

www.vulkani.rs
office@vulkani.rs

Naziv originala:

Ajahn Brahm

OPENING THE DOOR TO YOUR HEART

Copyright © Ajahn Brahm, 2008

OPENING THE DOOR TO YOUR HEART was first published in Australia in 2008 by Hachette Australia Pty Ltd and this Serbian language edition is published by arrangement with Hachette Australia Pty Ltd through P. & R. Permissions & Rights Ltd., Limassol, Cyprus working in co-operation with Prava i Prevodi, Belgrade, Serbia.

Translation Copyright © 2016 za srpsko izdanje Vulkan izdavaštvo

ISBN 978-86-10-01850-9



Ova knjiga štampana je na prirodnom recikliranom papiru od drveća koje raste u održivim šumama. Proces proizvodnje u potpunosti je u skladu sa svim važećim propisima Ministarstva životne sredine i prostornog planiranja Republike Srbije.

KRAVA
K O J A J E
PLAKALA

AĐAN BRAM

Prevela Zvezdana Šelmić



Beograd, 2016.

*Želim da zahvalim Ronu Storiju, koji je strpljivo prekucavao
prvi rukopis; mojoj braći monasima za savete i pomoć;
i najzad Magnoliji Flori, mom uredniku u Lodijan buksu,
za savete i ohrabrenja za ovu knjigu, moju prvu.*

Sadržaj

Predgovor	9	Strah od bola	53
Uvod	11	Oslobađanje od bola	54
Savršenstvo i krivica		TM ili transcendentalna meditacija	55
Dve loše cigle	17	Bez brige	56
Bašta u hramu.	19	Bes i praštanje	
Što je urađeno, urađeno je.	21	Bes	63
Vodič za mir u duši, za početnike.	22	Suđenje	64
Krivica i razrešenje	23	Povlačenje	64
Krivična krivica.	25	Demon koji se hrani besom.	67
Deca iz Grupe B	26	Dobro! Sad je dosta! Odlazim!.	69
Det e u samoposluzi	27	Kako sprečiti pobunu	71
Svi smo mi kriminalci	28	Smirivanje opraštanjem	74
Oslobađanje od krivice, zauvek	28	Pozitivno opraštanje	75
Ljubav i posvećenost		Stvaranje sreće	
Bezuslovna ljubav	33	Laskanjem se postiže sve.	79
Otvorite vrata svoga srca.	34	Kako da budete VIP.	80
Brak	36	Osmeh od dva prsta.	81
Posvećenost	37	Neprocenjivo učenje	83
Kokoška i patka.	37	I to će proći	84
Zahvalnost	39	Herojska žrtva.	85
Romantika	39	Kamion pun stajskog đubriva	85
Prava ljubav	41	Suviše je nadati se	88
Strah i bol		Biti kanta za smeće	90
Oslobađanje od straha	45	Možda je tako pošteno!	91
Predviđanje budućnosti	46	Kritički problemi i njihova	
Kocka	47	saosećajna rešenja	
Šta je strah?	48	Zakon karme	95
Strah od javnog nastupa	50	Popiti čaj kada nema izlaza	96

Prepustiti se struji	97
Uhvaćen između tigra i zmije	98
Savet o životu	100
Imate li problem?	101
Donošenje odluke	102
Kriviti druge.	103
Careva tri pitanja.	104
Krava koja je plakala	107
Devojčica i njen prijatelj.	109
Zmija, gradonačelnik i monah.	110
Zla zmija	113

Mudrost i unutrašnja tišina

Krila saosećajnosti	119
Briga za sina	120
Šta je mudrost?	120
Jesti mudro.	121
Rešavanje problema	122
Nemudro slušanje	123
Šta nije mudrost	124
Opasnost otvorenih usta.	125
Pričljiva kornjača.	127
Besplatan govor.	129

Um i stvarnost

Isterivač duhova	133
Najveće na svetu	134
Potruga za umom	135
Nauka	136
Nauka o ćutanju	136
Slepa vera.	137

Vrednosti i duhovni život

Najlepši zvuk	143
Šta znači ime?	144
Moć piramide	145
Skupoceno kamenje.	146
Tada ću biti srećan.	147

Meksički ribar.	149
Kad mi se sve želje ispune.	151

Sloboda i skromnost

Dve vrste slobode	155
Kakvu vrstu slobode želite?	155
Slobodni svet	157
Večera s Amnesti internešenelom.	159
Monaška pravila oblačenja	160
Smejati se na svoj račun	161
Pas koji se poslednji smejao.	162
Vredanje i prosvetljenje	162
Kad sam postao prosvetljen.	165
Nasilni vozači	166
Hare Krišna	167
Čekić.	168
Šala ni na čiji račun	169
Idiot	170

Patnja i oslobađanje od patnje

Razmišljanje o pranju rublja	173
Dirljivo iskustvo	174
Jadan ja; blago njima	175
Savet u slučaju bolesti.	177
Zašto ne valja biti bolestan?.	178
Poseta bolesniku	179
Vedrija strana smrti.	181
Tuga, gubitak i slavljenje života	184
Opadanje lišća	186
Dobre i loše strane smrti.	187
Čovek koji je imao četiri žene	188
Glavom o metal.	190
Crv i njegova divna gomila balege	191

Rečnik.	197
Napomene	199

Predgovor

Život je niz prepletenih priča, a ne skup pojmova. Ideje su uopštavanje, uvek su udaljene od istine. Priča, sa svojim rasponom značenja i bogatstvom detalja, primetno je bliža stvarnom životu. Zato se lakše poistovećujemo s pričama nego s apstraktnim teorijama. Volimo dobro tkanje.

Pošto sam godinama koristio ove priče kao ispomocu u podučavanju, jedna mlada žena zamolila me je da ih zapišem u knjizi. Ona je upravo preživljavala neprijatan razvod, a ove priče su je, kako mi je rekla, sprečile da se ubije. „*Molim vas, zapišite ih u knjizi pa da pomognu i drugima kao što su pomogle meni*“, nagovarala me je.

Monasi vole jednostavan život, pa sam zato otežao. „Ne radite danas ono što možete da odložite za sutra, jer biste noćas mogli umreti!“, to je moj monaški moto. Zato je ona sama zapisala nekoliko priča i poslala mi ih. Bile su tako loše napisane (mislim da je pametnica to namerno uradila) da nisam imao drugog izbora do da ih opet napišem. Začudo, bile su dovoljne samo četiri nedelje da ih napišem, rukom, radeći dva sata svakog dana. Prosto su tekle, bez ikakvog napora. Od tada su štampane u više hiljada primeraka, na mnogo jezika. Prošle nedelje saznao sam da je tajlandsko izdanje imalo preko 100.000 primeraka. Pošto sam budistički monah, zanimljivo mi je da vidim ovo novo izdanje, s drugačijim koricama, jer ga smatram *reinkarnacijom* prethodnog.

Pre godinu ili dve, jedan baptistički pastor iz Adelejda pozvao me je da upita može li da koristi neke od ovih priča za knjigu o svom misionarskom radu! Rado sam se saglasio i zahvalio mu na

komplimentu. Ove mudre priče i treba da ruše granice koje razdvajaju dobre ljude iz različitih religija, ili one koji religiju i nemaju.

Godine 2007. mnoge priče prenete su u nastavcima u najvećim tajlandskim dnevnim novinama. Nedavno mi je jedan poznanik rekao da je čuo svog prijatelja ateistu kako prepričava jednu moju priču na tradicionalnom australskom roštiljanju. Pre dve nedelje jedna sredovečna žena doletela je čak iz Švajcarske da bi me posetila u Pertu i izrazila mi zahvalnost što sam napisao ovu knjigu. Došla je do mog manastira držeći u rukama očito mnogo puta čitani primerak prevoda na nemački jezik i rekla mi da je patila od depresije, anksioznosti i još koječega. Išla je na skupe terapije kod nekoliko psihologa i uzimala različite lekove. Onda je našla moju knjigu, promenila način na koji posmatra sopstveni život i sada je mnogo srećnija i uopšte ne uzima lekove. Zato je morala da otputuje preko pola sveta da bi mi zahvalila. Dok sam veselo potpisivao njen raskupusani nemački primerak, rasplakala se.

To je za mene autorski honorar. Neka jednostavne životne priče iz ove knjige nastave da pomažu u ublažavanju bolove savremenog života, pomažući vam da ih sagledate iz drugog ugla. Ako uspeju, to je najveći honorar koji budistički monah može da poželi.

Ađan Bram
2008.

Uvod

Priče iz ove knjige prikupljane su tokom trideset godina, koliko živim kao monah u šumskoj tradiciji teravadinskog budizma. Teravada je vekovima bila glavni nosilac duhovnosti naroda Tajlanda, Šri Lanke, Burme, Kambodže i Laosa. Sada ovaj oblik budizma napreduje i na Zapadu – a i na jugu, jer ja živim u Australiji!

Često me pitaju u čemu je razlika između glavnih grana budizma – teravade, mahajane, vađrajane i zena. Odgovor glasi da su svi nalik na istu vrstu kolača, ali s različitim filovima: spolja mogu izgledati različito i mogu imati različite ukuse, ali kada zagrebete duboko u tradiciju, naći ćete isti ukus – ukus slobode. U početku je postojao samo jedan budizam.

Buda je podučavao na severoistoku Indije pre otprilike 2.600 godina – čitav vek pre Sokrata. Nije učio samo monahe i monahinje, nego i hiljade i hiljade običnih ljudi: od seljaka koji gaje pirinač do čistača ulica, pa čak i prostitutke. Budina mudrost nije potekla kao otkrovenje od nekog natprirodnog bića. Nastala je iz najdubljih saznanja o istinskoj prirodi života. Budina učenja potiču iz njegovog srca, otvorenog dubokom meditacijom. Čuvena je njegova izreka: „U ovom običnom telu obdarenom umom nastaju i početak i kraj ovog sveta.“*

Centralno Budino učenje su Četiri plemenite istine. Evo kako glase, mada ne uobičajenim redosledom:

* *Devaputa Samyutta, Sutta* br. 26, u mom prevodu.

1. Sreća
2. Uzrok sreće
3. Odsustvo sreće
4. Uzrok odsustva sreće

Priče u ovoj knjizi tiču se druge plemenite istine, uzroka sreće.

Buda je često podučavao koristeći priče. Moj učitelj, pokojni ađan Ča iz severoistočnog Tajlanda, takođe je koristio priče za podučavanje. Posle njegovih izlaganja najviše sam pamtio upravo priče, naročito one smešne. Štaviše, upravo su priče sadržale najdublja saznanja o putu ka unutrašnjoj sreći. Priča je bila glasnik koji je prenosio njegovo učenje.

I ja sam koristio priče kad sam podučavao budizmu i meditaciji ljude u Australiji, Singapuru i Maleziji tokom više od dvadeset godina, a u ovoj knjizi nalaze se najbolje među njima. Namera je da priče govore same za sebe, zato sam davao što manje komentara. Svaka priča ima mnogo nivoa značenja, pa što ih više budete čitali, više će vam se istine otkrivati.

Nadam se da ćete uživati čitajući priče o istinskoj sreći isto koliko i oni koji su ih slušali. Neka vam pomognu da promenite svoj život nabolje, baš kao što su pomogle mnogima.

Ađan Bram

*Mom učitelju ađanu Čau, koji je živeo u miru,
Mojoj braći monasima, koji me podsećaju na lepotu ćutanja,
I mom ocu, koji me je naučio dobroti.*

*Podarite sebi trenutak mira
i razumećete
koliko ste glupo žurili naokolo.
Naućite da ćutite
i primetićete
da ste previše pričali.
Budite ljubazni,
i shvatićete
da ste suviše strogo prosuđivali druge.*

Drevna kineska izreka

SAVRŠENSTVO I KRIVICA

Dve loše cigle

Kada smo 1983. godine kupili zemlju za manastir, ostali smo bez ičega. Bili smo u dugovima. Na parceli nije bilo zgrada, čak ni šupe. Tih prvih nedelja spavali smo na starim vratima, koja smo jeftino kupili na otpadu; pod sva četiri ugla podmetnuli smo cigle kako ne bi ležala na zemlji. (Nije bilo dušeka, naravno – mi smo šumski monasi.)

Starešina je dobio najbolja vrata, sasvim ravna. Moja vrata bila su grbava, s popriličnom rupom u sredini, gde je, inače, bila kvaka. Bilo mi je drago što je kvaka skinuta, ali tako je ostala rupa na samoj sredini mog kreveta od vrata. Šalio sam se kako sad ne moram da ustajem iz kreveta da bih išao u toalet! Ipak, ostala je žalosna činjenica da je kroz tu rupu vukla promaja. Nisam baš mnogo spavao tih noći.

Bili smo siromašni monasi kojima su potrebne zgrade. Nismo imali novac da angažujemo zidara – već sâm građevinski materijal bio je dovoljno skup. Zato sam morao da naučim zidanje: kako se priprema temelj, kako se ređaju malter i cigle, kako se podiže krov, obavljaju vodoinstalaterski poslovi – sve odreda. Pre nego što sam se zaredio, bio sam teorijski fizičar i profesor u srednjoj školi, pa nisam bio naviknut na fizički rad. Posle nekoliko godina prilično sam se izveštio u zidanju, čak sam svoju ekipu prozvao Budističkom građevinskom firmom. Ali kad sam tek počinjao, bilo je veoma teško.

Možda izgleda jednostavno postaviti ciglu: malo maltera ispod, kucnete ovde, kucnete onde. Kad sam počeo da ređam cigle, kucnuo bih jedan ugao da bih ga poravnao, a na to bi drugi iskočio. Onda bih kucnuo taj drugi ugao, a cigla bi se pomerila u stranu. Kad bih je vratio na mesto, prvi ugao bi ponovo štrčao. Da ne poverujete!

Pošto sam monah, imao sam strpljenja i vremena koliko god treba. Pazio sam da svaka pojedina cigla bude savršeno nameštena, ma koliko to dugo trajalo. Na kraju sam završio svoj prvi zid od cigala pa se odmakao da mu se divim. Tek tada primetio sam – o, ne! – da su mi promakle dve cigle. Sve ostale bile su lepo poravnate, ali ove dve bile su nakrivljene. Izgledale su grozno. Kvarile su čitav zid. Potpuno su ga upropastile.

Dotle se cement već stvrdnuo i nisam mogao da izvadim te dve cigle, pa sam pitao starešinu mogu li da srušim ceo zid i počnem iz početka – ili još bolje, mogu li da ga razbijem. Sasvim sam zabrljao i bilo mi je veoma neprijatno. Starešina je rekao: ne, zid mora da ostane.

Kada sam vodio prve posetioce kroz naš manastir u začetku, uvek sam pokušavao da ih ne vodim pored mog zida. Nisam voleo da ga iko gleda. A onda, jednog dana, možda tri-četiri meseca pošto sam ga završio, pratio sam jednog posetioca, a on je video taj zid.

„Lep vam je zid“, rekao je onako usput.

„Gospodine“, rekao sam iznenađeno, „da li ste ostavili naočari u autu? Da li imate problema s vidom? Zar ne vidite one dve loše cigle koje kvare ceo zid?“

Njegov odgovor potpuno je promenio moje mišljenje o tom zidu, o meni samom i o mnogim drugim aspektima života. Rekao je ovako: „Da, vidim te dve loše cigle. Ali vidim i 998 dobrih.“

Bio sam zapanjen. Prvi put za više od tri meseca mogao sam da vidim ostale cigle u tom zidu, nezavisno od dve pogrešne. Iznad, ispod, levo i desno od loših cigala bile su dobre, savršene cigle. Štaviše, savršenih je bilo mnogo, mnogo više nego tih loših. Ranije su moje oči uvek videle samo te dve greške; za sve ostalo bio sam slep. Zato nisam mogao da podnesem da gledam taj zid, niti da ga drugi gledaju. Zato sam želeo da ga uništim. Kad sam video dobre cigle, zid mi nije izgledao tako loše. Bio je, kao što reče onaj poseetilac, lep zid. I dalje je tu, dvadeset godina kasnije, ali ja sam već zaboravio gde su one dve loše cigle. Bukvalno više ne mogu ni da vidim tu grešku.

Krava koja je plakala

Koliko ljudi raskida vezu ili se razvodi zato što u svom partneru mogu da vide samo dve loše cigle? Koliko nas pada u depresiju ili čak razmišlja o samoubistvu, jer u sebi vidimo samo dve loše cigle? A zapravo, postoji mnogo, mnogo više dobrih, savršenih cigala – iznad, ispod, levo i desno od tih loših – ali mi ih često prosto ne vidimo. Umesto toga, kad god pogledamo, naše oči usmere se samo na greške. Zato samo greške i vidimo i mislimo da samo one postoje, i zato želimo da ih uništimo. I tako, nažalost, ponekad uništimo sasvim lep zid.

Svi mi imamo svoje dve loše cigle, ali u nama postoji i mnogo više od tih grešaka. Kada to uvidimo, nije sve tako loše. Ne samo što možemo da živimo u miru sa sobom, pa i sa svojim greškama, već možemo i da uživamo u životu s partnerom. To je loša vest za advokate za razvod, ali dobra za vas.

Mnogo sam puta pričao ovu anegdotu. Jednom takvom prilikom prišao mi je zidar i poverio mi profesionalnu tajnu. „Mi zidari često grešimo“, rekao je, „ali onda kažemo klijentima da je to originalni detalj kakav nema nijedna druga kuća u kraju. I onda im naplatimo nekoliko hiljada dolara više!“

Prema tome, originalni detalji u vašoj kući verovatno su nastali kao greška. Isto tako, ono što smatrate greškom kod sebe, kod svog partnera ili u životu uopšte, može postati originalni detalj koji će obogatiti vaš život čim prestanete da mislite samo na to.

Bašta u hramu

Japanski budistički hramovi čuveni su po baštama. Pre mnogo godina, jedan hram ponosio se najlepšom od svih bašta. Putnici su dolazili iz cele zemlje da bi se divili njenom izvanrednom izgledu, bogatom u svojoj jednostavnosti.

Jednom je u posetu došao stari monah. Stigao je veoma rano, već u svitanje. Želeo je da otkrije zašto je ta bašta toliko izuzetna, pa se sakrio iza velikog grma, odakle je imao dobar pogled na baštu.

Ugledao je mladog monaha baštovana kako izlazi iz hrama noseći dve korpice od pruća. Naredna tri sata gledao je mladića kako pažljivo sakuplja svaki list i svaku grančicu koji su opali s razgranate krošnje šljive u samom središtu bašte. Svaki podignuti list i grančicu mladi monah okretao je mekim prstima, razgledao ih i razmišljao o njima; ako su mu bili po ukusu, pažljivo bi ih spuštao u jednu koricu; ako mu nisu odgovarali, ubacio bi ih u drugu koricu, za smeće. Pošto je prikupio i razmotrio svaki list i grančicu, i istresao korpu s otpacima na hrpu iza hrama, napravio je pauzu da popije čaj i pripremi um za sledeću važnu fazu.

Mladi monah proveo je naredna tri sata pažljivo, promišljeno i spretno spuštajući svaki list i grančicu na najbolje mesto u bašti. Ako nije bio zadovoljan položajem grančice, malo bi je pomerio ili okrenuo, sve dok, uz blag osmeh zadovoljstva, ne bi prešao na naredni list, birajući pravi oblik i boju za sledeće mesto u bašti. Pažnja koju je posvećivao detaljima bila je neopisiva. Njegova veština u aranžiranju boje i oblika nije imala premca. Njegovo poimanje prirodne lepote bilo je prefinjeno. Kada je završio, bašta je izgledala besprekorno.

Tada je stari monah stupio u baštu. Krezubo se nasmešio i čestitao mladom monahu baštovanu. „Odlično urađeno! Zaista odlično, prečasn! Posmatrao sam te celog jutra. Tvoja prilježnost zaslužuje najveće pohvale. A tvoja bašta... Gle! Tvoja bašta je gotovo savršena!“

Mladi monah je na to prebledeo. Sav se ukočio kao da ga je ubola škorpija. Njegov samozadovoljni osmeh je nestao, kao da je u zemlju propao. U Japanu nikad ne treba olako uzimati nasmešene stare monahe!

„Kako... kako to mislite?“, promućao je prestrašeno. „Kako to... mislite – GOTOVO savršena?“ Bacio se ničice pred monaha. „O, gospodaru! O, učitelju! Molim vas, smilujte mi se. Svakako vas je poslao sam Buda da mi pokažete kako da moja bašta bude zaista savršena. Naučite me, mudri gospodaru! Pokažite mi način!“