs, grib no tām atbrīvoties. Mēs ļoti pūlamies tās novērst un no tām atbrīvoties. Lai to panāktu, mēs ziedojam daudz līdzekļu un laika.

1.2 Otrā grupā ietilpst ciešanas, kas nav tik krasī izteiktas kā pirmajā. Tās vairāk izpaužas kā neapmierinātība. Mēs ciešam tādēļ, ka viss šinī dzīvē mainās, viss ir nepastāvīgs. Cilvēki noveco un cieš tādēļ, ka nespēj dzīvot tā kā jaunībā. Zūd spēks, redze, dzirde utt. Ciešam kad nomirst piederīgie, draugi. Neesam apmierināti ar maiņām ikdienā, piem. ja atrodamies ēnā un vējā, sāk salt - mainām vietu aizvējā un saulē. Pēc laika tur par karstu, ejam atkal ēnā. Cits piemērs - kāds ļoti trūcīgs cilvēks, redzot citiem TV un auto, domā, ka viņš būtu ļoti laimīgs, ja arī viņam būtu šīs mantas. Rodas apstākļi, ka viņš tās iegūst. Sakumā viņš jūtās ļoti apmierināts un priecīgs, bet pēc laika, kad viņš ir pieradis pie tām, rodas neapmierinātība. Viņš tagad vēlas jaunu, labāku un lielāku TV un auto! Mēs vēlamies lai nenovecotu, lai skaisti ziedi nenoziedētu, lai daudz kas nemainītos! Ja šāda laime būtu paliekoša, tad tā turpinātos mūžīgi, bet ikdienas jeb laicīgie prieki ir tikai "šķietama laime", tā vienmēr pāriet neapmierinātībā un ciešanās. Tās pašas lietas, kas sākumā sagādāja prieku un laimi, pēc laika sagādā ciešanas. Visa "samsāriska laime" ir nepastāvības izpausme, jo tāda ir pārmaiņu daba. Ciešam tādēļ, ka neizprotam cilvēka patieso būtību.

1.3 Buddha mācīja, ka šī pēdējā grupa ir pamats arī abām iepriekšējām grupām, tās sauc par dzīvē ieaustām ciešanām. Tās ir visgrūtāk izprotamas, jo tās ir nenojaustas, netiešas ciešanas, bet tās ir vienmēr ar mums. Tādēļ, ka šīs ciešanas ir ieaustas mūsu dzīvē jau no dzimšanas līdz miršanai, tā visa dzīve ir neapmierinātību un ciešanu pilna. Šo trešo ciešanu līmeni nosaka karma no iepriekšējām dzīvē. Tās turpinājās arī pēc nāves posmā (Tib. bardo). Karma, kamēr tā nav attīrīta, mūs nekad neatstāj kā ēna. Tad seko pārdzimšana šinī dzīvē un tā joprojām šīs nepārtrauktais cikls - samsāra, kam galvenais cēlonis ir spēcīga pieķeršanās pie "es". Dusmas un pieķeršanās rodas tādēļ, ka mums ir šis patreizējais fiziskais un garīgais kopums - agregāti. Buddhismā samsāru salīdzina ar kailu cilvēku, kuram visu mūžu jānes uz muguras ērkšķu

nasta, kas viņam piesieta ar karmas un ierašu saitēm. Dažkārt cilvēki mēģina atbrīvoties no šīm ciešanām izdarot pašnāvību, domājot, ka iemesls ciešanām ir cilvēka patreizēja dzīve un to izbeidzot beigsies arī ciešanas. Bet tā tas nav. Mūsu apziņa turpinās arī pēc nāves. Kamēr neizpratīsim ciešanu cēloņus, tikmēr nevarēsīm no tām atbrīvoties.

2. Ciešanu cēloņi

Buddha mācīja, ka ārpus cilvēka prāta nav cita radītāja, cēloņa. Tādēļ īstais ciešanu cēlonis ir ikviena paša prāts. Būtībā prāts savos dziļajos līmeņos - primārais prāts, ir pilnīgi tīrs un nepiesārņots. Tas ir tikai skaidrība, dzidrums, kā tīra, dzidra gaisma un nekas vairāk. Prātus, ko ietekmējušas sliktas domas, kā dusmas, pieķeršanās, spīts, lepnums, maldīgi uzskati utt. sauc par sekundāriem prātiem vai mentāliem faktoriem. Tādēļ ir jautājums vai mēs varam attīrīt mūsu patreizējo prātu, kontrolēt dusmas, pieķeršanos un citas traucējošas domas. Ja to varam, tad mums būs palicis tikai tīrais, primārais prāts, kas ir brīvs no ciešanu cēloņiem. Galvenais ciešanu cēlonis ir mūsu neziņa un nepareizi uzskati. Tā rodas nepareiza visas relatīvas eksistences (samsāras) izpratne. Šīs neziņas ietekmē, mēs ar savu rīcību veidojam negatīvo karmu, negatīvas tendences un ierašas. Ir vairāki cēloņu iedalījumi un izskaidrojumi. Aplūkosim atkal vienkāršāko 3 grupās:

2.1 Pilnīga neziņa

2.2 Nepamatota (akla) pieķeršanās

2.3 Nepamatotas (aklas) dusmas

2.1 Kā ievadā minēts, neziņa ir galvenais ciešanu cēlonis. Tā ir ilūzija, it kā visas parādības, ar ko mēs ikdienā saskaramies, būtu paliekošas, patstāvīgas - eksistētu pašas no sevis. Šis jēdziens rodas nepareizi izprotot parādību apzīmējumus/nosaukumus kā pašu parādību. Bet būtībā tās ir tikai tukšs apzīmējums, vārds, kas dots kādai parādībai. Abi nākošie ir sekas pirmajam un visi trīs kopā ir cēloņi nevēlamai karmai un ierašām. Cilvēki dzīvo ilūzijās, kā sapņos kur viss ko uztveram ar savām maņām šķiet īsts, patstāvīgi eksistējošs. Bet pamatpatiesība ir, ka visas parādības ir savstarpēji atkarīgas rašanās un zušanas process. Ikdienas, relatīvo dzīvi varētu salīdzināt ar dzīvi mūžīgā cietumā. Visapkārt ir augsti mūri, nezinām kas ir ārpusē. Domājam, ka dzīve iekšpusē ir vienīgā, īsta un ka šeit esam brīvi. Ja izdodas sienā izlauzt caurumu, tad redzam, ka ārpusē ir cita, īsta, patiesa dzīve un brīvība! Absolūta patiesība māca, ka dzīve iekšpusē ir tikai šķietama patiesība, tukši māņi, un augstie mūri ir paša karmas un ierašu radīti. Ir jāatmostas no sapņa lai atklātu īsto patiesību un saskatītu īsto ciešanu cēloni.

2.2 Īstenības neizpratne mūs spiež akli pieķerties samsāras relatīvajām vērtībām. Pamatā šādai relatīvai izvērtēšanai ir iedomāts "es" un "mans" kā manas pasaules centrs. Ir sajūta, ka šis Es ir konkrēts un patstāvīgi eksistējošs. Sakām - es zinu, es daru, tas ir mans, man sāp utt. Bet pēc dziļas un plašas analīzes izrādās, ka šāda Es nemaz nav! Tas ir tikai

pieņemts apzīmējums, konvencija cilvēka garīgās un fiziskās daļas kopumam. Tas nav nekas pats no sevis eksistējošs. Bet savā domāšanā un rīcībā mēs ļoti pieķeramies šim Es. Tas attiecas arī uz visām citām lietām un parādībām. Mēs tām akli pieķeramies un ja tās zaudējam, tad ļoti ciešam un dusmojamies. Tas viss rada un uztura duālo pasaules uzskatu.

2.3 Lielas dusmas ir pretēja un vēl jaunāka īpašība nekā liela pieķeršanās. No dusmām rodas ienaidis. Tas noved pie rīcības, kas rada ļoti sliktu karmu. Vispār, cēloņi dusmām ir tie paši kā minēts 2.2, t.i. galvenais nepareiza pārliecība, ka relatīvā samsāras eksistence ir īstā patiesība.

3. Ciešanu izbeigšana

Ja atzīstam divas pirmās patiesības, tad mums radīsies stipra velēšanās atbrīvoties no ciešanām. Buddha mācīja, ka mēs to varam panākt, ja vien vēlamies to darīt. Viss ir mūsu pašu rokās! Katrs pats esam savas karmas/ sava likteņa veidotājs, savas laimes kalējs. Vispirms mums ir jāizprot mūsu un visas parējās eksistences patiesais pamats - absolūta patiesība, t.i. ka parādības īstenība eksistē. Ikdienas relatīvā dzīve, samsāra, ir tikai ilūzija, sapnis. Šāda neziņa, pieņemot to par īstenību, mēs dziļi savā apziņā ieviešam nepareizas tendences un tā veidojam negatīvu karmu. Šeit mums ir jāņem palīgā augstākā Buddhas mācība - Madjāmaka. Mums ir jāatbrīvojas no nepareiziem uzskatiem un ilūzijām, ka viss īsti eksistē pats no sevis, tā kā to uztveram ar savām maņām. Kā jau iepriekš minēts, īstenībā visas parādības, dzīvas un nedzīvas, ir tikai mūsu ikdienas apziņas, prāta, radīti tukši apzīmējumi/nosaukumi - nebūtība, neesme (šunjata). Ja šīs mūsu maņu uztvertās parādības ir apmānījušas mūsu parasto, konvencionālo prātu, tad mums ir jāatrod augstākais apziņas stāvoklis, kas, balstoties uz loģiku, pārdomām, izvērtēšanu un meditāciju, pareizi zina, ka patiesībā nav šādas īsti un patstāvīgi eksistējošas parādības. Kad mēs likvidējam vai arī pārveidojam visus traucējošos, nepatiesos prāta stāvokļus, kas ir mūsu ciešanu cēloņi, tad likvidējam arī pašas ciešanas. Ar ciešanu izbeigšanu mēs atbrīvojamies no samsāras un sasniedzam nirvānu un pilnīgu svētlaimi - atpestīšanu. Buddha ir norādījis ceļu kāds mums ejams lai to sasniegtu.

4. Ceļš

Visa Buddhas mācība, Dharma, īstenībā ir norāde kas mums ir jādara lai atbrīvotos no nepareiziem uzskatiem par visu parādību īsto eksistenci un rezultātā sasniegtu pilnīgu pašatklāsmi. Šo galveno ceļu sauc Pakāpeniskais ceļš uz apgaismību. Vispirms Buddhas mācība ir jāapgūst uzklusot patiesus un pieredzējušus skolotājus, jālasa patiesi teksti, sutras un to izskaidrojumi. Tas viss ir daudz jāpārdomā. Tad dziļa meditācijā jāanalizē lai to īsti izprastu un pārliecinātos par mācības pareizību. Mācības pamatā ir cilvēka garīgās daļas - prāta pārveidošana lai atbrīvotos no dziļi ieviestajām, nepareizām tendencēm, kas radušās bezgalīgajā pārdzimšanas gaitā un rada sliktu karmu. Pakāpeniskais ceļš

ir metodiska gudrības apgūšana līdz nirvānas un apgaismības sasniegšanai. Tas sastāv no daudziem maziem un lieliem pakāpieniem. Šie pakāpieni ir atsevišķas Buddhas mācības sakopotas sutras, tantras un to izskaidrojumos/komentāros. Patiesības meklētāji, kuri vēlas sasniegt atbrīvošanos tikai no savām ciešanām (samsāras) t.i. sasniegt nirvānu, iet pa mazo ratu (hinājāna). Tie, kuri vēlas sasniegt buddhas apziņu (bodhičitta) un apgaismību un tādejādi kļūt par "apmodas būtni" (bodhisattvu) lai tad palīdzētu visiem sasniegt pilnīgu apgaismību, iet pa lielo ratu (mahājāna). Šeit galvenās mācības ir 5 Celi, 6 Pilnveidošanas un 10 bodhisattvu līmeņi. Ir vēl trešais ceļš - tantras rats (tantrajāna) jeb jogu ceļš. Tas ir daudz ātrāks pilnības sasniegšanai, kā divi iepriekšējie, domāts spējīgiem, augstas kapacitātes mācekļiem. Buddha mācīja dažādas pieejas un deva dažādus izskaidrojumus, atkarībā no cilvēku spējām saprast Viņa mācību. Nekur nav pretrunas, visām mācībām ir kopējs pamats un tās noved pie tā paša galamērķa - apgaismību - pie absolūtās gudrības, ka viss ir tukšs, bez iedzimtas, neatkarīgas eksistences. Nekas neeksistē pats no sevis, bet ir savstarpēji atkarīgs, kas nozīmē, ka viss ir atkarīga rašanās.

©Jānis Balodis

Ja manā tulkojumā ir ieviesušās kādas kļūdas, tad es izlūdzos manu skolotāju piedošanu.

Austrālijā

Monday, 16. august 1999

Latviskais teksts 03/11/99

1. labojums 29/01/00

2. labojums 10/05/00

3. labojums 28/10/00