

Za unutarnje demone koji ne izađu na vidjelo, ili izađu ali tako sjenovito i poskrivečki da ih ne možemo pravilno prepoznati, pročišćenje je neizmjerno korisno. Također je korisno i kad popustimo pod snagom pojavnosti pa nam treba pomoć da ovladamo njima.

Odloži breme

Veliki broj ljudi živi s teškim bremenom nerazrješene tuge, što bi vrlo lako moglo biti zašto ne mogu podnijeti da budu nasamo sa svojim mislima niti 12 minuta (po istraživanju objavljenom u časopisu Science).

Tvrdokorna recidivirajuća tuga ipak nije dorasla praksi pročišćenja pa možemo osjećati i kako pročišćavamo ne samo karmičke pojavnosti ili karmičke sklonosti već SVE slične verzije od vremena bez početka. Na primjer, ako patite od vezanosti, možete nju uzeti za primjer i pročistiti svu vezanost koju ste imali od vremena bez početka. Ako su vas dragi ljudi oko vas, unatoč tome što ste imali najbolje namjere da toga ne dođe, iziritirali možete pročistiti svu beskorisnu iritiranost koju ste imali od vremena bez početka. Ako ste deprimirani zato što „stvari jednostavno nisu više ono što su bile!“, možete pročistiti čak i svu tu malodušnost koju ste imali od vremena bez početka.

Magnet za nesreću

Loša karma je magnet za nesreću, a dozrijeva na raznorazne načine, na primjer ljutnja koju smo imali u prošlosti može dozrijeti kao iskustvo (na primjer, netko napravi nešto što nam je iritantno) ili sklonosti da reagiramo na određeni način (na primjer, razljutimo se). Karma također dozrijeva i kao način na koji doživljavamo svoje okruženje (na primjer, ne odgovara nam baš, nije nam ugodno), pa čak i kao vrsta ponovnog rođenja koje smo preuzeli.

Dakle, ako nam nije drago nešto što nam se događa ili kako se osjećamo u vezi toga, pa na koncu i kako reagiramo na to, sve je to savršeni podsjetnik da pročistimo tu karmu. Ako preuzmemo odgovornost za svoju karmu, možemo sasvim promijeniti svoj život.

Moć obećanja

Moć obećanja je jedna od četiri oprečne moći dobre prakse pročišćenja, a pročišćava naše teške sklonosti negativnosti koje posvuda vučemo sa sobom uslijed silne bliskosti i priučenosti na njih iz prošlosti. Dakle, nakon dobre prakse pročišćenja, moramo obećati da to, štogod to bilo, nećemo više ponoviti. Ali, ponekad je teško znati što točno obećati. Izjaviti, na primjer, da se više nikad nećemo naljutiti i slična velika obećanja je nerealno – vrlo je izgledno kako ćemo ta obećanja brzo zaboraviti pa prekršiti. Zato se obeshrabrimo jer nismo održali obećanja, počnemo se pitati hoćemo li ikad uspjeti zapamtiti duže od deset minuta i ima li uopće svrhe obećavati kad smo ih sasvim nesposobni održati.

Mislim da je dobra ideja držati se djelotvornih obećanja, povezati svoju praksu pročišćenja s onim što nam se bude događalo u životu, kao dio svog uvježbavanja uma, pretvorbe teških okolnosti. Na primjer, ako smo malodušni jer nam se određene stvari koje smo žarko željeli ne ispune ili se još pritom i okrivljavamo za neuspjeh, možemo za početak u sebi prepoznati te sklonosti, pročistiti tu situaciju, a pritom pročistiti i sve svoje sklonosti malodušju i slabom samopouzdanju koje smo imali od vremena bez početka. Jednom kad osjećamo kako nam je, zahvaljujući dobroj praksi pročišćenja, um pročišćen od svih tih sklonosti, možemo obećati kako više nećemo biti malodušni u sličnim okolnostima. To obećanje ćemo lakše zapamtiti i lakše uvrstiti u svoju praksu uvježbavanja uma jer će biti povezano s onim s čim se konkretno nastojimo nositi pa nam spadaju u „interesnu skupinu“. A bit će moćno jer je nešto što mi želimo, ne samo puko neodređeno obećanje već obećanje koje proizlazi iz naše svakodnevne želje da ostanemo sretni usprkos tome što nešto krivo krene.

Koje olakšanje! Svega se mogu rješiti!

Čak i kad smo donekle neodređeni u vezi svih negativnih djela koje trebamo pročistiti i svih vrsta posljedica koje nam specifično uništavaju život iz dana u dan, ipak je dobro napraviti jedno općenito proljetno čišćenje uma. Osobno volim klanjanja Trideset petorici Ispovijednih Buddha, prvu stvar ujutro (prije nego što vas to pretjerano impresionira, samo da znate da sve skupa traje kraće od deset minuta), pročišćavajaću u principu sve što sam ikad možda napravila. U toj Mahayana Sutri koju je sâm Buddha Shakyamuni napisao, možete naći neke od fenomenalnih Buddhinih izreka, kao što je: „Ispovijedam a da ništa ne krijem ili tajim.“ Buddhe točno znaju što trebamo pročistiti iako mi sami možda ne znamo; to je prednost sveznanja. Pa ih hvalimo: „Koji su postali svjedoci, koji su postali valjani, koji svojom mudrošću vide.“

Trulež nam se uvuče u kuću a da ne primjetimo, sve dok nam i sami temelji kuće ne budu sasvim uništeni. Mi smo zaboravili većinu svojih negativnih umova i djela, zato ih i kontempliramo dok ih pročišćavamo – ne zato da bi se loše osjećali ili loše o sebi mislili već zato što se želimo riješiti sve plijesni, vidljive i nevidljive, jer nam utječe na um i na život. Svoje najveće zablude prve pročistimo, kako nailaze; ali istovremeno, želimo i možemo sve očistiti. Naša negativnost je puka imputacija i ne može se ni približno mjeriti sa sveznajućom mudrošću.

Upalite svjetla, pobogu!

Znate kako se radnja u hororima beziznimno odvija noću, u najcrnjoj tami pa ponekad poželite da netko upali sva svjetla? A znate li i tamu našeg neznanja? Ispovijedni Buddhe i Buddha Vajrasattva širom otvore kapke na prozorima da kozmička dnevna svjetlost i zrake sunca prodru svugdje. Krajnje pročišćenje je stapanje svog uma s blaženstvom i prazninom tako da možemo uništiti svoje obične pojavnosti i koncepcije jer je to ono što će poderati i srušiti pljesnivu strukturu samsare tako da sebi i drugima možemo izgraditi božansku palaču ushita. Zato molimo Vajrasattvu:

Molim te, trajno pročisti moje nevrline, prijestupe i obične pojavnosti i koncepcije.

A potom ga pustimo da nam uđe kroz tjeme i rastvori se u našoj „unutarnjoj tmini“, te je time

uništi smjesta i zauvijek.

Bilo da radimo Vajrasattva pročišćenje ili prasku trideset petorice Ispovijednih Buddha, osjećamo kako njihova čistoća nadire u nas i preplavljuje nas, a mi se ne odupiremo. Naša negativnost ne postoji sama po sebi – kao i sve drugo, ona je puka pojavnost umu. Pročistimo li um stapajući ga s blaženstvom i mudrošću prosvijetljenih bića, gdje će završiti ta negativnost? Nigdje, eto gdje – nestat će zato što je puka pojavnost umu.

Uključimo praksu pročišćenja u svoju svakodnevicu, stoga, pa se možemo opustiti. Ne mora biti duga, naročito ako vjerujete da je djelotvorna. Koliko treba da se upale svjetla?

Ja vjerujem da ne postoji ništa što precizno usmjerena Vajrasattva mantra ne može pročistiti. U budizmu ne govorimo o podsvjesnom ali govorimo o suptilnim i vrlo suptilnim razinama uma i iako mi do njih još ne možemo izravno prodrijeti, Buddhe ne samo da definitivno mogu već im je to dom, to je njih samo njihovo biće. Tamo izlaze J Bilo bi zabavno izaći s njima, zar ne ?! Dobro pročišćenje je poput temeljitog proljetnog čišćenja, nakon njega se osjećamo lagano, „podignuto“, nevjerojatno. Imamo osjećaj da sad sve možemo jer je ploča čista, a danas je novi dan.

Preneseno sa: http://www.bc-kailash.hr/single-post/2017/02/16/Pro%C4%8Di%C5%A1%C4%87enje-i-karma