

BONAJ DEMANDOJ KAJ BONAJ RESPONDOJ

**Verkis angle Majstro S Dhammika
de Aŭstralio**

Esperantigis Miaohui

ĈBRE

<http://www.ebudhano.cn>

miaohui@ebudhano.cn

Bonaj Demandoj kaj Bonaj Respondoj

Antaŭskribo pri la Reviziita Eldono

La libron mi verkis en 1987 por kontentigi la pliigatan intereson de singapuranoj pri Budhismo. Mi trovis kun miro kaj ĝojo, ke la libro estas sukcesplena. La BDMS (Budha Dharma Mandala Societo) sole presis 30,000 ekzemplerojn kaj oni jam tradukis ĝin en kelkajn lingvojn inkluzive de la tamula, la ĉina kaj la nepala. Peto por la libroj venas el tiel malproksimaj regionoj kiaj Aŭstralio, Argentino kaj la Sejĉela Insularo. En Julio de la kuranta jaro, dum mi vizitis izolitan monaĥejon altan en la Himalajo en Ladako, mi trovis, ke la abato ne nur legis tiun ĉi libron, sed ankaŭ tre ŝatis ĝin. Ĉio ĉi konvinkis min, ke la stilo kaj enhavo de ĉi tiu libreto plenumis gravan bezonon, kaj ke la revizio kaj suplemento pliiĝis ĝian valoron. Jen la motivo de tiu ĉi reeldono. Oni rajtas represi aŭ traduki la libron sen petskribo por la permeso. Tamen, ni dankas, se vi sendas al ni du ekzemplerojn kaj sciigas al ni, kiom da ekzempleroj vi presis.

Ven S Dhammika

Singapuro

1991

ENHAVO

1. Kio estas Budhismo
2. Bazaj Konceptoj pri Budhismo
3. Budhismo kaj Ideo pri Dio
4. La Kvin Principoj
5. Reenkarniĝo
6. Meditado
7. Saĝo kaj Kompato
8. Vegetaranismo
9. Bona Sorto kaj Fatalo
10. Budhaniĝo

1. Kio estas Budhismo

Demando: Kio estas Budhismo?

Respondo: La nomo Budhismo devenis el la vorto 'budhi' kiu signifas luminiĝon. Do Budhismo estas la filozofio de luminiĝinto. Tiu ĉi filozofio originis de la sperto de Sidarto Gotamo, konata kiel Budho. Li luminiĝis en sia 36-a jaraĝo. Nun budhismo havas longan historion de 2,500 jaroj kaj ĉirkaŭ 300 milionojn da sekvantoj en la tuta mondo. Ĝis antaŭ cent jaroj, Budhismo estis ĉefa filozofio en Azio, sed nun ĝi havas pli kaj pli da sekvantoj en Eŭropo kaj Ameriko.

Demando: Ĉu Budhismo estas nur filozofio?

Respondo: La vorto filozofio devenis el du vortoj 'philo' kiu signifas amon kaj 'sophia' kiu signifas saĝon. Do filozofio estas la amo al saĝo aŭ amo kaj saĝo, ambaŭ signifoj estas perfekte taŭgaj por priskribi Budhismon.

Budhismo instruas, ke ni devas pene disvolvi nian intelekton al la pleneco por kompreni ĉion klare. Ĝi ankaŭ instruas al ni disvolvi niajn amon

kaj bonkorecon por esti veraj amikoj al ĉiuj estaĵoj. Do Budhismo estas filozofio sed ne nur filozofio. Ĝi estas la plej supera filozofio.

Demando: Kiu estis la Budho?

Respondo: En la jaro 563 A.K. knabo naskiĝis en reĝa familio en norda Hindio. Li plenkreskiĝis en riĉeco kaj lukso, sed poste trovis, ke la mondaj komforto kaj sekureco ne garantias homan feliĉon. Li profunde emociiĝis de homaj suferoj, kiujn li vidis en diversaj lokoj, kaj decidis eltrovi la ŝlosilon por homa feliĉo. Kiam li estis 29-jara, li forlasis siajn edzinon kaj infanon, kaj iris al grandaj religiaj instruistoj por lerni de ili. Ili instruis lin multe, sed neniu el ili vere sciis la kaŭzon de homaj suferoj kaj la metodojn por sin liberigi el la suferado. Fine, post siaj 6-jaraj studado kaj meditado ĉiuj liaj nescioj malaperis kaj li subite iluminiĝis. Ekde tiam, li nomiĝis Budho, la Iluminiĝinto. En siaj postaj 45 jaroj, kaj vojaĝis ĉie en norda Hindio por instrui tion, kion li eltrovis. Liaj kompatado kaj pacienco estis superordinaraj kaj li altiris milojn da sekvantoj. En sia 80-a jaraĝo, estante maljuna kaj malsana, sed ankoraŭ feliĉa kaj paca, li forpasis nirvanen.

Demando: Ĉu ne estis malrespondece, ke la Budho forlasis siajn edzinon kaj infanon?

Respondo: Probable estis ne facile por la Budho forlasi sian familion. Supozeble li hezitis kaj maltrankviliĝis dum longa tempo antaŭ sia fina forlaso. Sed li devis elekti, ĉu li sin dediĉu al sia familio aŭ al la tuta mondo. Fine, lia granda kompato igis lin sin dediĉi al la tuta mondo. Kaj la tuta mondo profitis de lia sindediĉo. Tio ne estis malrespondeca, sed eble estis la plej grava ofero, kiun oni neniam faris antaŭe.

Demando: La Budho jam mortis, do kiel li povas helpi nin?

Respondo: Jam mortis Faraday, kiu inventis elektron, sed lia inventaĵo ankoraŭ helpas nin. Jam mortis Louis Pasteur, kiu inventis la kuracmetodojn por tre multaj malsanoj, sed liaj kuracaj metodoj ankoraŭ aplikiĝas por savi vivojn. Jam mortis Leonardo da Vinci, kiu pentris majstraĵojn de arto, sed liaj majstraĵoj ankoraŭ restas kaj donas al ni ĝojon. Noblaj viroj kaj herooj mortis eble antaŭ centoj da jaroj, sed la legado pri iliaj kondutoj kaj atingoj ankoraŭ inspiras al ni konduki kiel ili. Jes, la Budho jam mortis, sed post 2,500 jaroj liaj instruoj ankoraŭ helpas la homaron; lia ekzemplo ankoraŭ inspiras la

homaron, liaj vortoj ankoraŭ ŝanĝas homan vivon. Nur la Budho havis tiel grandan potencon eĉ post jarcentoj de sia morto.

Demando: Ĉu la Budho estis dio?

Respondo: Ne, li ne estis dio. Li respondis, ke li estas dio, la infano de dio aŭ la mesaĝisto de dio. Li estis homo, kiu sin perfektigis, kaj ankaŭ instruis, ke ankaŭ ni povas perfektigi nin mem, se ni faras same kiel li.

Demando: Se la Budho ne estas dio, kial budhanoj adoras lin?

Respondo: Estas diversspecaj adoroj. Kiam homoj adoras dion, ili laŭdas kaj honoras lin aŭ ŝin, prezentas oferojn por peti favoron, kredante, ke la dio aŭdos iliajn laŭdojn, ricevos iliajn oferojn kaj respondos iliajn preĝojn. Budhanoj ne celas tian adoron. Jen la alispeca adoro okazas kiam ni montras nian respekton al iu aŭ io respektinda. Kiam instruisto venas en la klasĉambrojn, ni leviĝas; kiam ni renkontas eminentulon, ni manpremas kun li; kiam la nacia himno estas ludata, ni salutas. Jen estas ĉiuj gestoj de respekto kaj adoro por esprimi nian admiron al koncernaj personoj aŭ aferoj.

Jen estas la adoro, kiun budhanoj praktikas. Statuo de la Budho kun la manoj sur la kruroj kaj sia kompatema rideto sur la vizaĝo atentigas nin pliigi pacon kaj amon en nia menso; la parfumo de incenso atentigas nin vastigi influon de virto; la lampo atentigas nin pri la lumo de saĝo; la floroj, kiuj baldaŭ senkoloriĝos kaj velkiĝos, atentigas nin pri la efemereco de homa vivo. Kiam ni riverencas, ni esprimas nian dankon al la Budho por la instruoj, kiujn li donis al ni. Tio estas la naturo de budhana adoro.

Demando: Sed mi jam aŭdis la onidiron, ke budhanoj adoras idolojn.

Respondo: Tia onidiro nur montras la miskomprenon de la idolo-farantoj. En la Respondo oni difinis la signifon de idolo kiel "bildo aŭ statuo adorata kiel dio". Laŭ nia scio, budhanoj tute ne kredas, ke la Budho estis dio. Kiel ili povus kredi, ke peco de ligno aŭ metalo estas dio? Ĉiuj religioj uzas simbolojn por esprimi diversajn konceptojn. En Taoismo, la desegno de "Yin-yang" estas uzata kiel simbolo de la konkordo inter kontraŭaj aferoj. En Sikhismo, la glavo estas uzata kiel simbolo de spirita lukto. En Kristanismo, la fiŝo estas uzata kiel simbolo de Krista ĉeesto kaj la kruco estas uzata kiel simbolo de lia sinofero. En Budhismo, la statuo de la Budho estas uzata kiel

simbolo de homa perfekteco. La statuo de la Budho ankaŭ rememorigas nin pri la homa dimensio en budhisma instruado. Fakte Budhismo prenas homon kiel sian centron, sed ne prenas dion kiel sian centron. Ni devas rigardi internen sed ne eksteren por atingi memperfektecon kaj luminiĝon. Do ne pravas la onidiro, ke budhanoj adoras idolojn.

Demando: Kial oni bruligas paperan monon kaj faras ĉiajn strangajn aferojn en budhismaj temploj?

Respondo: Multaj aferoj ŝajnas strangaj al ni kiam ni ne komprenas ilin. Anstataŭ respondi tiajn aferojn kiel strangaĵojn, ni preferu klopodi eltrovi ilian signifon. Tamen, estas vero, ke la praktikoj de iuj budhanoj havas siajn originon de populara superstiĉo kaj miskomprenon anstataŭ la veran instruon de la Budho. Kaj tia afero ekzistas ne nur en Budhismo, sed ankaŭ en ĉiuj aliaj religioj de tempo al tempo. La Budho instruis klare kaj detale. Se iuj ne sukcesis plene kompreni tion, oni ne kulpigu la Budhon.

Jen onidiro:

Se iu suferas de malsano, sed ne serĉas kuraciĝon eĉ kiam kuracisto estas ĉe li, tio ne estas kulpo de la kuracisto. Same, se iu turmentiĝas pro la korupteco, sed ne serĉas helpon de la Budho, tio ne estas kulpo de la Budho.

JN28-9

Oni ne rajtas juĝi Budhismon aŭ aliajn religiojn per tiuj, kiuj ne praktikas sian kredon konvene. Se vi volas scii la veran instruon de Budhismo, legu la budhajn vortojn aŭ parolu kun tiuj, kiuj komprenas ilin konvene.

Demando: Se Budhismo estas tiel bona, kial iuj budhismaj landoj estas malriĉaj?

Respondo: Se teRespondola malriĉeco ekonomie, estas vero, ke iuj budhismaj landoj estas malriĉaj. Sed se temas pri la malriĉeco je kvalito de homa vivo, eble iuj budhismaj landoj estas tre riĉaj. Ekzemple, Usono estas ekonomie riĉa kaj potenca, sed ĝi estas unu el la landoj, kies krimo-proporcio estas la plej alta en la mondo. Milionoj da maljunuloj estas neglektitaj de siaj infanoj kaj mortas solece en maljunulejoj; Hejma perforto kaj turmento al la infanoj estas gravaj problemoj. Triono de la geedzoj fine eksedziĝis, pornografio estas furora. Do ili riĉas je mono, sed malriĉas je vivkvalito. Nun ni rigardu Birmon, landon ekonomie postrestintan. La gepatroj estas honoritaj kaj respektitaj de siaj infanoj; la krimo-proporcio estas relative malalta; eksedziĝo kaj memmortigo estas preskaŭ ne aŭdeblaj. Ankaŭ ne ekzistas

pornografio, seksa licenco, perforto en la hejmo kaj turmento al la infanoj. Kvankam ĝi estas ekonomie postrestinta, sed ĝi havas eble pli superan vivkvaliton ol la landoj kiel Usono. Sed eĉ se ni juĝas budhismajn landojn nur je ekonomio, unu el la plej riĉaj kaj la ekonomie disvolviĝintaj landoj en la nuna mondo estas Japanio, kie 93% de la loĝantaro sin nomas budhanoj.

Demando: Pro kio ni malofte aŭdas pri la filantropiaj aferoj faritaj de budhanoj?

Respondo: Eble pro tio, ke budhanoj ne opinias sian bonfaron propagandinda. Antaŭ Respondoaroj la japana budhisma gvidanto Nikkho Nirwano ricevis la Templetan Premion pro sia laboro akceli interreligian konkordon. Ankaŭ tajlanda budhisma monaĥo lastatempe ricevis la prestiĝan Magsaysay Premion pro sia bonega laboro kontraŭ toksiĝemo. En 1987 alia tajlanda monaĥo, Majstro Kantayapiwat ricevis la Norvegan Infanan Pacan Premion pro sia longjara klopodado helpi senhejmajn infanojn en kamparo. Kian grandskalan socian laboron faris la Okcidenta Budhisma Organizo por la malriĉuloj en Hindio? Ili konstruis lernejojn, infanajn vartejojn, malsanulejojn kaj malgrandajn industriojn sinprovizajn. Budhanoj prenas helpon al aliuloj kiel esprimon de sia religia praktiko ĝuste kiel la aliaj

religianoj faris, sed ili kredas, ke ili devu fari tion kviete sen propagando. Jen kial vi ne aŭdas multe pri ilia filantropia laboro.

Demando: Pro kio estas tiel multe da malsamaj skoloj en Budhismo?

Respondo: Sukeroj estas diversaj: bruna sukero, blanka sukero, grajnigita Respondo ŝtona sukero, frukta sukero kaj kando, sed ili ĉiuj estas sukeroj kaj ĉies gusto estas dolĉa. La sukero produktiĝis en malsamajn formojn, do oni povas uzi ĝin en diversaj manieroj. Budhismo estas sama. Estas Theravada Budhismo, Zenisma Budhismo, Purlanda Budhismo, Yogacara Budhismo kaj Vajrajana Budhismo, sed ili ĉiuj apartenas al Budhismo, kaj havas la saman guston - la staton de libereco. Budhismo jam disvolviĝis en malsamajn formojn, do ĝi konvenas al diversaj kulturoj, en kiuj ĝi ekzistas. Budhismo havas longan historion de pli ol du mil kvincent jaroj, tamen ĝi ankoraŭ konvenas al ĉiu nova generacio. Kvankam la formoj de Budhismo diferencas unu de la aliaj, tamen la esenco de ĉiuj skoloj estas la Kvar Sanktaj Veroj kaj la Okopa Ĝusta Vojo. Ĉiuj gravaj religioj, inkluzive de Budhismo, dispartiĝis en diversajn skolojn kaj sektojn. Sed la malsamaj skoloj de Budhismo neniam militis inter si. Ili neniam esprimis malamikecon

unu al la aliaj, kaj eĉ ĝis nun, ili iras reciproke al aliaj temploj kaj adoras kune. Tiaj toleremo kaj interkompreno certe estas raraj.

Demando: Vi certe estimas Budhismon. Do laŭ mia supozo, vi opinias vian religion ĝusta, dum ĉiujn aliajn malĝustaj.

Respondo: Neniu budhano, kiu komprenas la budhan instruon, opinias la aliajn Respondon malĝustaj. Neniu tiel pensas esplorinte pri aliaj religioj diligente kaj grandanime. Kiam vi studas la malsamajn religiojn, vi unue rimarkas, kiom da komuneco ili posedas. Ĉiuj religioj agnoskas, ke onia nuna stato estas nekontentiga. Ĉiuj kredas, ke ŝanĝo de oniaj sinteno kaj konduto estas bezono por plibonigi la nunan situacion. Ĉiuj instruas moralon kiu entenas amon, bonkorecon, paciencon, donacemon kaj socian respondecon. Ĉiuj konsentas, ke ekzistas ia formo de perfekteco.

Ili uzas diversajn lingvojn, malsamajn nomojn kaj proprajn simbolojn por priparoli kaj klarigi la aferojn. Nur kiam ili etanime alkroĉiĝas al sia propra vido, estiĝas religiaj maltoleremo, memfiero kaj sinpravigo.

Imagu, kiel anglo, franco, ĉino kaj indoneziano rigardas tason. La anglo diras: "Tio estas 'cup'." La franco respondas: "Ne, tio ne estas 'cup'. Tio estas 'tasse'." La ĉino diras: "Vi ambaŭ eraras. Tio estas 'bei'." La Indoneziano

mokas la aliajn, dirante, "Kiel malsaĝaj vi estas. Tio estas 'cawan'." La anglo prenas vortaron kaj montras ĝin al la aliaj dirante, "Mi povas pruvi, ke ĝi estas 'cup'. Mia vortaro tiel diras." "Do via vortaro havas eraron," diras la franco: "ĉar mia vortaro klare diras, ke ĝi estas 'tasse'." La ĉino mokas ilin: "Mia vortaro estas pli antikva ol la viaj je miloj da jaroj, do mia vortaro estas pli ĝusta. Krome, pli da homoj parolas ĉinan lingvon ol la aliaj, do ĝi devas esti 'bei'." Dum ili reciproke kverelas kaj argumentas, budhano aperas kaj trinkas per la taso. Trinkinte, li diras al la aliaj: "Ĉu vi nomas ĝin taso, tasse, bei aŭ cawan, ĝi estas produktita nur por uzado. Ĉesu argumenti, sed trinku; ĉesu kvereli, sed sensoifigu vin." Jen estas la sinteno de budhanoj pri la aliaj religioj.

Demando: Ĉu Budhismo estas scienca?

Respondo: Antaŭ la respondo, ni plej bone difinu la vorton "scienco". Scienco, laŭ la vortaro estas "scio, kiu povas fariĝi sistemo laŭ la faktoj de oniaj vidoj kaj pruvoj por ekspliki la ĝeneralajn naturajn leĝojn. Ĝi estas branĉo de scioj, kiujn oni povas studi precize."

Iuj aspektoj de Budhismo ne konformas al ĉi tiu difino, tamen la esencaj instruoj de Budhismo, la Kvar Sanktaj Veroj, pli konformas al ĝi. Suferado, la

unua Sankta Vero, estas sperto, kiun oni povis difini, sperti kaj mezuri. La dua Sankta Vero eksplikas, ke sufero havas naturan kaŭzon, la avido, kiun oni ankaŭ povas difini, sperti kaj mezuri. Ni ne provis ekspliki la suferon per terminoj de la metafizika koncepto aŭ mitoj. Sufero estas forigebla, laŭ la tria Sankta Vero, ne de la supera estulo, kredo aŭ preĝoj sed simple per metodo forigi la kaŭzon. Tio estas komprenebla. La kvara Sankta Vero, la metodo por forigi la suferon, refoje, neniel koncernas metafizikon, sed dependas de onia konduto en specialaj manieroj. Kaj la konduto estas ankaŭ pruvebla. Budhismo estiĝis laŭ koncepto de la Iluminiĝinto, kaj eksplikas la originon kaj sistemon de la universo per la terminoj de naturaj leĝoj, same al scienco. Ĉio ĉi bone elmontras la sciencan sintenon. Krome, la konstanta konsilo de la Budho, ke ni ne blinde kredis sed esploru, sed ekzameni kaj pripensu laŭ nia propra sperto, sendube havas sciencan trajton. Li diris:

"Ne iru laŭ la revelacio aŭ tradicio; ne iru laŭ la rumoro aŭ sanktaj verkoj; ne iru laŭ la onidiro aŭ nura logiko; ne iru laŭ la antaŭjuĝo de ideo aŭ alies ŝajna kapablo kaj ne iru laŭ la ideo ke li estas nia instruisto. Sed kiam vi mem scias bone, ke afero estas bona, ke ĝi estas ne kulpigebla, ke ĝi estas laŭdinda por la saĝuloj kaj ke ĝi kondukas al feliĉo pruvite per praktikado kaj observado, tiam sekvu la aferon."

Do ni povas diri, ke kvankam Budhismo ne estas tute scienca, tamen ĝi certe havas fortan sciencan trajton. Ĝi certe estas pli scienca ol aliaj religioj. Albert Einstein, la plej granda sciencisto en la dudeka jarcento, jam diris signifoplene pri Budhismo:

"La estonta religio estos kosma religio. Ĝi superos personan dion kaj evitos dogmojn kaj teoriojn. Kovrante ambaŭ la naturan kaj la spiritan kampojn, ĝi devus baziĝi sur religia sento, kaj estiĝi de la sperto al ĉiuj aferoj natura kaj spirita kaj ankaŭ komuna. Budhismo alkonformas ĉi tiun priskribon. Se la religio povus kontentigi la bezonon de moderna scienco, ĝi certe estus neniu alia krom Budhismo."

2. Bazaj konceptoj pri Budhismo

Demando: Kio estas la ĉefaj instruoj de la Budho?

Respondo: Ĉiuj instruoj de la Budho centriĝas sur la Kvar Sanktaj Veroj ĝuste kiel la rando kaj spokoj de la rado centriĝas al la aksingo. La Kvar Sanktaj Veroj nomiĝas "Kvar" ĉar estas kvar de ili. Ili nomiĝas "Sanktaj" ĉar ili povas sanktigi tiujn, kiuj komprenas ilin. Ili nomiĝas "Veroj" ĉar ili estas konformaj al la realo. Ili estas veroj.

Demando: Kio estas la Unua Sankta Vero?

Respondo: La Unua Sankta Vero estas tio, ke la vivo estas sufera. Por vivi, ni devas suferi. Ni tute ne povas vivi sen sperto de sufero. Ni devas elteni la fizikajn suferojn kiel malsanon, vundiĝon, laciĝon, maljuniĝon kaj poste morton. Ni ankaŭ devas elteni la spiritajn suferojn kiel solecon, ĉagrenon, timon, embarason, malesperon, koleron, ktp.

Demando: Ĉu tio ne estas iom pesimisma?

Respondo: La vortaro difinis pesimismon kiel "la kutimRespondo, ke ĉia okazaĵo estos malbona." aŭ "la kredon, ke malbono estas pli forta ol bono." Budhismo instruas neniun el tiuj ideoj, nek neas, ke feliĉo ekzistas. Ĝi nur simple diras, ke en nia vivo ni spertas fizikajn kaj spiritajn suferojn. Tio estas la fakto tiel vera kaj evidenta, ke neniuj povas nei. La ĉefa koncepto de plejmultaj religioj estas malfacile aŭ neeble konfirmebla mito, legendo aŭ kredo. Budhismo komenciĝis je sperto, nerefutebla fakto kaj ankaŭ afero, kiun ni ĉiuj bone scias, iam spertis, kaj povos konkeri. Do Budhismo estas la sola vere universala religio ĉar ĝi elmontras ĝuste la kernon de la afero, pri kiu ni ĉiuj zorgas: suferoj kaj metodoj por eviti la suferojn.

Demando: Kio estas la Dua Sankta Vero?

Respondo: La Dua Sankta Vero estas tio, ke ĉiuj suferoj estas kaŭzitaj de deziro. Kiam ni esploras la spiritajn suferojn, ni povas facile trovi, kiel la deziro kaŭzas suferon. Kiam ni volas ion sed ne povas akiri ĝin, ni sentas ĉagreniĝon. Kiam ni esperas, ke iu vivu laŭ nia deziro, sed ne tiel okazas, ni sentas malesperon kaj malĝojon. Kiam ni deziras, ke aliuloj ŝatu nin, sed ili

ne ŝatas nin, ni sentas afliktiĝon. Eĉ kiam ni deziras ion kaj vere povas akiri ĝin, tio ne ofte kondukas nin al feliĉo, ĉar post nelonge ni perdas la intereson, sentas enuiĝon pri ĝi, kaj ekdeziras alian. Do simple, la Dua Sankta Vero instruas, ke akiro de via deziraĵo ne povas garantii al vi feliĉon. Anstataŭ konstante klopodi por akiri la deziraĵon, provu modifi vian deziron. Deziro forrabas niajn kontentecojn kaj feliĉojn.

Demando: Sed kiel deziro kaj avido kondukas al fizika sufero?

Respondo: La vivlonga deziro kaj avido por tio kaj ĉi tio, precipe la deziro al la Respondo kreas potencon energion, kiu kaŭzas nian renaskiĝon. Pro nia renaskiĝo, ni havas korpon, kaj laŭ mia antaŭa diro, la korpo estas influiĝema de vundo kaj malsano; ĝi povas elĉerpiĝi de laboro; ĝi maljuniĝas kaj poste mortas. Tiel avido kondukas al nia fizika sufero, ĉar ĝi kaŭzas nian renaskiĝon.

Demando: Tio ŝajnas bona, sed se ni vere tute rezignus deziron, ni akirus aŭ atingus nenion.

Respondo: Vere. Sed la diroj de la Budho estas tio, ke kiam suferon al ni kaŭzas niaj deziro, avido, konstanta malkontento pri nia havaĵo, kaj nia konstanta soifego al pliaj, ni devas haltigi ilin. Li volis, ke ni distingu kion ni bezonas kaj kion ni deziras, kaj strebu por la bezonaĵo, sed modifu la deziron. Li diris al ni ke nia bezono estas kontentigebla sed nia avido estas senfina - senfunda kavo. Bezono estas fundamenta kaj baza, kaj plenumbla. Ni devas labori por tio, sed ni devas malpliigi la dezirojn super la bezono. Kio estas nia vivcelo? Akiri aŭ esti kontenta kaj feliĉa?

Demando : Vi parolis pri la renaskiĝo, sed ĉu estas atesto, ke tio vere okazas?

Respondo: Estas abundaj atestoj, ke tio vere okazas, sed ni esploros pri tio pli detale iom poste.

Demando: Kio estas la Tria Sankta Vero?

Respondo: La Tria Sankta Vero eRespondo ni povas venki suferojn kaj atingi feliĉon. Ĝi eble estas la plej grava el la Kvar Sanktaj Veroj ĉar en ĝi la Budho certigis al ni, ke veraj feliĉo kaj kontento estas atingeblaj. Ni fariĝas feliĉaj kaj liberaj kiam ni forlasas senutilan avidon kaj lernas vivi je ajna momento ĉiutage ĝuante sen konstanta deziro la spertojn donacitajn de nia vivo, kaj pacience elportante malfacilaĵojn en nia vivo sen timo, malamo kaj kolero. En tiu momento, nur en tiu momento, ni ekĝuas perfektan vivon. Kiam ni ne plu klopodas por kontentigi nian propran egoisman deziron, ni trovas, ke ni havas sufiĉan tempon helpi aliulojn, por ke ili plenumu siajn bezonojn. Ni nomas tiun staton Nirvano. Ni ankaŭ liberiĝas el ĉiuj spiritaj suferoj. Ni nomas tion Fina Nirvano.

Demando : Kio aŭ kie estas Nirvano?

Respondo: Ĝi estas dimensio, kiu transcendas tempon kaj spacon, do estasRespondole ĝin priparoli aŭ eĉ pripensi. Vortoj kaj pensoj nur taŭgas por priskribi la dimension de tempo kaj spaco. Ĉar Nirvano transcendas tempon, estas nek moviĝo, nek maljuniĝo aŭ morto. Do Nirvano estas eterna. Ĉar

Nirvano transcendas spacon, ne estas kaŭzo, limo, egoismo kaj koncepto pri egoismo. Do ĝi estas senlima. La Budho ankaŭ certigis al ni, ke Nirvano estas sperto de granda feliĉo. Li diris: *Nirvano estas la plej supera feliĉo.*

Dp204

Demando: Sed ĉu estas atesto, ke tia dimensio ekzistas?

Respondo: Ne. Ne estas tia atesto. Sed ĝia ekzisto estas deduktebla. Se estas dimensio, kie tempo kaj spaco funkcias, kaj fakte estas tia dimensio- la mondo kiun ni spertas, do ni povas dedukti, ke estas dimensio, kie tempo kaj spaco ne funkcias-- Nirvano. Krome, eĉ se ni ne povas pruvi la ekziston de Nirvano, ni havas budhan instruon, ke ĝi ekzistas. Li diris al ni: "Ekzistas Nenaskiĝinto, Nefariĝinto, Nefarito, Nekomponito. Se ne ekzistus Nenaskiĝinto, Nefariĝinto, Nefarito kaj Nekomponito, ne estus liberiĝo el tio, kio estas naskiĝinta, fariĝinta, farita kaj komponita. Sed ĉar estas tia Nenaskiĝinto, Nefariĝinto, Nefarito, Nekomponito, do ni scias, ke ekzistas liberiĝo el tio naskiĝinta, fariĝinta, farita kaj komponita. Ni scios ĝis kiam ni atingas ĝin. Ni ankoraŭ devas praktiki ĝis tiam.

Demando: Kio estas la Kvara Sankta Vero?

Respondo: La Kvara Sankta Vero estas la vojo kondukanta al venko super la suferado. La vojo estas nomita la Okopa Ĝusta Vojo, kaj konsistas el Ĝusta Opinio, Ĝusta Penso, Ĝusta Parolo, Ĝusta Konduto, Ĝusta Vivmaniero, Ĝusta Klopodo, Ĝusta Zorgo kaj Ĝusta Kontemplado. Budhisma praktikado konsistas el tiuj ok aferoj ĝis ili fariĝas pli perfektaj. Vi rimarkos, ke la ŝtupoj pri la Okopa Ĝusta Vojo kovras ĉiujn aspektojn de vivo: la intelektan, la etikan, la socian, ekonomian kaj psikologian, kaj entenas ĉion, kion oni bezonas por havi bonan vivon kaj spiritan disvolviĝon.

3. Budhismo kaj la Ideo pri Dio

Demando: Ĉu budhanoj kredas je dio?

Respondo: Ne, ni ne kredas je dio. Estas kelkaj kialoj pri tio. Kiel modernaj sociologoj kaj psikologoj, la Budho kredis, ke la ideoj pri religioj, kaj precipe pri dioj, havas sian originon en timo. La Budho diras:

Kaptitaj de timo, homoj iras al sanktaj montoj, sanktaj boskoj, sanktaj arboj kaj altaroj.

DP 188

Prahomoj vivis en danĝera kaj malamika mondo, ili konstante timis pri sovaĝaj bestoj, timis ne kapabli trovi sufiĉan manĝaĵon, timis pri vundiĝo aŭ malsano kaj timis pri naturaj fenomenoj kiel tondro, fulmo kaj vulkanoj. Ĉar ili ne povis trovi sekurecon, ili kreis la ideon pri dioj por doni al si komforton en bonaj tempoj kaj kuraĝon en danĝeraj tempoj, kaj konsolon kiam eraro okazis. Ĝis hodiaŭ vi rimarkas, ke oni fariĝas pli religiemaj en krizaj tempoj. Vi aŭdas ilian diron, ke la kredo je dio aŭ dioj donas al ili forton, kiun ili bezonas por aranĝi sian vivon. Vi aŭdas ilian eksplikon, ke ili kredas je speciala dio, ĉar ili preĝas en tempo de bezono kaj iliaj deziroj estas realigitaj. Ĉio ĉi tio ŝajne alkonfirmas la instruon de la Budho, ke la dia ideo estas la

respondo al timo kaj malvenko. La Budho instruis, ke ni klopodu kompreni niajn timojn, malpliigi niajn dezirojn kaj akcepti kviete kaj kuraĝe la aferojn, kiujn ni ne kapablas ŝanĝi. Li anstataŭigis timon ne per senracia kredo, sed per racia kompreno.

La dua kialo, ke la Budho ne kredis je dio, estas tio, ke estas nenia evidenta pruvo por subteni tian ideon. Estas sennombraj religioj, kaj ili ĉiuj pretendas, ke nur ili havas la instruon de dioj en sia sankta libro, kaj nur ili komprenas la naturon de dioj, ke ilia propra dio ekzistas, kaj ke dioj de aliaj religioj ne ekzistas. Iuj pretendas, ke dio estas vira, iuj pretendas, ke dio estas virina, kaj la aliaj pretendas, ke dio estas neŭtrala. Ili ĉiuj estas kontentaj, ke estas sufiĉa pruvo pri la ekzisto de ilia dio sed ili ridas malkredeme je la pruvo uzata de aliaj religioj por pruvi la ekziston de alia dio. Tio tute ne estas mirinda, ke tiel multe da malsamaj religioj en tiel multaj landoj klopodas pruvi la ekziston de siaj dioj, kiuj ankoraŭ ne havas realan, konkretan, materialan aŭ nerefuteblan provon. Budhanoj prokrastigas la juĝojn ĝis tiaj evidentoj montriĝos al ni.

La tria kialo de la Budho ne kredi je dio estas tio, ke la kredo estas ne necesa. Iuj pretendas, ke la kredo je dio estas necesa por ekspliki la originon de la universo. Sed tio estas mala. Scienco jam tre konvinke eksplikis kiel la universo estiĝis sen mencii pri la ideo de dio. Iuj pretendas, ke kredo je dio estas necesa por ĝui feliĉan kaj signifoplenan vivon. Ni denove povas vidi, ke

tio estas mala. Estas milionoj da ateistoj kaj liberpensuloj, sen mencii pri multaj budhanoj, kiuj havas utilan, feliĉan kaj signifoplenan vivon sen kredo je dio. Iuj pretendas, ke la kredo je la potenco de dio estas necesa ĉar la homaro estas malforta kaj ne havas forton por sin helpi. La pruvo denove montras kontraŭe. Ni ofte aŭdis pri la homo, kiu venkis grandan neeblecon kaj handikapulecon, grandegan senesperon kaj malfacilaĵon per sia interna forto, per siaj propraj penoj kaj sen kredo je dio. Iuj pretendas, ke dio estas necesa por savi homon. Sed tiu argumento nur staras bone se vi akceptas la teologian koncepton de savo. Budhanoj ne akceptas tian koncepton. Surbaze de sia propra sperto, la Budho vidis, ke ĉiu homo havas kapablon purigi sian menson, disvolvi sian senfinajn amon, kompaton kaj perfektan komprenemon. Li turnis la atenton de la ĉielo al la koro kaj kuraĝigis nin trovi solvon al niaj problemoj per memkompreno.

Demando: Sed se ne estas dioj, kiel estiĝis la universo?

Respondo: Ĉiuj religioj havas mitojn kaj rakontojn, kiuj provas respondi tiun ĉi demandon. En antikvaj tempoj, kiam homo ne komprenis, tiaj mitoj estis taŭgaj, sed en la 20-a jarcento, en la epoko de fiziko, astronomio kaj geologio, tiaj mitoj jam anstataŭiĝis de scienca fakto. Scienco jam klarigis la originon de la universo sen helpo de dia ideo.

Demando: Kion diras la Budho pri la origino de la universo?

Respondo: Estas tre interese, ke la budha ekspliko de la universa origino respondas tre proksime al la vidpunkto de scienco. En la Aganna Sūtro la Budho priskribis, ke la universo estis detruita kaj denove estiĝinta en la nunan formon en la periodo de sennombraj milionoj da jaroj. La unua vivo formiĝis sur la surfaco de akvo, kaj denove post sennombraj vivoj, volviĝis de simplaj al komplikaj organismoj. Ĉiuj tiuj procezoj estas sen komenco kaj fino, kaj estas en la influo de naturaj kaŭzoj.

Demando: Vi diras, ke estas nenia pruvo por la ekzisto de dio. Sed kiel okazas mirakloj?

Respondo: Multaj homoj kredas, ke la mirakloj estas pruvo de dia ekzisto. Mi aŭdis pri senprudenta deklaro, ke resaniĝo okazas sed ni neniam gajnis sendependan pruvon de medicina oficejo aŭ kuracejo. Ni aŭdis peran raporton, ke iu estas mirakle savita el fatalaĵo, sed ni neniam akiris propraokulan pruvon de tio, kio okazus. Ni aŭdis la onidiron, ke la preĝo fortigis la malsanan korpon aŭ fortigis velkiĝintan kruron, sed ni neniam vidis X-radiojn aŭ ricevis komenton de kuracistoj aŭ flegistoj. Senprudentaj deklaroj, peraj raportoj kaj onidiroj ne estas anstataŭigo de rigora pruvo, kaj

la rigora pruvo de la mirakloj estas tre rara. Sed iam okazas aferoj neklarigeblaj kaj neatenditaj. Sed nia nekapablo pri tiaj aferoj ne povas pruvi la ekzistecon de dioj. Tio nur pruvas, ke nia scio estas ankoraŭ ne perfekta. Antaŭ la disvolviĝo de moderna medicino, kiam oni ne sciis kio kaŭzas malsanon, ili kredis, ke dio aŭ dioj donas malsanon kiel punon. Nun ni scias kio kaŭzas tiajn aferojn kaj kiam ni estas malsanaj, ni prenas medicinaĵon. En la tempo kiam nia scio pri la mondo estos pli kompleta, ni komprenos kio kaŭzas la neklarigeblan fenomenon, kiel ni nun komprenas, kio kaŭzas malsanon.

Demando: Sed tiom da homoj kredas en iuj formoj de dio, ĝi devas esti prava.

Respondo: Ne tiel. Estis tempo, kiam ĉiu kredis, ke la mondo estas ebena, sed ili ĉiuj eraris. La sumo de homoj, kiuj kredas ideon, ne povas mezuri la verecon aŭ malverecon de la ideo. La nura metodo per kiu ni povas distingi, ĉu la ideo estas vera aŭ ne, estas rigardi la faktojn kaj ekzameni la atestojn.

Demando: Se budhanoj ne kredas je dioj, je kio vi kredas?

Respondo: Ni ne kredas je dio ĉar ni kredas je homo. Ni kredas, ke ĉiu homo estas valora kaj grava, ke ĉiuj havas latentan povon por disvolviĝi en budho-- perfekta homo. Ni kredas, ke homoj povas forigi la sensciecon kaj senraciecon, kaj vidi la veran formon de aferoj. Ni kredas, ke malamo, kolero, malico kaj ĵaluzo povas esti anstataŭigitaj de amo, pacienco, malavareco kaj bonkoro. Ni kredas, ke ĉio estas en la mano de ĉiu persono, kondiĉe, ke ili klopodas laŭ la gvido kaj subteno de budhanoj kaj inspiroj de budha ekzemplo. Kiel la Budho diris: "Neniu alia savas nin krom ni mem. Neniu alia povas savi nin krom ni mem. Ni mem devas iri la vojon, sed budhoj klare gvidas la vojon.

4. La Kvin Principoj

Demando: La ideo de aliaj religioj pri ĝusteco kaj eraro venas el la dogmoj de ilia dio aŭ iliaj dioj. Vi budhanoj ne kredas je Dio, do kiel vi scias, kio estas prava kaj erara?

Respondo: Estas malbonaj ĉiuj pensoj, paroloj kaj agoj estiĝintaj el oniaj avido, malamo kaj malsaĝo, gvidantaj nin for de nirvano, kaj estas bonaj ĉiuj pensoj, paroloj kaj agoj estiĝintaj el oniaj malavido, amo kaj saĝo, helpantaj nin suriri la vojon al pura nirvano.

En la di-centraj religioj oni devas agi laŭ la ordono por scii kio estas prava aŭ erara, sed en hom-centra religio kiel budhismo oni devas disvolvi profundan memkonscion kaj memkomprenon por scii kio estas prava aŭ ne. Kaj la volo baziĝanta sur kompreno estas ĉiam pli forta ol tio, ke oni respondas al ordono.

Do por scii, kio estas prava aŭ ne, la budhanoj atentis pri tri aferoj-- la intenco, la efekto, kiun la ago donos al ni mem, kaj la efekto, kiun la ago donos al la aliaj. Se nia intenco estas bona (baziĝinta sur malavido, amo kaj saĝo), la ago helpas nin (esti pli donemaj, pli amemaj kaj pli saĝaj) kaj helpas la aliajn (esti pli donemaj, amemaj kaj saĝaj), do niaj ago kaj kondukto estas

bonaj, noblaj kaj moralaj. Certe, estas multaj diferencoj en tio. Iam ni agas kun plej bona intenco, sed nia ago profitigas nek nin mem nek la aliajn. Iam nia intenco estas malproksima de bono, sed nia ago helpas nin mem dum suferigas la aliajn. En tia kazo, nia ago estas miksaĵo de bono kaj nebono. Kiam nia intenco estas malbona kaj nia ago helpas nek nin mem nek la aliajn, tia ago estas malbona. Kaj kiam nia intenco estas bona kaj nia ago profitigas ambaŭ nin mem kaj la aliajn, tiam la konduto estas tute bona.

Demando: Do ĉu budhismo havas kodon de moralo?

Respondo: Jes, ĝi havas. La kvin principoj konsistigas la bazon de budhisma moralo. La unua principo estas eviti mortigi aŭ damaĝi vivestaĵojn. La dua estas eviti ŝteladon, la tria estas eviti seksan miskonduton, la kvara estas eviti mensogon kaj la kvina estas eviti trinki alkoholaĵon aŭ aliajn ekzaltigajn medicinaĵojn.

Demando: Sed certe estas bone mortigi iam, ekzemple, mortigi insektojn malsano-donajn, aŭ iujn, kiuj mortigos vin?

Respondo: Eble tio estus bona por vi. Sed kio okazas al tiu vivestaĵo aŭ persono? Ili deziras vivi kiel vi mem. Kiam vi decidis mortigi malsano-donan

insekton, via intenco eble estas miksaĵo de memzorgo (bona) kaj venĝo (malbona). La ago profitigas vin mem (bona) sed evidente ne profitigas tiun vivestaĵon (malbona). Do iam eble necesas mortigi, sed tio neniam estas tute bona.

Demando: Vi budhanoj tro zorgas pri fomikoj kaj aliaj insektoj.

Respondo: Budhanoj strebas disvolvi kompatemon sendistingan kaj ĉioentenan. Ili rigardis la mondon kiel unuecan tuton, kie ĉiu afero kaj vivestaĵo havas sian pozicion kaj funkcion. Ili kredas, ke antaŭ ol detrui aŭ ĝeni la delikatan ekvilibron de la naturo, ni devas esti atentema. Nur rigardu tiujn kulturojn, en kiu oni emfazas eksploti naturon ĝisplene, suĉi lastan sukcon de ĝi, remeti nenion al ĝi, konkeri kaj subigi ĝin. Naturo jam kontraŭstaris, la aero veneniĝis, la riveroj poluciiĝis kaj sekiĝis, tiel multaj specoj de belaj bestoj malestiĝis, la montdelikvoj dezertiĝis kaj erodiciĝis. Eĉ la klimato ŝanĝiĝis. Se oni iom zorgus pri la detruado kaj mortigado, tiu terura situacio eble ne okazus. Ni ĉiuj devas pene disvolvi iom da respekto por vivestaĵo. Kaj tio estas la afero instruata en la unua principo.

Demando: La tria principo diras, ke ni devas eviti seksan miskonduton. Kio estas seksa miskonduto?

Respondo: Se ni uzas artifikon kaj perforton por igi iun seksumi kun ni, tio estas seksa miskonduto. Adulto ankaŭ estas formo de seksa miskonduto, ĉar kiam ni edziĝas, ni promesas al niaj edzinoj, ke ni estos lojalaj al ili. Kiam ni faras adulton, ni rompas la promeson kaj perfidas ilian fidon. Sekskuniĝo devas esti esprimo de amo kaj intimeco inter du homoj, kaj kiam ĝi estas, ĝi kontribuas al niaj mensa kaj emocia bonfartoj.

Demando: Ĉu sekskuniĝo antaŭ la geedziĝo estas speco de seksa miskonduto?

Respondo: Ne, nur se estas amo kaj reciproka konsento inter du homoj. Sed ne forgesu, ke la biologia funkcio de sekskuniĝo estas generado, kaj se needziniĝinta virino gravediĝos, tio okazigos multe da problemoj. Multaj maturaj kaj pensemaj homoj opinias, ke estas pli bone forlasi sekskuniĝon ĝis la geedziĝo.

Demando: Sed kio estas pri mensogo? Ĉu estas eble, ke oni vivas sen mensogo?

Respondo: Se oni vere ne eblas sin vivteni en socio aŭ komerco sen mensogo, ni devas ŝanĝi tian staton abomenindan kaj koruptan. La budhanoj estas tiuj, kiuj klopodas fari ion praktikan pri la problemoj per strebo pli vereca kaj honesta.

Demando: Kia estas pri alkoholaĵo? Cetere iometa drinkado ne estas malboniga.

Demando: Oni ne drinkas nur por gustumi. Kiam oni drinkas solaj, ilia celo estas serĉi malpliigon de streciĝo kaj kiam oni drinkas socie, la celo kutime estas serĉi komforton. Eĉ malgranda sumo de alkoholaĵo misigas onian konsciencon kaj konfuzas onian mematentecon. Se oni drinkas multe, ĝia efekto povas esti detruanta.

Demando: Sed iometa drinkado ne vere rompas la principon, ĉu ne?

Tio nur estas malgranda afero.

Respondo: Jes, tio estas nur malgranda afero, sed se vi ne povas praktiki eĉ malgrandan aferon, via promeso kaj racio ne estas tre fortaj, ĉu?

Demando: La kvin principoj estas negativaj. Ili sciigas al vi, kion vi ne faru, sed ili ne diras al vi, kion vi faru.

Respondo: La kvin principoj estas bazo de budhisma moralo. Ili ne estas ĉio. Ni komencas per rekono al nia malbona konduto kaj strebe ĉesigi ĝin. Tio estas la celo de la kvin principoj. Post kiam ni ne plu faras la malbonan, mi komencos fari la bonan. Ni prenu paroladon kiel ekzemplon. La budho diras, ke ni devas komenci per evito de mensogo. Poste, ni povos diri verecon, paroli ĝentile, milde, kaj konvene. Li diras:

"Rezigninte mensogon, li fariĝas parolanto de la vero, fidinda, ĝusta kaj dependebla. Li ne trompas la mondon. Rezigninte malican parolon li ne ripetas tiean aŭdon ĉi tie, nek ripetas ĉitiean aŭdon tie por kaŭzi malamon inter homoj. Li kunigas la dividitajn kaj pli proksimigas tiujn, kiu jam estas amikoj. Harmonio estas lia ĝojo, harmonio estas lia plaĉo kaj harmonio estas lia amo. Tio estas la motivo de lia parolado. Post kiam li rezignis krudan

paroladon, lia parolo estas sensuferiga, plaĉa al oreloj, harmonia al koroj, ŝatata de plejparte da homoj. Rezninte senutilan babiladon, li parolas konvene, kio estas trafa pri dharmo kaj principo. Li parolas vortojn valorajn, rezonablajn, konvenajn kaj trafajn.."

MI 179

5. Renaskiĝo

Demando: De kie homo venas kaj kien li iras?

Respondo: Estas eble tri respondoj al la demando. Tiuj kredantaj dion aŭ diojn kutime deklaras, ke homo ne ekzistas antaŭ ol li estas kreita. Poste li estiĝas laŭ la volo de dio. Li pasigas sian vivon, kaj poste iras al eterna ĉielo aŭ infero laŭ siaj kredo kaj konduto dum sia vivo. Estas aliaj humanistoj kaj sciencistoj, kiuj deklaras, ke homo venas je koncepto pro la natura kaŭzo, vivas kaj poste mortas, lia ekzistado ĉesas. Budhismo akceptas neniun el tiuj eksplikoj. La unua deklaro kaŭzas multajn etikajn problemojn. Se bona dio vere kreas ĉiun el ni, estas malfacile ekspliki, kial tiom multaj homoj naskiĝas kun teruraj kriplaĵoj, aŭ kial tiom multaj infanoj estas abortitaj antaŭ kaj dum sia naskiĝo. Alia problemo pri la teista ekspliko estas, ke ŝajne maljuste, ke homoj devas suferi eternan doloron en la infero pro tio, kion li faris en nur 60 aŭ 70 jaroj en la homa mondo. La malkredo kaj kulpo de 60 aŭ 70 jaroj ne taŭgas por eterna torturo. Same, 60- aŭ 70-jaraj bonkondutoj estas tre malmulta elspezo por eterna feliĉo en la ĉielo. La alia ekspliko estas multe pli bona ol la unua, kaj havas pli da scienca atestaĵo por subteni ĝin, tamen ĝi ankoraŭ lasas kelkajn gravajn demandojn ne responditajn. Kiel la fenomeno

tiel mirige kompleksa kiel konscienco disvolviĝas de la kuniĝo el du ĉeloj, la spermo kaj ovo? Nun la parapsikologio jam fariĝis konata branĉo de scienco, do fenomeno kiel telepatio estas des pli malfacile konvena en la materialista modelo de la menso.

Budhismo proponas plej kontentigan eksplikon, de kie homo venas kaj kien li iras. Kiam ni mortas, la menso kun ĉiuj tendencoj, preferoj, kapabloj kaj karakteroj estiĝintaj kaj disvolviĝintaj en tiu ĉi vivo denove sin estigis en la fekundiĝinta ovo. Tiel la individuo kreskas, renaskiĝas kaj disvolvas personecon baziĝinte sur la kondiĉo de mensaj karakteroj kaj kunportita kaj kreita per nova cirkonstanco. La personeco ŝanĝiĝos kaj estos modifita de konsciencia strebo kaj kondicaj faktoroj kiel edukado, kaj influo de gepatroj kaj la socio. Post la morto, ĝi denove sin estigas en nova fekundiĝinta ovo. Tiu ĉi proceso de morto kaj renaskiĝo daŭras ĝis kiam ĉesos la kaŭzaj kondiĉoj, kiuj estas avido kaj malsaĝo. Kiam oni tiel agos, anstataŭ la renaskiĝo, la menso atingos staton nomatan nirvano, kiu estas la plej supera celo de budhismo kaj la celo de la vivo.

Demando: Kiel menso iras de unu korpo al alia?

Respondo: Pensu pri ĝi kiel la radiaj ondoj. La radiaj ondoj estas faritaj ne el vortoj kaj muzikoj, sed el energio je diferencaj frekvencoj. Transsendite,

ili pasas tra la spaco, kaj estas ricevataj de radioaparato, kiu dissendas ilin kiel vortojn kaj muzikon. Tio estas sama kiel la menso. Je onia morto, la mensa energio vojaĝas tra la spaco, kaj estas sorbita kaj ricevita de fekundiĝinta ovo. Dum la kreskiĝo de la feto, ĝi centriĝas en ties cerbo, de kie ĝi poste "elsendiĝos" kiel la nova personeco.

Demando: Ĉu oni ĉiam renaskiĝas kiel homo?

Respondo: Ne. Estas kelkaj regnoj en kiuj oni povas renaskiĝi. Iuj homoj naskiĝas en ĉielo, iuj naskiĝas en infero, iuj naskiĝas kiel malsataj spiritoj, kaj tiel plu. Ĉielo estas ne konkreta loko, sed stato de ekzisteco, kie oni havas subtilan korpon kaj mense spertas ĉefe plezuron. Iuj religioj klopodas diligente por renaskiĝi en ĉiela ekzisteco, erare kredante, ke ĝi estas ĉiama loko. Sed ĝi ne estas tia. Kiel aliaj laŭkondiĉaj statoj, ĝi estas efemera. Kiam ies vivo finiĝas, li denove renaskiĝas kiel la aliaj. Infero same estas ne konkreta loko, sed stato de ekzisteco, kie oni havas subtilan korpon kaj mense spertas ĉefe maltrankvilon kaj suferon. Estado de malsata spirito denove estas stato de ekzisteco, kie la korpo estas subtila kaj la menso senĉese suferas de avido kaj malkontenteco.

Do ĉielaj vivestaĵoj spertas ĉefe plezuron, inferaj vivestaĵoj kaj spiritoj ĉefe doloron, kaj homaj vivestaĵoj kutime spertas miksaĵon de ambaŭ feliĉo

kaj doloro. Do la ĉefa diferenco inter homa mondo kaj aliaj regnoj de vivestaĵoj estas la korpa formo kaj kvalito de ekzisteco.

Demando: Kio decidus, kie ni renaskiĝos?

Respondo: La plej grava faktoro, sed ne la ununura, estas karmo, kiu influas kie ni renaskiĝos kaj kian vivspecon ni havos. La vorto Karmo signifas 'rezulton' estiĝintan el nia ago de interna menso. En aliaj vortoj, nia nuna stato estas decidita ĉefe de niaj penso kaj ago en la estinteco. Same, kion ni pensas kaj agas nun influas tion, kio ni estos en la futuro.

Homo ĝentila kaj amema kutime renaskiĝas en ĉiela regno aŭ kiel homo kiu havas avantaĝon de pleruzaj spertoj. La maltrankvila, malhonora kaj tre kruela homo kutime renaskiĝas en infera regno aŭ kiel homo, kiu havas tendencon de doloraj spertoj. La homo, kiu disvolvas neniam-kontentigeble fortan avidon, frenezajn dezirojn kaj brulantajn ambiciojn kutime renaskiĝas kiel malsata spirito, aŭ kiel homo turmentita de avido kaj deziro. Ĉiu ajn mensa kutimo forte disvolviĝinta en tiu ĉi vivo daŭras en la sekva vivo. Do multaj homoj renaskiĝas kiel homoj.

Demando: Do ni ne estas deciditaj de nia karmo. Ni povas ŝanĝi ĝin.

Respondo: Jes, certe ni povas. Jen kial unu el la ŝtupoj de Okopa Ĝusta Vojo estas ĝusta klopodo. Ĝi dependas de nia sincereco, kiom da energio ni uzas kaj kiom forta la kutimo estas. Sed estas vero, ke iuj homoj simple pasigas sian vivon sub la influo de siaj estintaj kutimoj, ne klopodas por ŝanĝi ilin, kaj fine fariĝos viktimoj de tiuj malplezuraj rezultoj. Tiuj homoj daŭre suferos ĝis ili ŝanĝos siajn negativajn kutimojn. Ju pli longe restas la negativaj kutimoj, despli malfacile ili estas ŝanĝeblaj. La budhano komprenas tion kaj utiligas ĉiujn oportunojn por rompi la mensajn kutimojn, kiuj havas malplezurajn rezultojn, kaj disvolvas mensajn kutimojn, kiuj havas plezurajn kaj feliĉajn rezultojn. Meditado estas unu el la teknikoj uzataj por modifi la kutimon de la menso kiel fari paroladon aŭ malhelpi paroladon, fari agon aŭ malhelpi agon laŭ certaj metodoj. La tuta budhana vivo estas sin trejni purigi kaj liberigi la menson. Ekzemple, se ĝentileco kaj bonkoreco estis evidentaj partoj de via karaktero en via antaŭa vivo, tiaj tendencoj reestiĝis en tiu ĉi vivo. Se ili fortiĝas kaj disvolviĝas en la nuna vivo, ili reestiĝos eĉ pli fortaj kaj evidentaj en la estonta vivo. Tio estas baziĝinta sur simpla kaj observebla fakto, ke longe estiĝintaj kutimaj tendencoj estas malfacile rompiĝeblaj.

Nun, kiam vi estas pacienca kaj bonkora, vi estas malfacile influata de aliaj, vi ne havas rankoron, oni ŝatas vin, kaj tiel viaj spertoj kutime estas pli feliĉaj.

Nun ni prenu alian ekzemplon. Ni supozu, ke vi naskiĝis kun tendenco pacienca kaj bonkora pro viaj mensaj kutimoj en la pasinta vivo. Sed en la nuna vivo, vi ignoras forigi kaj disvolvi tiajn tendencojn. Ili iom post iom malfortiĝos, malaperos kaj eble tute malestos en la futura vivo. Tiel pacienco kaj bonkoreco pli kaj pli malfortiĝos eble en tiu ĉi aŭ sekva vivo, malpacienco, kolero kaj kruelo kreskos kaj disvolviĝos, alkondukante ĉiujn malplezurajn spertojn, kiujn tiuj sintenoj kreas. Ni prenu lastan ekzemplon. Ni supozu, ke pro viaj mensaj kutimoj en la pasinta vivo, vi vivas en nuna tempo kun tendenco malpacienca kaj kolerema, kaj vi konscias, ke tiaj kutimoj kaŭzos al vi malplezurojn, do vi klopodas ŝanĝi ilin. Vi anstataŭigos ilin aktive. Se vi povos forigi ilin komplete, kio estas eble se vi klopodos, vi liberiĝos de tiuj malplezuroj kaŭzitaj pro la malpacienco kaj kolero. Se vi nur povas malfortigi tiajn tendencojn, ili reaperos en la sekva vivo, kie per iom pli granda klopodo vi povos tute forigi ilin, kaj vi estos liberigita el iliaj malplezuraj efektoj.

Demando: Vi jam parolis multe pri renaskiĝo, sed ĉu estas ajna atestaĵo, ke ni renaskiĝas post kiam ni mortas?

Respondo: Ne nur estas scienca atestaĵo subtenanta la budhisman kredon pri renaskiĝo, ĝi ankaŭ estas la nura postviva teorio, kiu havas multajn atestaĵojn por subteni la kredon pri renaskiĝo. Estas ne peceto da atestaĵo por provi, ke ekzistas ĉielo, kaj certe ankaŭ mankas la atestaĵo de neiĝo je la morto. Sed dum la lastaj 30 jaroj parapsikologoj jam pristudis raportojn, ke iuj homoj havis vivecajn memorojn pri siaj antaŭaj vivoj. Ekzemple en anglujo kvinjara knabino diris, ke ŝi povas memori siajn "aliajn gepatrojn" kaj ŝi parolis vivece pri tio, kio aŭdiĝis kiel la okazaĵoj en la vivo de alia persono. Parapsikologoj vizitis ŝin kaj ili prezentis centojn da demandoj, kiujn ŝi respondis. Ŝi diris, ke ŝi vivis en speciala vilaĝo ŝajne en Hispanio. Ŝi informis pri la nomo de la vilaĝo, la nomo de la strato, sur kiu ŝi loĝis, la nomoj de siaj najbaroj kaj detaloj pri siaj tieaj ĉiutagaj vivoj. Ŝi larmoplene parolis, kiel ŝi estis trafita de aŭto kaj mortis de la vundo post du tagoj. Kiam oni kontrolis la detalojn, ili trovis, ke la okazaĵoj estis precizaj. Estis vilaĝo en Hispanio kun la nomo informita de la kvin-jara knabino. Estis domo de la formo kiun ŝi jam priskribis, sur la strato, kiun ŝi nomis. Krome oni trovis, ke 23-jara virino vivanta en tiu domo mortis de trafika akcidento antaŭ kvin jaroj. Nun kiel la kvinjara knabino vivanta en anglujo kaj neniam

vizitinta hispanion eble scias ĉiujn tiujn detalaĵojn? Kaj certe tio ne estas la nura kazo en tiu formo. Profesoro Ian Stevenson de la Departemento pri Psikologio de Virginina Universitato jam priskribis dekojn da kazoj de tiu formo en siaj libroj. Li estis fidinda sciencisto, kies 25-jara pristudado pri homoj, kiuj memoras siajn antaŭajn vivojn, estas forta atestaĵo por budhisma instruo pri la renaskiĝo*.

* legu "Twenty Cases Suggestive of Reincarnation and Cases of Reincarnation Type", University Press of Virginina, Charlottesville USA 1975.

Demando: Iuj eble diris, ke la tiel nomataj kapabloj rememori antaŭajn vivojn estas magio de demonoj.

Respondo: Vi simple ne devas rifuzi ĉion ne konvenan al via kredo kiel magion de demonoj. Kiam oni prezentas konkretajn faktojn por subteni la ideon, se vi volas kontraŭi ilin, vi devas uzi raciajn kaj logikajn argumentojn anstataŭ malracian kaj superstiĉan parolon pri demonoj.

Demando: Vi diris, ke parolo pri demonoj estas superstiĉo, sed ĉu parolo pri renaskiĝo ankaŭ ne estas iom da superstiĉo?

Respondo: La vortaro difinas "Superstiĉon" kiel kredon, kiu ne baziĝas sur racio kaj fakto, sed sur kombinaĵo de ideo kiel magio. Se vi povas montri al mi atenteman pristudon pri ekzisteco de demonoj verkitaj de sciencistoj, mi agnoskos, ke kredo al demono ne estas superstiĉo. Sed mi neniam aŭdis pri pristudoj pri demonoj; sciencistoj simple ne volas sin ĝeni por pristudi tiajn aferojn, do mi diras, ke ne estas atestaĵo pri la ekzisto de demonoj. Sed kiel ni jam vidis, ke estas atestaĵo, kiu sugestas, ke la renaskiĝo okazas. Do se kredo pri renaskiĝo estas baziĝinta sur almenaŭ iom da faktoj, ĝi ne estas superstiĉo.

Demando: Bone. Ĉu estas iuj sciencistoj, kiuj kredas pri renaskiĝo?

Respondo: Jes. Thomas Huxley, kiu respondecis pri enkondukigo de scienco en la 19-an jarcentan britan lernejan sistemon, kaj kiu estis la unua sciencisto defendi teoriojn de Darvino, kredis, ke reenkarnejo estis treege verŝajna ideo. En sia fama libro *Evolution and Ethics and other Essays*, li diras:

En la doktrino de animtransmigrado, malgraŭ kio estis ĝia deveno, Brahmana kaj Budhana konjektoj trovis facile atingeblan rimedon konstrui verŝajnan pravigon de la vojo de la kosmo al homo ... Tamen ĉi tiu pledo de pravigo ne malpli verŝajnas ol aliaj; kaj neniuj krom tre hastemaj pensuloj malakceptos ĝin surbaze de denaska absurdaĵo. Samkiel la doktrino de evoluado, la doktrino de transmigrado havas siajn radikojn en la reala mondo; kaj ĝi povus postuli tian subtenon ĉar oni povas provizi la grandan argumenton de analogio.

Poste, Profesoro Gustaf Stromberg, la fama Sveda astronomo, fizikisto kaj amiko de Einstein ankaŭ trovis la ideon de renaskiĝo interesa.

Diferencas la opinioj, ĉu homaj animoj povas reenkarniĝi sur la tero. En 1936 registaraj respondeculoj en Barato plene enketis kaj raportis interesan kazon. Fraŭlino (Shanti Devi de Delhio) povis precize paroli pri sia antaŭa vivo (ĉe Muttra, kvincent mejlojn de Delhio), kiu finiĝis en unu jaro antaŭ ŝia "dua naskiĝo". Ŝi donis la nomojn de siaj edzo kaj infano kaj parolis pri siaj hejmo kaj vivhistorio. La prienketa komitato kondukis ŝin al ŝiaj eksaj parencoj, kiuj konfirmis ĉiujn ŝiajn dirojn. Inter tiuj en Barato la reenkarniĝoj estas konsiderataj ordinaraj; la miriga afero por ili en ĉi tiu kazo estis la granda nombro da faktoj, kiujn la fraŭlino memoris. Ĉi tiu kaj similaj kazoj povas esti konsiderataj kiel suplementaj atestaĵoj por la teorio de la nedetruigebleco de memoro.

Profesoro Julian Huxley, la eminenta Brita sciencisto, kiu estis Ĝenerala Direktoro de UNESKO, kredis, ke renaskiĝo tre konkordas kun sciencaj pensoj.

Estas nenio kontraŭ la konstante supervivanta spirita individuo, kiu iamaniere ellasiĝas ĉe morto sendube kiel radia mesaĝo elsendita de elsendaparato funkcia en la speciala metodo. Sed oni devas memori, ke la radia mesaĝo nur denove konvertiĝas en mesaĝon kiam ĝi ekkontaktas la ricevilon, la novan materialan strukturon. Eble same estas nia spirita eliĝo. Ĝi neniam pensos aŭ sentos malutilecon denove enkorpiĝi. Niaj personecoj basiĝas sur la korpo, kaj estas neeble pripensi supervivon, kiu estus en iu vera persona senso sen korpo iaspeca... Mi povas pripensi ke io eligita portus la saman rilaton al viroj kaj virinoj kiel senkabla mesaĝo al la elsenda aparato; sed tiuokaze la mortintoj, ĝis nun kiel oni povas vidi, estas nenio krom tumultoj de malsamaj skemoj vagantaj tra la universo ĝis ili revenos al realeco de konscio per ekkontaktado al io, kiu povus funkcii kiel ricevaparato por menso.

Eĉ tre praktikaj kaj realismaj homoj kiel la usona industriisto Henry Ford trovis la ideon aŭ renaskiĝon akceptebla. Ford interesiĝis pri la ideo de renaskiĝo ĉar malsame al la teisma ideo aŭ la materialisma ideo, la renaskiĝo donas al vi duan ŝancon disvolvi vin mem. Henry Ford diras :

Mi adoptis la teorion de reenarkiĝo kiam mi estis dudek-ses-jara. Religio donis al mi nenion trafan. Eĉ laboro ne povis doni al mi kompletan kontentecon. Laboro estas vana se ni en la sekva vivo ne povas utiligi la sperton, kiun ni kolektas en unu vivo. Kiam mi eltrovis Reenarkiĝon, kiel mi trovas universalan planon, mi konsciis, ke estas ŝanco ellabori miajn ideojn. Tempo jam ne plu estas limigita. Mi jam ne plu estas sklavo de la montriloj de la horloĝo. Genio havas saman signifon de sperto. Iuj ŝajne opinias, ke ĝi estas inteligenteco kaj talento, sed ĝi estas la frukto de longa sperto en multaj vivoj. Iuj estas pli maljunaj ol la aliaj, kaj sekve ili scias pli multe... La eltrovo de reenarkiĝo faris mian menson trankvila... Se vi konservos la rekordon de ĉi tiu konversacio, priskribu ĝin por ke ĝi trankviligu viajn mensojn. Mi volas komuniki al aliuloj la trankvilecon, kiun la longa vidpunkto de vivo donas al ni.

Do la Budhaj instruoj de renarkiĝo efektive havas iujn sciencajn atestaĵojn por sin subteni. Ĝi estas logike konsekvenca kaj aktive respondas la demandojn, je kiuj teisma kaj la materialisma teorioj ne sukcesis. Tiu estas pli malbone ol vivteorio, kiu donas al vi neniun alian ŝancon, nek oportunon por modifi la eraron faritan de ni en tiu ĉi vivo, kaj ne tempon por plue disvolvi la spertojn kaj kapablojn estigitajn de ni en tiu ĉi vivo. Sed laŭ la Budho, se vi ne atingas nirvanon en ĉi tiu vivo, vi havos la ŝancon por provi denove en la sekva fojo. Se vi faras erarojn en ĉi tiu vivo, vi povos ĝustigi vin

en la sekva vivo. Efektive vi povos lerni de viaj eraroj. Tion, kion vi ne povas
fari aŭ atingi en ĉi tiu vivo, verŝajne vi povos fari en la sekva vivo. Kia
mirinda instruo!

6. Meditado

Demando: Kio estas meditado?

Respondo: Meditado estas konscia klopodo por ŝanĝi mansan labormanieron. La Pali-vorto por meditado estas 'bhavana' kiu signifas 'kreskigi' aŭ 'disvolvi'.

Demando: Ĉu meditado estas grava?

Respondo: Jes, ĝi estas grava. Malgraŭ kiom ni deziras esti bonaj, se ni ne povas ŝanĝi la deziron, kiu faras nin agi laŭ nia antaŭa kutimo, la ŝanĝo estos malfacila. Ekzemple iu konsciis, ke li estas malpacienca kun sia edzino, kaj li promesis al si mem, "Ekde nun mi ne estos tiel malpacienca." Sed post horo li kriis al sia edzino simple senatendite ĉar malpacienco jam leviĝis sen lia konscio. Meditado helpas disvolvi konscion kaj energion bezonatajn por konverti la enradikiĝintan mensan kutimon.

Demando: Mi aŭdis, ke meditado povas esti danĝera, ĉu vere?

Demando: Ni bezonas salon por vivo. Sed se vi manĝus kilogramon da salo, vi perdus la vivon. Vi bezonas aŭton vivante en la moderna mondo, sed se vi ne sekvas la trafikajn regulojn aŭ stiras la aŭton en ebrieco, la aŭto fariĝas danĝera maŝino. Same, meditado estas fundamento por niaj mensa saneco kaj bonfarteco, sed se vi praktikus ĝin en malsaĝa maniero, ĝi povus kaŭzi problemojn. Iuj havas malsanon kiel deprimatecon, senracian timon aŭ skizofrenion, ili opinias, ke meditado estas tuja kuracmetodo por ilia malsano, ili ekmeditas kaj iam ilia malsano des pli graviĝos. Se vi suferas de tia malsano, vi devas serĉi profesion helpon, kaj ekpraktiku meditado post via resaniĝo. Iuj agas ekster sia kapablo, ili praktikas meditado, kaj anstataŭ tion fari iom post iom kaj ŝtupon post ŝtupo, ili meditas kun tro multe da energio por longa tempo kaj baldaŭ ili laciĝos. Sed eble plej multaj problemoj en meditadoj estas kaŭzitaj de "Kangurua Meditado". Iuj iras al instruisto kaj praktikas lian meditan teknikon por momento, poste ili legas ion en libro kaj decidas provi ties teknikon, post semajno fama instruisto por meditado vizitas la urbon, kaj tiel ili decidas kombini lian ideon en siajn praktikojn, kaj post nelonge ili senespere konfuziĝos. Estas eraro saltante kiel kanguro de unu instruisto al alia aŭ de unu medita tekniko al alia. Sed se vi havas nenian severan mensan problemon, kaj vi ekpraktikas meditado kaj praktikas ĝin senteme, tio estas unu el la plej bonaj aferoj, kiujn vi povas fari por vi mem.

Demando: Kiom da meditmetodoj estas?

Respondo: La budho instruis multajn malsamajn meditmetodojn, el kiuj ĉiu desegnis por solvi specialan problemon aŭ disvolvi specialan psikologian staton. Sed la du plej komunaj kaj utilaj meditmetodoj estas Atento al Spirado (anapana sati) kaj Amema Meditado (meta bhavana).

Demando: Se mi volas praktiki Atenton al Spirado, kiel mi tion faru?

Respondo: Vi devas sekvi tiujn facilajn ŝtupojn: loko, pozicio, praktiko kaj problemo. Unue trovu taŭgan lokon, eble ĉambron kie estas ne tro brue kaj vi ne facile ĝeniĝas. Due, sidu en komforta pozicio. La bona pozicio estas sidi kun viaj kruroj krucitaj, kun kapkuŝeno sub viaj sidvangoj, kun la dorso rektiĝanta, manoj sur la kruroj kaj okuloj fermitaj. Krome vi povas sidi en seĝo rektigante vian dorson tiel longe kiel vi povas. Poste estas aktuala praktiko. Kiam vi sidas kviete kun viaj okuloj fermitaj, koncentru vian atenton sur la enspira kaj elspira movoj de la spirado. Vi povas tion fari per nombrado de spiroj aŭ enrigardo al la leviĝo kaj malleviĝo de la ventro. Dum via praktikado certaj problemoj kaj malfacilaĵoj eble estiĝas. Vi eble spertas ĝenan jukon sur la korpo aŭ malkomfortecon en viaj genuoj. Se tio okazas, malstreĉu vian korpon senmove kaj metu vian atenton sur la spiradon. Vi eble

havas multajn entrudiĝantajn pensojn venantajn en vian menson kaj altirantajn vian atenton for de la spirado. La nura metodo por vi fari kontraŭ tiu problemo estas pacience koncentri vian atenton sur la spirado. Se vi daŭre faras tion, la hazardaj pensoj malfortiĝos, via koncentrado pli kaj pli fortiĝos kaj vi havos momenton de profundaj mensa kvieteco kaj interna paco.

Demando: Kiom longe mi devas mediti?

Respondo: Estas bone, ke vi praktiku meditadon 15 minutojn ĉiutage por semajno, kaj poste plilongigu la tempon je 5 minutoj ĉiusemajne ĝis vi meditas por 45 minutoj. Post kelkaj semajnoj de regula ĉiutaga meditado vi ekrimarkos, ke via koncentriĝo pli boniĝas, estas malpli da pensoj kaj vi havas momenton de veraj paco kaj trankvileco.

Demando: Kio estas Amema Meditado? Kiel oni praktiku ĝin?

Respondo: Kiam vi kutimiĝas al Atento al Spirado kaj praktikas ĝin regule, vi povas ekpraktiki Ameman Meditadon. Vi devas fari tion du- aŭ trifoje ĉiusemajne post kiam vi finis la praktikadon de Atento al Spirado. Unue koncentru vian atenton sur vin mem kaj diru al vi vortojn kiel "Mi estu bonfarta kaj feliĉa. Mi estu paca kaj kvietita. Mi estu proktektata en danĝeroj.

Mia menso estu libera de malamo. Mia koro estu plena de amo. Mi estu bonfarta kaj feliĉa." Poste unu post unu pensu la amatajn personojn kiel neŭtralajn personojn, kiujn vi nek amas nek malamas, kaj fine pensu ĉiujn malamatajn personojn kiel la neŭtralajn esperante, ke ĉiu el ili estu tiel bonfarta kiel vi mem kaj aliaj.

Demando: Kio estas la profito de tiu speca meditado?

Respondo: Se vi praktikas Ameman Meditadon regule kaj kun ĝusta sinteno, vi trovos tre pozitivajn ŝanĝojn okazintajn en vi mem. Vi trovos, ke vi estas pli akceptema kaj indulgema kontraŭ vi mem. Vi trovos, ke pliiĝis viaj sentoj al la amataj. Vi trovos, ke vi amikiĝas kun tiuj, pri kiuj vi kutime ne interesiĝis kaj zorgis, kaj vi trovos, ke malpliiĝis kaj eble malaperis la malamo aŭ malbona deziro kontraŭ iuj personoj. Iam se vi scias, ke iu estas malsana, malfeliĉa aŭ renkontis malfacilaĵojn, vi povas aldoni ilin en vian meditadon kaj ofte vi trovos, ke ilia situacio pliboniĝas.

Demando: Kiel tio eblas?

Respondo: Se ni ĝuste disvolvas la menson, ĝi estas tre potenca instrumento. Se ni povas lerni kiel koncentri nian mensan energion kaj sendas ĝin al aliaj, ĝi donas efekton sur ilin. Eble vi spertis tion. Se en homplena ĉambro vi sentas iun rigardanta vin, vi vin turnas kaj vere trovas, ke iu rigardas vin. La okazaĵo estas, ke vi perceptas la mensan energion de alia persono. Amema Meditado estas simila. Se ni aktive aplikas nian mensan energion al la aliaj, ĝi iom post iom transformas ilin.

Demando: Ĉu mi bezonas instruiston por lerni meditado?

Respondo: Instruisto ne estas absolute bezonata, sed helpas la persona gvideco de iu, kiu estas lerta pri meditado. Malfeliĉe, iuj monaĥoj kaj laikaj homoj sin pretendas kiel instruiston de meditado kiam li ne scias kion ili faras. Provu trovi instruiston, kiu havas bonan reputacion kaj stabilan personecon, kaj firme persistas budhajn instruojn.

Demando: Mi aŭdis, ke la meditado estas vaste uzata hodiaŭ de psikiatroj kaj psikologoj, ĉu vere?

Respondo: Jes, vere. Nun meditado estas akceptita pro tio, ke ĝi havas altan kuracan funkcion al menso kaj uzata de multaj profesiaj menssanigaj laborantoj por helpi indukti malstreĉiĝon, resanigi fobion kaj estigi memkonscion. La budhaj vidoj en la homa menso helpas tiel multe da homoj hodiaŭ kiel en la antikveco.

7. Saĝo kaj Kompatemo

Demando: Mi ofte aŭdis, ke budhanoj parolas pri saĝo kaj kompatemo. Kion signifas la du terminoj?

Respondo: Iuj religioj kredas, ke kompatemo aŭ amo (la du estas tre similaj) estas la plej grava spirita kvalito, sed ili forgesis disvolvi sian saĝon. La rezulto estas, ke ili finiĝas kiel bonkora malsaĝulo, tre bonkora persono, sed kun malgranda aŭ nenia komprenemo. Aliaj sistemoj de penso kiel scienco kredas, ke saĝo povas plejgrande disvolviĝi kiam foriĝas ĉiuj emocioj, inkluzive kompatemo.

La rezulto esas, ke scienco tendencas pri atenti la rezultojn, kaj forgesas, ke la celo de scienco estas servi homojn sed ne administri kaj regi homojn. Alie kiel la sciencistoj elpruntis sian sperton por disvolvi nuklean bombon, mikroban batalon kaj la vivon. Religio ĉiam rigardas racion kaj saĝon kiel la malamikojn de emocioj ekzemple de amo kaj fido. Scienco ĉiam rigardas emociojn ekzemple de amo kaj fido kiel malamikojn de racio kaj objektiveco. Certe religio kadukiĝas kun la progreso de scienco. Aliflanke Budhismo instruas al ni ke necesas individueco balanciĝa kaj kompleta. Vi devas disvolvi ambaŭ saĝon kaj kompatemon, ĉar Budhismo ne estas dogma, sed basiĝinta sur spertoj, kaj ĝi timas nenion de scienco.

Demando: Do laŭ budhismo, kio estas saĝo?

Respondo: La plej alta saĝo estis la vido, ke ĉiuj fenomenoj en la realeco estas ne kompletaj, efemeraj kaj ne individuaj. Tiu kompreno estas tute liberiga, kaj kondukas al granda sekureco kaj feliĉo, kio estas nomata Nirvano. Sed la Budho ne parolis tro multe pri tiu ĉi nivelo de saĝo. Se ni simple kredas onian instruon al ni, tio ne estas saĝo. Vera saĝo estas rekte vidi kaj kompreni per ni mem. Sur tiu ĉi nivelo, la saĝo estas teni malferman menson anstataŭ la ferman; aŭskulti alies vidpunktojn anstataŭ esti obstina; atenteme esplori la faktojn kontraŭajn al niaj kredoj anstataŭ kaŝi niajn kapojn en sablojn; esti objektiva anstataŭ esti antaŭjuĝa kaj subjektiva; elspezi tempon por formi niajn opiniojn kaj kredojn anstataŭ nur akcepti la unuan aŭ plej emocian aferojn donitajn al ni; kaj ĉiam esti preta ŝanĝi niajn kredojn se faktoj kontraŭaj aperas antaŭ ni. Tiu, kiu tion faras, certe estas saĝa kaj atingas la veran komprenon. Estas facila la vojo nur kompreni tion, kion oni diris al vi. La budhista vojo bezonas kuraĝon, paciencon, flekseblecon kaj inteligentecon.

Demando: Mi opinias, ke malmultaj homoj povas tion fari. Do kio estas la vidpunkto de Budhismo se nur malmultaj povas praktiki ĝin?

Respondo: Estas vero, ke ne ĉiuj estas jam pretaj por budhismo. Sed estas ridinde diri, ke ni instruas religion falsan kaj facile kompreneblan por ke ĉiuj povu praktiki ĝin. Budhismo celas al la vero kaj se ne ĉiuj havas kapablon por kompreni ĝin, ili eble povos esti pretaj por ĝi en siaj sekvaj vivoj. Krome, estas multaj homoj, kiuj povas pliigi sian komprenon per ĝustaj vortoj kaj kuraĝoj. Ĝuste pro tio Budhanoj ĝentile kaj kviete strebas dividi la vidpunkton de Budhismo kun la aliaj. La Budho instruis nin pro kompatemo kaj ni instruas la aliajn ankaŭ pro kompatemo.

Demando: Ni parolas pri kompatemo. Kio estas kompatemo laŭ budhismo?

Respondo: Kiel saĝo kovras la intelektan kaj kompreneman flankon de nia naturo, kompatemo kovras la emocian aŭ sentan flankon de nia naturo. Kiel saĝo, kompatemo estas unika homa kvalito. La angla vorto "compassion" konsistas el du vortoj: "co" signifanta kunecon kaj "passion" signifanta fortan senton. Kaj tio estas kompatemo. Kiam ni vidas iun en mizero, ni sentas lian doloron kiel la nian, kaj strebas por mildigi kaj forigi

lian doloron. Tio estas kompatemo. Do ĉiuj plej bonaj en homaro, ĉiuj budhecaj kvalitoj kiel divido, preto doni komforton, kompato, prizorgo kaj zorgemo estas evidentecoj de kompatemo. Vi rimarkos ankaŭ, ke en la kompatemulo la prizorgo kaj amo al la aliaj venas el prizorgo kaj amo al li mem. Ni povas vere kompreni la aliajn kiam ni vere komprenas nin mem. Kio estos la plej bona por la aliaj kiam ni scias kio estas la plej bona por ni mem. Ni povas kompati la aliajn kiam ni kompatas nin mem. Do en Buddhismo nia propra spirita disvolviĝo pompas tre nature en prizorgo pri la bonfaroj de la aliaj. La budha vivo ilustras tion tre bone. Li pasigis ses jarojn klopodante por sin profitigi, kaj poste li kapablis profitigi ankaŭ al la tuta homaro.

Demando: Do vi diras, ke ni plej kapablas helpi aliajn post kiam ni helpas nin mem. Ĉu tio ne estas iom egoisma?

Respondo: Ni kutime vidas, ke altruismo prizorgas aliajn antaŭ si mem, kiel kontraŭo de egoismo, kiu prizorgas sin mem antaŭ la aliaj. Budhismo elektas ne unu el la du sed miksaĵon de ambaŭ. La vera memprizorgo iom post iom maturiĝas en prizorgon al aliaj, kiam ni vidas, ke la aliaj vere estas samaj kiel ni mem. Tio estas vera kompatemo. Kompatemo estas la plej bela juvelo en la krono de budha instruo.

8. Vegetarismo

Demando: Budhanoj devas esti vegetaranoj, ĉu ne?

Respondo: Ne necese. La budho ne estis vegetarano. Li ne instruis siajn disĉiplojn esti vegetaranoj, kaj eĉ hodiaŭ multaj bonaj budhanoj ne estas vegetaranoj.

Demando: Sed se vi manĝas viandon, vi malrekte respondecas pri la morto de bestoj. Ĉu tio ne rompas la kvin principojn?

Respondo: Estas vero, ke vi malrekte kaj parte respondecas pri mortigo de bestoj kiam vi manĝas viandon, sed la vero estas sama, kiam vi manĝas vegetalojn. La farmantoj devas ŝprucigi al siaj plantaĵoj insekticidon kaj venenon por ke la vegetaloj sentruue venu sur viajn pladojn. Kaj krome, bestoj estas mortigitaj por provizi la ledon por viaj zono kaj mansako, oleon por la sapo uzata de vi, kaj milojn da aliaj produktaĵoj. Estas neeble vivi en iuj metodoj sen maldirekta respondeco pri la morto de iuj aliaj vivestaĵoj, kaj tio estas ĝuste alia ekzemplo de la Unua Nobla Vero, ke ordinara ekzisteco estas suferiga kaj malkontentiga. Kiam vi sekvas la unuan principon, vi strebos por eviti direktan respondecon pri mortigo de vivestaĵoj.

Demando: Mahajanaj budhanoj ne manĝas viandon.

Respondo: Tio ne estas vero. Mahajanaj budhismo en Ĉinio akcentas esti vegetarano sed ambaŭ monaĥoj kaj laikaj budhanoj de mahajana tradicio en Japanio kaj Tibeto kutime manĝas viandon.

Demando: Sed mi ankoraŭ pensas, ke budhano devas esti vegetarano.

Respondo: Se estas homo kiu estis rigora vegetarano sed egoisma, senhonta kaj malica, kaj alia homo kiu ne estis vegetarano, sed prizorgema al aliaj, honesta, malavara kaj bonkora, kiu el tiuj du homoj estis pli bona budhano?

Demando: La persono kiu estis honesta kaj bonkora.

Respondo: Pro kio?

Demando: Ĉar tia homo evidente havas bonan koron.

Respondo: Prave. Manĝanto de viando povas havi puran koron, kaj same, tiu, kiu ne manĝas viandon, povas havi malpuran koron.

En la instruoj de la Budho, la grava afero estas la kvalito de via koro, sed ne la havaĵo de via dieto. Multaj budhanoj estas atentemaj por neniam manĝi viandon, sed ili ne zorgas pri egoismo, malhonesto, kruelo kaj ĵaluzo. Ili ŝanĝis siajn pladojn, kio estas facila por fari, sed ignoris ŝanĝi siajn korojn, kio estas malfacila afero por fari. Do memoru, ke la pureco de la menso estas la plej grava afero en budhismo, malgraŭ ĉu vi estas vegetarano aŭ ne.

9. Fortuno kaj Sorto

Demando: Kion instruis la Budho pri sorĉo kaj sortodiveno?

Respondo: La budho opiniis, ke senutilaj superstiĉoj estas la praktikadoj sortodiveni, surporti sorĉajn talismanojn por sin protekti, trovi fortunan lokon por konstruaĵoj, profeti kaj difini fortunajn tagojn. Kaj li malkaŝe malpermesas siajn disĉiplojn praktiki tiajn aferojn. Li nomas ĉiujn tiajn aferojn 'malhonoraj artoj'.

"Kvankam iuj religianoj, vivante per manĝaĵoj provizitaj de la kredantoj, sin vivtenis per tiaj malhonoraj artoj kaj eraraj vivmanieroj mandiveni, aŭguri per signoj, interpreti sonĝojn kondukantajn al bona aŭ malbona sorto, alvoki la diojn de fortuno, trovi fortunan lokon por konstruaĵo, la monaĥo Gotamo malpermesas tiajn malhonorajn artojn kaj erarajn vivmanierojn."

Demando: Do pro kio oni de tempo al tempo praktikadas tiajn aferojn kaj kredas ilin?

Respondo: Pro avido, timo kaj sencio. Tuj tiam oni komprenas la Budhajn instruojn, ili konscias, ke pura koro povas protekti ilin multe pli bone ol pecetoj da papero, pecetoj da metalo kaj kelkaj sorĉaj vortoj, kaj ili ne plu dependas de tiaj aferoj. En la instruoj de la Budho vin vere protektas kaj prosperigas viaj honesteco, bonkoreco, komprenemo, pacienco, indulgemo, malavareco, lojaleco kaj aliaj bonaj kondutoj.

Demando: Sed iuj fortunaj talismanoj funkcias, ĉu ne?

Respondo: Mi konas homon, kiu sin vivtenas vendante fortunajn talismanojn. Li pretendas, ke liaj talismanoj povas doni bonan sorton, prosperecon, kaj li garantias, ke vi povos tiri gajnajn numerojn. Sed se lia aserto estas vera, kial li ne estas multmilionulo? Se lia fortuna talismano funkcias, kial li ne gajnas loterion semajnon post semajno? Li havas nur fortunon, ke oni estas sufiĉe malsaĝa por aĉeti liajn sorĉajn talismanojn.

Demando: Ĉu estas tia afero kiel sorto?

Demando: La vortaro difinas sorton kiel "kredo, ke la okazaĵo bona aŭ malbona venas al persono laŭ lia destino fortuna aŭ misfortuna." La budho tute neigis tiun ĉi kredon. Ĉio okazas kun aparta kaŭzo aŭ specialaj kaŭzoj kaj certe estas iom da rilatoj inter la kaŭzo kaj la efekto. Ekzemple malsaniĝo havas specialajn kaŭzojn. Oni nepre kontaktas mikrobojn kaj lia korpo estas sufiĉe malforta por la mikroboj sin estigi. Estas difinitiva rilato inter la kaŭzo (mikroboj kaj malfortiĝinta korpo) kaj la efekto (malsano) ĉar ni scias, ke mikroboj atakas la organismon kaj estigas la malsanon. Sed eltroviĝas nenia rilato inter riĉiĝo aŭ trapaso de la ekzamenoj kaj surporto de peceto da papero kun vortoj skribitaj sur ĝi. Budhismo instruas, ke ĉio ajn okazas pro kaŭzo aŭ kaŭzoj, sed ne pro la fortuno, ŝanco aŭ bona sorto. La interesiĝantoj pri sorto ĉiam provas akiri ion - kutime pli da mono aŭ riĉaĵo. La budho instruas nin, ke estas pli grave disvolvi niajn korojn kaj mensojn. Li diras:

Esti profunde edukita kaj spertigita,
esti bone trejnita kaj uzi bonajn vortojn -
tio estas la plej bona sorto.

Vivteni gepatrojn, ami la edzinon kaj infanojn, kaj havi simplan vivmanieron -

tio estas la plej bona sorto.

Esti malavara, justa, helpema al alies parencoj kaj esti senkulpa en siaj kondutoj -

tio estas la plej bona sorto.

Sin deteni de malbono kaj forta alkoholaĵo, kaj ĉiam esti firmvola en virto -

tio estas la plej bona sorto.

Respektemo, humileco, kontenteco, dankemo kaj aŭdo de la bona

Dharmo -

tio estas la plej bona sorto.

Sn 261-265

10. Fariĝi budhano

Demando: Kion vi diris ĝis nun tre interesas min. Kiel mi fariĝu budhano?

Respondo: Iam estis viro nomata Upali. Li estis disĉiplo de alia religio. Li iris al la Budho por debati kun li kaj klopodis konverti lin. Sed post la interparolo kun la Budho, li tiel impresiĝis, ke li decidis fariĝi disĉiplo de la Budho. Sed la Budho diris:

"Faru perfektan esploradon unue. Perfekta esplorado estas bona por famulo kiel vi mem."

"Nun mi estas despli plezurigita kaj kontentigita kiam la Majstro diris al mi: 'Faru perfektan esploradon unue.' Ĉar se membroj de alia religio akceptas min kiel disĉiplon, ili paradas kun standardo ĉirkaŭ la tuta urbo dirante, "Upali jam konvertiĝis en nian religion." Sed la Majstro diras al mi: 'Faru perfektan esploradon unue. Perfekta esplorado estas bona por famulo kiel vi mem.'"

En budhismo kompreno estas la plej grava afero kaj komprenado elspezigas tempon. Do ne impulsigeme hastu al budhismo. Elspezu tempon, faru demandojn, konsideru atente kaj poste faru vian decidon. La Budho ne interesiĝas pri la posedo de granda kvanto da disĉiploj. Li zorgas, ke oni devas sekvi lian instruon kiel rezulton de atenta esplorado kaj konsiderado de la faktoj.

Demando: Se mi faras tion kaj mi trovas, ke la Budhaj instruoj estas akceptindaj, kion mi faru se mi volas fariĝi budhano?

Respondo: Estus plej bone viziti bonan monaĥejon aŭ aliĝi al budhana grupo, subteni al ili, ricevi la subtenon de ili, kaj daŭre lerni pli multe pri Budhaj instruoj. Poste, kiam vi estas preta, vi devas formale fariĝi budhano havante tri rifuĝojn.

Demando: Kio estas la Tri Rifuĝoj?

Respondo: Rifuĝo estas loko, kien oni iras kiam ili afliktiĝas aŭ bezonas sekurecon kaj protekton. Estas multaj specoj da Rifuĝo. Kiam oni estas malĝojaj, ili rifuĝas ĉe siaj amikoj; kiam ili estas maltrankvilaj kaj timigitaj, ili havas rifuĝon en falsaj esperoj kaj kredoj. Kiam ili proksimiĝas al morto,

ili eble rifuĝas en la kredo de eterna ĉielo. Sed, kiel la Budho diris, neniu el tiuj estas vera rifuĝo ĉar ili ne povas provizi komforton kaj sekurecon surbaze de la realeco.

Fakte tiuj estas nek rifuĝoj sekuraj, nek rifuĝoj plej altaj, nek rifuĝoj, kie oni liberiĝas de ĉiuj malĝojoj. Sed rifuĝu en la Budho, Darmo kaj Komunumo, kaj vidu kun vera kompreno pri la kvar Noblaj Veroj, kiuj estas sufero, la kaŭzo de sufero, la transpaso de sufero kaj la Okopa Ĝusta Vojo, kiu kondukas al liberiĝo el la sufero. Tio estas vere sekura kaj plej alta rifuĝo, kie oni liberiĝas de ĉiuj suferoj.

Dp 189-192

Rifuĝado en budhismo estas memfida akcepto de la fakto, ke oni povas tute luminiĝi kaj perfektigi kiel la Budho. Rifuĝado al Darmo signifas kompreni la Kvar Noblajn Verojn kaj basigi sian vivon sur la Okopa Ĝusta Vojo. Rifuĝado al la Komunumo signifas serĉi subtenon, inspiradon kaj gvidon de ĉiuj, kiuj iras la Okopan Ĝustan Vojon. Tion farante oni fariĝas budhano kaj tiel iras sur la vojo al la Nirvano.

Demando: Kiaj ŝanĝoj okazis en via vivo ekde kiam vi havis tri rifuĝojn?

Respondo: Kiel milionoj da aliaj budhanoj dum la lastaj 2500 jaroj, mi trovis, ke budhaj instruoj komprenigas malfacilan mondon, ili donis difinon al tio, kio estas sensignifa vivo, ili jam donis al mi humanecon kaj kompletecan etikon per kiu ili gvidas mian vivon, kaj ili jam montris al mi kiel mi povas atingi la staton de pureco kaj perfekte en la sekva vivo. Poeto en antikva Hindio iam skribis pri la Budho.

Iri al li por rifuĝo, laŭdi lin, honori lin kaj loĝi en lia Darmo estas konduto kun kompreno.

Mi tute konsentas tiujn vortojn.

Demando: Mi havas amikon, kiu ĉiam klopodas konverti min al sia religio. Mi tute ne interesiĝas pri lia religio, kaj mi jam diris tion al li, sed li ne volas forlasi min. Kion mi faru?

Respondo: La unua afero, kiun vi devas kompreni, estas tio, ke tiu homo ne estas via vera amiko. Vera amiko devas akcepti vin kaj respekti viajn esperojn. Mi suspektas, ke tiu homo nur pretendas esti via amiko por ke li povu konverti vin. Kiam oni klopodas entrudi sian volon al vi, ili certe ne estas viaj amikoj.

Demando: Sed li diras, ke li volas dividi sian religion kun mi.

Respondo: Estas bona afero dividi vian religion kun aliaj. Sed mi opinias, ke via amiko ne scias la diferencon inter divido kaj entrudo. Se mi havas pomon, mi donas al vi duonon, kaj vi akceptas mian donacon, tiam mi jam dividas kun vi. Sed se vi diris al mi, "Dankon, sed mi jam manĝis" kaj mi daŭre insistas, ke vi manĝu la duonan pomon ĝis vi cediĝas al mia premo, tion oni ne povas nomi divido. Homo kiel via amiko strebas maski sian malbonan konduton per la nomo de "divido", "amo" aŭ "malavareco", sed kiel ajn ili nomas ĝin, ilia konduto estas ankoraŭ kruda, malbona kaj egoisma.

Demando: Do kiel mi haltigu lin?

Respondo: Estas tre simple. Unue, sciu klare en via menso, kion vi volas. Due, klare kaj koncize diru al li pri tio. Trie, kiam li al vi faris demandojn kiel "Kio estas via kredo pri tio" aŭ "Kial vi ne volas veni al la kunveno kun mi", klare, ĝentile kaj persiste ripetu vian unuan deklaron. "Dankon por la invito, sed mi ne preferas iri."

"Kial ne?"

"Tio estas mia propra afero. Mi ne preferas iri."

"Sed tie estos multaj interesitaj homoj."

"Mi certas ke jes, sed mi ne preferas iri."

"Mi invitas vin ĉar mi zorgas pri vi."

"Mi ĝojas, ke vi zorgas pri mi, sed mi ne preferas iri."

Se vi klare, pacience kaj persiste ripetas vin kaj rifuzas permesi lin venki en la diskuto, li eble forrezignas. Estas honto ke vi devas tion fari, sed estas tre grave por homoj lerni, ke ili ne rajtas intrudi siajn kredojn aŭ volojn al la aliuloj.

Demando: Ĉu budhano devas strebi por dividi la Darmon kun aliaj?

Respondo: Jes, ili devas. Mi opinias, ke plej multe da budhanoj komprenas la diferencon inter divido kaj intrudo. Se oni demandas vin pri budhismo, diru al ili. Vi eĉ rajtas diri al ili pri la instruo de Budho sen ilia demando. Sed se per siaj vortoj aŭ agoj ili informas vin, ke ili ne interesiĝas, akceptu tion kaj respektu iliajn volojn. Grave estas memori, ke vi informas homon pri la Darmo per via konduto multe pli efike ol per via predikado. Montru Darmon al ili per ĉiamaj pensemo, bonkoro, toleremo, malkaŝemo kaj honesteco. Lasu la Darmon brili per viaj paroloj kaj kondutoj. Se ĉiu el ni, vi kaj mi, scias la Darmon perfekte, tute praktikas ĝin kaj dividas ĝin malavare kun aliaj, ni povas profitigi nin mem kaj ankaŭ la aliajn.

Pri la Aŭtoro

Majstro Shravasti Dhammika estas eminenta instruanto kaj budhana monaĥo aŭstralia. Li parolis pri budhismo kaj aziaj religioj en universitatoj, televido kaj radio en Aŭstralio kaj tra la azio. En tiu ĉi libro Majstro Dhammika respondis demandojn, kiujn oni ofte faris pri la budhaj instruoj.