

Namkhai Norbu Rinpoče
Skutočné poznanie – porozumenie
Úvod z knihy 3. výroky Garab Doržeho

Ako prvé vysvetlím význam a cieľ meditácie podľa učenia Dzogčhen. Obecne povedané existuje mnoho náhľadov. Len v samotnom Buddhizme je niekoľko stoviek rozličných vysvetlení alebo spôsobov porozumenia. Ak sa ich chceme naučiť všetky, nie je to až také jednoduché, ale učители prevažne používajú metódy ktorým rozumejú a s ktorými sú viac spätí. Takto vyučujú a predávajú náuku.

Podľa tradície patím ku škole Drugpa Kagyud, ale keď som bol malý chlapec, žil som v kláštore Sakyapa. Predchádzalo tomu viacero dôvodov a udalostí. Kvôli tomu som nemal dostatok času obdržať učenia podľa tradície Drugpa Kagyud. Neskôr som začal študovať. Náš učiteľ bol žiakom významného Dzogčhenového majstra, no jeho kláštor a tradícia pripadala ku škole Sakyapa. Takže, keď som bol mladší, bol som v princípe vyučovaný podľa systému školy Sakyapa a ovládam ho lepšie ako systém tradície Drugpa Kagyud.

Neskôr som stretol viacerých Dzogčhenových majstrov a začal som sa zaujímať práve o dzogčhenové učenie. V čase keď som vyrastal, začala v mojej krajine revolúcia Čínskych komunistov. Naša situácia sa rýchlo menila. Nebolo to ako pred niekoľkými rokmi. Pozoroval a pracoval som s vtedajšou situáciou, a pripadalo mi to tak, že dzogčhenové učenia boli jednoduchšie a esenciálnejšie. Práve kvôli tomu som sa o ne zaujímal. Ako som prehlboval svoje poznanie a stretával viacero Dzogčhenových majstrov, objavil som, že dzogčhenové učenia sú jedny z najesenciálnejších náuk. Od tejto doby som učeniu a aplikácií Dzogčhenu venoval viac času.

Neskôr som pricestoval na Západ. Taká bola moja karma. Samozrejme, že som na západ neprišiel s úmyslom učiť alebo sa podieľať na nejakej Dharma aktivite. Prišiel som pracovať. No aj počas toho ako som pracoval, stále som sa snažil aplikovať moje porozumenie a pochopenie v dennom živote. Moje poznanie dzogčhenového učenia začalo byť stále viac a viac dôležité. Za nejaký čas som stretol ľudí, ktorí sa zaujímali o Dharmu, a ktorí ma požiadali o učenie. Zo začiatku a prvých zopár rokov som im nevyhovel, pretože som nemal pocit, že som učiteľ. Vždy som sa cítil ako študent a praktikujúci. Ale neskôr to vyzeralo tak, že bude lepšie informovať a spolupracovať s ľuďmi, ktorí majú záujem. Keď som začal učiť, prirodzene som začal s Dzogčhenom. Prečo? Pretože som sa o toto učenie osobne zaujímal. Tiež sa mi zdalo, že tieto náuky a metódy budú najviac osožné a užitočné v daných okolnostiach a podmienkach. Takto som začal učiť Dzogčhen.

V tomto čase, začiatok 70-ich rokov, o Dzogčhene nikto nevedel. Keď som začal vysvetľovať náuku, ľudia si mysleli, že rozprávam o Zene, pretože niečo málo o Zene vedeli, zatiaľ čo o Dzogčhene nikto nepočul. Pomaly sa ľudia začali o Dzogčhene učiť viac a viac, a neskôr mnoho z nich objavilo, že tieto učenia sú čosi veľmi esenciálne. Dnes veľa ľudí zo Západu, ktorí nasledujú Buddhovo učenie, žiada o dzogčhenové učenie. V súčasnosti sa Dzogčhen stáva veľmi obľúbený. Niekedy sa zdá, že sa stáva modlou! No ak je to tak, je to veľká škoda. Ak sa však ľudia zaujímajú o náuku skutočne a neskôr objavia čo je Dzogčhen a na čo je dobrý, potom je to veľmi osožné a užitočné pre každého. Vždy keď stretnem ľudí, ktorí sa rozprávajú o Dzogčhene, som skutočne šťastný, pretože je to možnosť pomôcť im v pochopení učenia. Ak niekto porozumie čo je to Dzogčhen, je to pre neho veľký benefit. Taktiež, ak niekto vie čo je Dzogčhen, tak vie aj to, čo je meditácia.

Dzogčhen je naša skutočná kondícia, kondícia každého. To znamená, že Dzogčhen nie je len názov učenia. Dzogčhenové učenie nám slúži na rozpoznanie našej skutočnej prirodzenosti, našej reálnej kondície. Práve preto hovoríme o dzogčhenovom učení. No v skutočnosti sa termín Dzogčhen týka našej reálnej kondície. Cieľom meditácie je byť v našej

skutočnej kondícii. Toto je jediná cesta, ako môžeme prekonať dualizmus. Všetko naše utrpenie a rozptýlenie, všetka naša 'samsárická' situácia, vzniká priamo z dualistickej kondície. Čo by sme mali robiť na prekonanie tejto situácie a následne oslobodenie sa? Mali by sme meditovali. Prečo by sme mali meditovali? Aby sme rozpoznali stav našej skutočnej kondície. Ak nepoznáme stav našej skutočnej kondície, potom neexistuje cesta ako sa oslobodiť zo samsáry.

Ale ako rozpoznáme stav našej skutočnej kondície? Nestačí len použiť náš intelekt alebo logiku atď. Je to dobré na rozvíjanie nášho obyčajného porozumenia, no nie na rozpoznanie stavu našej reálnej kondície (to get into our real condition). Nikdy nerozpoznáme stav našej skutočnej kondície len pomocou posudzovania a myslenia, pýtania sa 'Prečo?' a odpovedáme 'Pretože'. Obyčajne majú ľudia práve túto ideu. Ako prvé myslíme 'Prečo?'. Potom sme uspokojení, keď objavíme dôvod, alebo 'Pretože'. No touto cestou sme ďaleko od rozpoznanie našej skutočnej kondície, práve naopak, rozvíjame naše problémy ešte viac. Stav našej skutočnej kondície rozpoznáme, ak vieme, čo je meditácia. Meditácia znamená, že pomocou priamej skúsenosti rozpoznáme stav našej skutočnej kondície, a nie jednoducho skrz analyzovanie a myslenie.

Môžeme mať rôzne druhy skúseností. V učení existuje veľa druhov metód. Napríklad vieme, že v Buddhizme máme učenie Sútier ako Mahayana a Hinayana, a učenie Vajrayany s Vyššou Tantrou a Nižšou Tantrou alebo Vnútorou Tantrou a Vonkajšou Tantrou. Je veľa systémov Tantier tak ako učenie Dzogchen.

Všetky tieto metódy používajú rôzne druhy skúseností, pretože pomocou skúseností môžeme rozpoznať stav našej skutočnej kondície. Ako prvé objavíme čo znamená stav našej skutočnej kondície, a potom pomocou skúseností ho aj realizujeme. Takže toto znamená učiť sa meditovali. Obyčajne si myslíme, že meditovali znamená sadnúť si na tiché miesto v stabilnej pozícii, bez pohybu, bez rozprávania, bez robenia čohokoľvek. Väčšina ľudí má názor, že meditovali znamená byť v pokoji. Toto je jedna z ciest ako meditovali, nie však jediná. Za meditáciu ľudia považujú spočívanie v kľude, no toto je metóda vzťahujúca sa viac k učeniu Sútier.

Ak meditujeme podľa učenia Sútier, niekde si sadneme a snažíme sa dostať do pokojného stavu (calm state). Veľa ľudí je uspokojených a majú radosť ak majú skúsenosť kľudného stavu. Prečo? Pretože obyčajne zažívame príliš mnoho rozptýlenia a sme totálne ovplyvňovaní našou dualistickou víziou. Dokonca aj keď chápeme rozmer (rozsah-extent) nášho rozptýlenia, naše pochopenie je len intelektuálne, takže v skutočnosti sme ním stále ovplyvňovaní.

To znamená, že keď niekde meditujeme, sedíme v tichosti a snažíme sa dostať do stavu kľudu, následne ako máme čo len malinkú skúsenosť tohto stavu, sme spokojní a máme radosť. Prečo? Pretože je to tak rozdielne od nášho stavu rozptýlenia. No v skutočnosti je to ako ísť do krásneho parku alebo krásneho hotela na jeden týždeň, na odpútanie sa od rozptýlenia. Potom sa cítime šťastní. Toto je len príklad. Je to niečo podobné.

No aj keď sa v stave kľudu na chvíľu ocitneme, neznamená to, že sme ho stabilizovali. Keď skončíme s meditáciou stavu kľudu, vstaneme a ideme von, musíme pracovať s pohybom. Možno si uvedomíme, že sme viac rozptýlení ako predtým. Prečo? Pretože sme boli kľudní, na tichom mieste. No teraz sa v opačnej situácii stáva viac a viac ťažším pracovať s pohybom.

Takže, aj napriek tomu, že sa kľudný stav obecné považuje za cestu ako meditovali, nie je to jediný spôsob. Má spojitosť s učením Sútier, pretože v Sútrach vysvetľujeme našu kondíciu a kondíciu všetkých dhariem pomocou poznania dvoch právd: absolútnej a relatívnej. Mnoho učiteľov, či už predávajú učenie Tantier alebo učenie Dzogchen, vždy vysvetľujú učenie vzhľadom k učeniu dvoch právd. Môžete vysvetliť Dharmu použitím tejto idey, no toto je cesta systému Sútier, presnejšie Mahayana Sutra systém. 'Absolútna pravda'

znamená, že vstúpime do stavu shunyata alebo prázdnoty. To značí, že objavíme, že skutočná kondícia je prázdnota a vstúpime do tejto skúsenosti. Toto poznanie sa považuje za ‘absolútnu pravdu’.

‘Relatívna pravda’ je dualistická vízia, obyčajný život. Aj keď prirodzenosť všetkého je prázdnota, očividne všetko existuje. Vidíme veci, máme kontakt s objektmi, všetko je normálne. Aj keď je všetko nereálne, veríme, že je to skutočné. Akceptujeme, odmietame, potom trpíme a vytvárame problémy. Toto sa nazýva ‘relatívna pravda’. Všetko je vysvetľované použitím týchto dvoch právd. Symbol dvoch právd sa volá nirvána a samsára.

Nirvána sa považuje za stav realizácie-absolútna pravda. Keď skutočne zažívame skúsenosť stavu shunyaty alebo prázdnoty, táto skúsenosť reprezentuje stav nirvány alebo Dharmakaya. A naopak, keď zažívame skúsenosť dualistickej vízie alebo sme ňou ovplyvnení, to je samsára. Tak čo máme robiť? Podľa náhľadu Sútry, prijmeme nirvánu a odmietneme samsáru. No podľa systému Mahayana Sutry, ak chceme dosiahnuť realizáciu, musíme porozumieť a objaviť ako sa dostať za tieto koncepty. Toto sa nazýva Prajnaparamita.

Keď sme schopní žiť v tomto poznaní, metóda, ktorú aplikujeme v systéme Sútry, je prijímanie a odmietanie. Zriekneme sa všetkých príčin negativity, všetkých príčin smerujúcich k vytvoreniu negatívnej karmy a prijmeme všetky dobré skutky a snažíme sa nahromadiť múdrosť, zásluhy atď. Toto je charakteristika prístupu Sútry, preto ho nazývame cestou Odriekania.

Táto cesta je primárne spojená s fyzickou úrovňou a našim fyzickým telom a preto v učení štýlu Sútry ako prvé prijmeme rôzne druhy sľubov. Existujú napríklad kompletne sľuby, ako tie, ktoré prijali mnísi a mníšky. Aj keď sme neobdržali kompletne sľuby, prinajmenej prijmeme sľub útočiska alebo sľub zdržať sa určitých činov ako napríklad zabíjania. Ak sme raz dali sľub, musíme nasledovať záväzok a neuskutočňovať negatívne činy. To znamená, že pomocou sľubov kontrolujeme našu existenciu tela, reči a mysle. Toto je charakteristika učenia Sútry.

Ak praktikujeme meditáciu podľa systému Sútier, snažíme sa byť v stave prázdnoty. To je ako finálny cieľ. Ale ako sa tam môžeme ‘dostať’? Pomocou praktikovania metódy fixácie. Najprv sa pomocou praxe Shine snažíme nájsť stav kludu s objektom fixácie, a neskôr bez objektu našej fixácie. Rozvíjame túto metódu krok za krokom. Tento druh meditácie pochádza z učenia Sútier, aj keď sa používa v učení Tantier a v učení Dzogčhen. Prečo? Pretože je spojený s našou myslou, ktorá je jedným s aspektov našej existencie. Obyčajne naša myseľ neustále porovnáva, súdi, myslí, vytvára veci. Takže ak praktikujeme, nenasledujeme pohyb našej mysle, sme relaxovaní a ak nemáme kapacitu byť zrelaxovaní, robíme prax fixácie.

Pozeráme na objekt, bez pohnutia očí, a zostávame ostro spočívať na objekte našej fixácie. V tomto momente myseľ nemá priestor na myslenie, posudzovanie a vytváranie iných vecí, pretože myseľ kontroluje fixácia. Nezostávame však dlho v takomto druhu fixácie. O chvíľu pomaly relaxujeme. Následne je myseľ voľná a myšlienky opäť vznikajú. Snažíme sa pozorovať funkciu myšlienok, ich potenciál a či majú stále silu nás rozptyľovať. Potom opäť zostríme (sharpen) našu fixáciu a ‘prevychovávame’ (re-educated) našu myseľ. Touto cestou sa eventuálne môžeme dostať do kludného stavu (calm state).

Keď sa nachádzame v stave kludu, je možné, že sa myšlienky nejaký čas neobjavujú. Niekedy sa môžeme v stave bez myšlienok nachádzať pomerne dlhý čas. Niekedy sa objavujú myšlienky, ktoré nemajú silu na vytváranie problémov. Vždy máme možnosť byť v stave kludu, keď nenasledujeme myšlienky, kde myšlienky jednoducho vznikajú a zanikajú, vznikajú a zanikajú. Toto je základ alebo reálna kondícia, teda prázdnota. Je to metóda, ako využiť stav kludu, ktorú používa tradícia Sútier. V Tantrizme je stav kludu používaný tiež, pretože je to skúsenosť mysle. Ale naša existencia nie je len myseľ. Máme tiež našu reč alebo energiu, a máme našu fyzickú úroveň alebo telo. Telo, reč a myseľ. Telu je ľahko porozumieť.

Termin 'reč' sa v skutočnosti týka nášho potenciálu alebo manifestácie, našej energie. No obyčajne v Buddhizme nehovoríme o 'energii' ale o 'reči'. Prečo? Existuje viacero dôvodov. Naša 'reč' alebo 'hlas' je základom pre všetok náš potenciál. Tento potenciál vzniká, rozvíja sa a manifestuje priamo cez základ zvuku. No nemyslíme len obyčajný zvuk, ktorý nazývame 'zvuk'. Sú rôzne druhy zvukov: vnútorný, vonkajší a skrytý. Vonkajší zvuk je niečo, čo môžeme počuť pomocou našich uší, ale skrytý zvuk je niečo, čo nemôže byť počuté ušami. Vnútorný zvuk nemôže byť počutý pomocou uší, môžeme ho cítiť pomocou vibrácií. Takže ak hovoríme o 'reči', týka sa to predovšetkým zvuku. Tento druh zvuku je tiež produkovaný pomocou dychu, pretože náš dych je spojený s našou vitálnou energiou (pránou).

Niekedy sa Vajrajána nazýva aj Mantrajána. Čo znamená mantra? Mantra je slovo alebo zvuk, ktorý má určitý potenciál. Keď obdržíme transmisiu tohto zvuku a aj ju aplikujeme, môžeme uskutočniť jej funkciu. Takže toto je tiež zvuk, preto používame termín Mantrajána. Mantrajána neznamena len to, že spievame určité mantry ako napr. ÓM MANI PADME HÚM. Toto je naozaj mantra, no nie je to jediný význam termínu Mantrajána. Mantra znamená zvuk: vonkajší, vnútorný a skrytý. Všetky zvuky sú mantry, toto je koreň (základ) všetkých manifestácií a všetkého potenciálu (potentialities).

V náuke Dzogčhenu, keď vysvetľujeme našu reálnu kondíciu, hovoríme o *kadag a lhundrub* v tej istej súvislosti, ako sú vysvetlené dve pravdy v učení Sútier. *Kadag* znamená čistý od začiatku, čo sa týka našej skutočnej kondície prázdnoty. Či povieme šunjáta v Sútre alebo *kadag* v Dzogčhene, nie je v tom žiaden rozdiel. Majú rovnaký význam. Ale *lhundrub* je niečo iné. *Kadag a lhundrub* sa týkajú našej skutočnej kondície, no *lhundrub* znamená jej potenciál, nie len stav prázdnoty. Prázdnota ma nekonečný potenciál. Ako sa tento potenciál sprítomňuje v našej skutočnej kondícii? Pomocou zvuku, svetla a lúčov.

'Zvuk' sa týka pôvodu (zdroju), ako sa energia vyvíja z prázdnoty, 'svetlo' sa týka ďalšieho vývoja tejto energie, 'lúče' opisujú ako sa tento proces vyvíja až do bodu, keď sa sformuje päť farieb elementov. Ak sú prítomné tri (prvotné potenciály), tak existujú aj všetky možnosti manifestácie. Manifestácia súvisí s okolnosťami, no my už máme pre ňu potenciál, nie je to niečo, čo musíme budovať z ničoho. Pre tento dôvod, v dzogčhenovom učení hovoríme, že naša skutočná kondícia je dokonalý stav od úplného začiatku. 'Dokonalý stav' znamená *kadag a lhundrub*. *Kadag* je prázdnota, ale táto prázdnota je kompletne dokonalá s (prvotnými potenciálmi) zvuku, svetla a lúčov.

Môžeme tomu porozumieť pomocou príkladu zrkadla, ktoré je v dzogčhenovom učení dôležitým symbolom. Ak sa postavíme pred zrkadlo, objaví sa v ňom naše fyzické telo: ako vyzeráme, naša výška, farba, forma a všetko ostatné, pretože zrkadlo má tento potenciál, manifestovať odrazy okamžite. Nemusíme vkladať do zrkadla žiaden špeciálny program na vytváranie figúr, ako do počítača. Nemusíme ich ani maľovať. Ak maľujeme alebo kreslíme, prvú maľujeme hlavu, potom ramená a nohy. Pomaly vytvoríme celú postavu, neskôr pridáme farby, až to nakoniec vyzerá ako človek. Toto je cesta ako niečo vytvoriť, no v zrkadle to robiť nemusíme. Všetko čo je pred zrkadlom sa v ňom aj okamžite objaví! Tak ako to je. To je príklad potenciálu zrkadla.

Ak rozprávame o potenciále zrkadla, môžeme povedať, že zrkadlo je čisté, jasné a priehľadné atď. Môžeme povedať, že má túto kvalifikáciu. Ale to, čo vidíme v zrkadle je odraz, nie jeho kvalifikácia - čistota, jasnosť a priehľadnosť. Odraz sa objaví okamžite, za pomoci kvalifikácie zrkadla. Ak existuje sekundárna príčina, ako objekt alebo osoba pred zrkadlom, objaví sa v ňom odraz. Tou istou cestou sa aj všetky naše kvalifikácie môžu manifestovať v ich čistom alebo nečistom aspekte. Ak používame metódu transformácie, ako v štýle Tantry, manifestácie v čistej dimenzii, ktoré sa môžu objaviť sa nazývajú 'čistá vízia'. Ale ak ignorujeme našu skutočnú kondíciu a vytvárame akumuláciu našej negatívnej karmy, potom máme 'nečistú víziu'. Dokonca aj 'nečistá vízia' je však vo svojom základe skutočná kondícia, je podmienená týmto potenciálom.

V učení Tantry sa naše skúsenosti považujú za veľmi dôležité. Nie len skúsenosť prázdnoty, ale aj skúsenosť pohybu na úrovni energie, ktorá sa nazýva skúsenosť jasnosti. Tantrické učenie začalo, rozvinulo sa a manifestovalo sa cez jasnosť. Ak sa v učení Sútry spýtame "Kto učil Sútry?" môžeme povedať "Buddha Sakyamuni". "Kde?" "Niekde v Indii, možno v Bodhgayi, možno vo Varanasi alebo v Rajgiri, na iných miestach, v inom čase, iným študentom." To znamená, že toto učenie sa principiálne týka materiálnej alebo fyzickej úrovne. Buddha bol fyzická bytosť, tak ako jeho študenti. Boli to obyčajní ľudia, ktorí počúvali čo Buddha vysvetľoval normálnou cestou. Je to ako dnes, keď majster niečo vysvetľuje a dáva príklady študentom, ktorí ho počúvajú a začínajú niečomu rozumieť. Toto je materiálna úroveň.

Keď hovoríme o Tantrickom učení, tak charakteristika je iná, pretože Tantrizmus sa viac týka skúsenosti. Skúsenosti prázdnoty, pohybu a úrovni energie. Ktokoľvek učil tieto náuky, neučil ich rovnako ako Buddha Sakyamuni učil Sútry, t.j. obyčajnou cestou ale pomocou manifestovania rozličných aspektov. Napríklad ako Buddha učil Kalachakru? Skrz transformáciu ako Kalačakra. Študenti však tiež neboli obyčajní študenti, pretože toto sa nedialo na fyzickej úrovni, ale na úrovni energie.

Úroveň energie nie je ľahké pochopiť a nie je to možné pre každého. Jedine ak má niekto trochu viac jasnosti, väčšiu kapacitu oddržať učenie, môže porozumieť. Ak niekoho vidíme prichádzať, možno vyzerá ako Číňan, možno ako Západniar, môžeme ho rozpoznať ihneď. V tom momente vidíme ich fyzické telo, ale ak by nemali fyzické telo ale existovali by len na úrovni energie, nemohli by sme ich vidieť. Ak je niekto veľmi citlivý, môže cítiť nejaký pocit. Toto je príklad. Nie je také jednoduché mať kontakt s takýmito druhmi manifestácií. Tento druh učenia sa nazýva Vajrayana. Termín Vajra, tak ako Dzogchen, znamená našu kondíciu: toto je skutočná Vajra. Učenie na objavenie tohto poznania sa volá učenie Vajrayana.

Charakteristika tohto učenia nie je rovnaká ako Cesta Odriekania. Tantra je Cesta Transformácie (Path of Transformation), pretože na tejto ceste vieme, že reálna podstata (true nature) našich emócií a vášní, a všetkého, čo obyčajne považujeme za negatívne, je múdrosť. Vášne a múdrosť, nie je medzi nimi žiaden rozdiel, ich podstata je rovnaká. Ak toto skutočne vieme a sme schopní žiť v tejto kondícii, potom hovoríme o osvietenej bytosti alebo manifestácii múdrosti. Ale ak túto kondíciu ignorujeme a neustále upadáme do dualistickej vízie, potom sa naše vášne stávajú negatívnymi a všetko sa manifestuje ako nečistá vízia alebo samsára.

Práve preto sa v učení Tantrier využíva tento základ a jeho aplikovanie, takisto ako aj naše úvahy spojené s realizáciou, sa týkajú metódy transformácie. Transformácia neznamená zmenu našej skutočnej kondície. Naopak, spoznaváme, že naša skutočná kondícia má od úplného začiatku veľkú hodnotu, niečo ako zlato. Guru Padmasambhava a veľa iných majstrov dáva v tejto súvislosti príklad: ak máme malý kúsok zlata, môžeme z neho vyrobiť veľa rozdielnych objektov. Ak vyrobíme sošku Buddhu, tak ľudia povedia: „A, to je zlatá soška Buddhu, aká krásna.“ Položia ju na oltár a obetujú jej kvetiny alebo vonné tyčinky a vzdávajú jej úctu (to pay respect to it). Prečo? Pretože predstavuje zlatého Buddhu. Ale ak namiesto sošky Buddhu, vyrobíme niečo iné, napríklad veľmi elegantný popolník, nikto nepríde a neobetuje kvetiny, tyčinky alebo modlitbu. Ľudia do neho jednoducho vyhodia smeti. Títo ľudia kompletne zmenili svoj náhľad, ale nezmenili prirodzenosť zlata. Zlato je vždy zlato.

To je dôvod, prečo v Tantrizme nič neodmietame. Namiesto toho, vedomí si, že všetko má hodnotu používame Cestu Transformácie. Toto je tiež prax, cesta ako meditovať. Veľa ľudí nerozumie, čo v Tantrizme meditácia vlastne znamená. Myslia si, že Tantrizmus je o robení rituálov, puji, o spievaní, hýbaní sa, tancovaní a robení muziky, tieto činnosti nepovažujú za riadnu (proper) meditáciu. Myslia si, že sú to len dajaké obyčajné pohyby atď.,

no v skutočnosti, tento druh meditácie je omnoho dôležitejší, ako len sedieť v tichosti. Prečo? Pretože vieme, že naša skutočná kondícia nie je len prázdnota ale aj energia pohybu, preto sa snažíme pracovať s touto kondíciou a narábame (to deal) s pohybom. Ak sa nám to podarí bez nervozity a napätia (tense), potom keď skončíme prax, rozvinuli sme kapacitu ako narábať s pohybom. Je to veľmi dôležité, pretože pohyb je cestou našej skutočnej kondície a takto sa pohyb stáva súčasťou našej meditácie.

V učení Sútier toto poznanie chýba, pretože v ňom neexistuje vysvetlenie ohľadne energie. Celá naša relatívna kondícia je považovaná za samsáru, ktorá musí byť odvrhnutá (rejected). Relatívna kondícia je považovaná za negatívnu od samého začiatku. Na druhej strane, Tantrické učenie vie, ako pracovať s energiou. Taktiež sa v Tantrizme za finálny cieľ nepovažuje len stav prázdnoty. Prázdnota je fajn, je to naša skutočná kondícia. Ale objaviť poznanie (getting into the knowledge) prázdnoty je oveľa ľahšie, ako vstúpiť do poznania pohybu. Ak sa v Tantrizme chceme venovať praxi transformácie, ako prvé musíme vstúpiť do poznania prázdnoty. Je to začiatok, nie finálny cieľ. Ak nemáme kapacitu byť totálne v skúsenosti prázdnoty, prinajmenšom by sme mali myslieť na to, že všetko má prázdnotu ako svoju skutočnú kondíciu a mali by sme myslieť, že sme v dimenzii prázdnoty. Z dimenzie prázdnoty, tá je ako priestor, vzniká manifestácia rôznych elementov, napríklad pomocou zvuku. Zvuk je základ, z ktorého sa rozvíjajú elementy. Elementy sa vyvíjajú jeden za druhým, element ohňa atď., a cez zvuk vzniká charakteristika piatich farieb piatich elementov. Potom sa eventuálne môžu objaviť všetky formy, napríklad mandala v čistej dimenzii, a v tejto dimenzii mandaly sa môžu objaviť manifestácie božstiev. Toto sa volá transformácia.

Existuje veľa správnych dôvodov, prečo sa transformujeme do čistej dimenzie ako mandala, namiesto transformácie do obvyčajnej dimenzie alebo prečo sa manifestujeme ako božstvo a nie ako obvyčajný objekt. Ako prvé, žijeme v dualistickej vízií alebo vízií nečistej, takže v zmysle (so in order to) prečistiť to, transformujeme všetko do čistej vízie ako mandala. A v tejto dimenzii manifestujeme rôzne druhy božstiev. Prečo? Pretože máme rôzne druhy emócií a vášní, no predovšetkým (in particular) máme tri hlavné druhy emócií (nevedomosť, hnev, pripútanosť). V učení Sútier ich nazývame tri jedy, pretože ak užijeme jed zomrieme. Skutočne, ak sme pod vplyvom jedného z týchto jedov, bude to viesť k ďalšiemu rozvoju nášho zmetenia a problémov, takže je to ako jed. Ak nemáme kapacitu na transformovanie týchto troch emócií, alebo ak nevieme, že ich skutočná podstata je ako naša vlastná múdrosť, potom samozrejme nie je žiaden rozdiel medzi Sútrou a Tantrou. Stále žijeme v našej dualistickej vízií a sme tým aj limitovaní (conditioned by it). V tomto prípade to znamená, že tri emócie sú vždy ako jedy. Ale v učení Tantier, špeciálne cez transmisiu, ako prvé obdržíme informáciu ako môžeme transformovať tri emócie nevedomosti, pripútanosti a hnevu. V tomto prípade sa tri charakteristické božstva zjavujú v ich pokojných, radostných a hnevlivých formách.

Obdržíme splnomocnenie (empowerment) napr. pomocou iniciácie, ktoré nám dáva možnosť vstúpiť do metódy transformácie. Ak túto metódu skutočne aj aplikujeme, môžeme dosiahnuť realizáciu. Môžeme obdržať podrobnú iniciáciu ako sa transformovať do pokojnej formy a takto transformovať našu nevedomosť, ktorá je jedným z koreňov našich vášní. Nevedomosť znamená, že si nie sme vedomí našej skutočnej kondície, a nie sme si vedomí ani toho, aký je náš potenciál. Nechápeme to (unaware of it), to je skutočný význam nevedomosti. Nie je to niečo také, ako keď nepôjdeme do školy a nebudeme vedieť čítať alebo písať. Obvyčajne ak povieme nevedomosť, myslíme tým niekoho, kto nemá žiadne vzdelanie. No ľudia, ktorí získali vzdelanie sú niekedy horší, ako tí, ktorí nezískali žiadne. Majú viac obmedzení a sú vzdialenejší od skutočnej kondície. Je veľmi dôležité skutočne vedieť, čo v tomto kontexte nevedomosť znamená. Existujú pokojné formy manifestácie ako

je Vajrasatva a Buddha. Keď sme pokojná bytosť v pokojnom stave, potom cez skúsenosť prázdnoty môžeme objaviť našu skutočnú kondíciu a pravdivo vstúpiť do tohto stavu.

Existujú aj hnevlivé manifestácie, ktoré sa týkajú našej energetickej úrovne jasnosti, pretože energia je pohyb. Ak niekoho vidíte v tichosti sedieť, znamená to, že príliš s pohybom nenarába. Pohyb znamená, že robíme niečo ako chodenie, skákanie, spievanie alebo recitovanie. Každá s týchto aktivít je charakteristikou pohybu. Takže, všetky hnevlivé manifestácie reprezentujú energiu pohybu. Táto energia sa predovšetkým týka našej emócie hnevu. Tak napríklad, ak sa hneváme alebo žiarlime, je to vždy pohyb, naša energia stúpne hore (charged up) a už viac nezostaváme v kľudnom, pokojnom stave. Na transformovanie tejto charakteristickej emócie použijeme hnevlivú manifestáciu.

Potom nasleduje pripútanosť. Na transformovanie pripútanosti existujú radostné formy božstiev ako je Kalačakra, Hevajra atď. Všetci títo Herukovia radostných foriem sú v yab-yum, mužskom a ženskom spojení. To reprezentuje pociťovanie. Napríklad, ak sa koncentrujeme na vizualizáciu Vajrasatvu, ktorý je sám a pozorujeme ako sa cítime, môžeme zažívať skúsenosť pokojného stavu, pretože Vajrasatva je pokojný. Ak máme túto vizualizáciu jasne v našej myseľ, tak môžeme mať aj pocit jasnosti, no nie zvláštny druh pociťovania. Ak sa transformujeme do pokojnej formy Vajrasatvu v spojení yab-yum, môžeme cítiť aj pocit spojenia (union), nie len jasnosť alebo pokojný stav.

Môžeme zažívať rôzne druhy skúseností. Ale ako môžeme s týmito skúsenosťami aktuálne pracovať? Napríklad, ak som nahnevaný, ako môžem tento hnev transformovať na múdrosť? Pomocou transformácie na hnevlivé božstvo. Ak sme obdržali iniciáciu a inštrukcie, a ak sme sa dostatočne venovali našej praxi, tak potom, kedykoľvek sa nahneváme vieme okamžite ako túto emóciu transformovať. No neznamená to, že sa transformujeme do hnevlivej formy, z dôvodu bojovať s niekým atď. Takto to nie je. Ak sme v našej nečistej vízii na niekoho nahnevaní, a myslíme si "Ja som tu, on je tam, on ma porazil. Nemám ho rád, som na neho nahnevaný!" je to dualistická vízia, vízia samsáry. Ak som v dualistickej vízii, a ak som schopný robiť prax hnevlivej transformácie ako Vajrapani, tak sa v tomto momente okamžite transformujem do Vajrapani. Nie preto, aby som s ostatnými bojoval, som za týmto konceptom, ale aby som mohol vstúpiť do čistej dimenzie. Môj hnev je spojený s mojím fyzickým telom, a ak som skutočne nahnevaný, moja tvár sčervenie a celé moje telo sa začne triasť. A aj keď som transformovaný ako Vajrapani, neznamená to, že moja tvár okamžite zbledne. Vajrapani je hnevlivá manifestácia a ja môžem zostať byť nahnevaný, už však nie som v dualistickej kondícii. Ak túto prax použijeme, skutočne funguje len vtedy, ak sme obdržali transmisiu a dostatočne sme aplikovali metódu.

Je to rozdielna metóda od tých, ktoré sa používajú v systéme Sútier. Ak pôjdete za učiteľom Sútry a spýtate sa ho, čo robiť z hnevom, nenavrhneme vám, aby ste transformovali svoj hnev. Namiesto toho vám povie, "Keď si nahnevaný, spôsobí ti to ťažké následky." V *Bodhisattvacharyavatara* sa hovorí, že ak sa hneváte čo len jediný krát, môžete zničiť všetky zásluhy a akumuláciu dobrých skutkov za niekoľko kálp. To je naozaj veľmi ťažké, zlé. Potom uvažujete o tom, že sa nesmiete nahnevať, lebo tým vytvoríte silný koreň k pokračovaniu samsáry. Ak uvažujeme touto cestou, prestaneme vyjadrovať hnev. V štýle Sútry prestaneme cítiť, a aj keď sa nahneváme nedávame to najavo. V Tantrizme ale energiu neblokujeme, radšej jej dovoľíme pokračovať. To je rozdiel. Ak sme sa netrénovali v metódach transformácie, ako napr. použitím pokojných foriem na transformovanie nevedomosti, alebo radostných foriem na transformovanie pripútanosti atď., a poznáme metódu len intelektuálne, potom nefunguje. Musíme ju trénovať, potom fungovať bude. Toto je charakteristika systému učenia Tantrizmu.

Dzogčhen nie je ako Tantra. Nie je to cesta Transformácie, používa inú metódu. Dzogčhenove učenia sa týkajú predovšetkým existencie našej myseľ, zatiaľ čo Tantrizmus sa týka našej energie a Sútra je spätá s našou fyzickou existenciou. Toto je veľmi dôležité

vedieť, potom môžeme integrovať všetky tieto učenia, môžeme porozumieť ich charakteristike a funkcii. Niekedy sú ľudia zmätení, takže je to veľmi dôležité. No nie je tým povedané, že jedno učenie je lepšie ako druhé. Radšej by sme sa mali snažiť pochopiť charakteristiku každého z nich.

Dzogčhen sa nazýva cesta samooslobodzovania. Samooslobodenie znamená, že nepotrebujeme žiaden protijed, aby sme zastavili alebo eliminovali naše vášne, ako to robíme v učení Sútry. Nemusíme ani nič premieňať z nečistej vízie na čistú, ako v Tantrickom štýle. V učení Dzogčhen samozrejme vieme, že žijeme v karmickej vízii, ktorá nebola prečistená, no v Dzogčhene nepoužívame prax transformácie, namiesto toho používame metódu samooslobodzovania. Čo to znamená samooslobodzovanie? Princíp samooslobodzovania v učení Dzogčhen je primárne spätý s našim porozumením (understanding). Porozumenie neznamená, že sme sa niečo naučili z knihy, neznamená ani analyzovanie a študovanie niečoho zopár rokov, až sme nadobudli perfektné vedomosti. V Dzogčhene sa porozumenie netýka intelektuálnych vedomostí, porozumenie znamená rozpoznanie našej skutočnej kondície. Ako prvé potrebujeme rozpoznať našu skutočnú kondíciu. Za druhé, nie je dostačujúce len rozpoznať, potrebujeme kapacitu byť v tomto stave. Nakoniec, potrebujeme integrovať celú našu existenciu tela, reči a mysle do tohto poznania. Ak sa tak stane, stávame sa dobrými praktikujúcimi Dzogčhenu.

Praktikujúci Dzogčhenu nemusí robiť veľa vecí na vonkajšej úrovni, ako je tomu v učení Sútry, alebo vykonávať veľa vecí ako v Tatre. Dzogčhen sa týka predovšetkým vedenia a poznania (knowledge, understanding). Ak máme toto vedenie a poznanie, potom sa aplikovanie Dzogčhenu stáva veľmi jednoduchým a ľahkým. Ale ak požadované poznanie chýba, alebo sme nie schopní ho objaviť, potom sa poznanie Dzogčhenu stáva len akousi ideou, dobrou ideou. Veľa ľudí verí, že pochopili náuku, no v skutočnosti je jasné, že neporozumeli, pretože sa to nezhoduje s ich situáciou. Ak naozaj máme poznanie Dzogčhenu, tak potom nemáme žiaden strach, nemáme žiadnu pripútanosť, nezakúšame samsáru ako niečo veľmi ťažké. Nie je dôležité lietať vo vzduchu ako vtáci alebo plávať vo vode ako ryby. O Mahasiddhoch hovoríme, že to robili. Ak máme túto kapacitu je to fajn. No v skutočnosti nepotrebujeme tento druh sily, nie je to hlavný princíp. Ako prvé musíme manifestovať to, ako žiť v samsáre, ako integrovať. Nie je dôležité zo samsáry utekať, ak máme kapacitu integrovať. Integrovanie znamená, že človek žije v samsáre a akceptuje kondíciu vecí bez toho, aby mal s nimi nejaký problém. Samozrejme, v samsáre sú problémy vždy, to je naša relatívna situácia. Avšak, vždy existujú riešenia na prekonanie problémov.

Byť dobrým praktikujúcim Dzogčhenu znamená nebyť pripútaný ku všetkým týmto problémom. Ak sme pripútaní, znamená to, že dobrými praktikujúcimi nie sme. Máme len intelektuálne pochopenie. O dobrom Dzogčhenovom praktikujúcom hovoríme, že je ako vták lietajúci v oblakoch. Môžeme ho vidieť ako bez stopy lieta z miesta na miesto. V tej istej súvislosti, hoci žijeme v samsáre, necítíme sa byť zaťažení toľkými problémami. Ak sa rozprávam s nejakým mojím študentom, ktorého som nevidel dlhší čas, a spýtam sa ho "Ako sa máš?" niektorí povedia OK., no za krátku chvíľu prídu iný a povedia mi "Oh, mám nejaké problémy."

Ak dobre pozorujeme veci, každý jeden má plno problémov. Je to prirodzená povaha samsáry mať plno starostí. Vždy sú tu problémy. Niekedy je správne, ak prídete za majstrom, ktorý má väčšiu jasnosť ako vy, aby vám poradil ako prekonať vaše problémy. No pred tým, ako sa spýtate, je dôležité si ujasniť, či je to skutočne problém alebo nie. Toto je veľmi dôležité, pretože je ľahké si myslieť, že vždy existuje veľa problémov, pre ktoré sa musíme strachovať. Stať sa dobrým praktikujúcim znamená, že hoci sú tu problémy, ľahšie sa riešia. To je charakteristika samooslobodzovania. Ak použijeme príklad zrkadla, tak potom samooslobodzovanie znamená, že ak sme my sami zrkadlom, tak máme aj jeho kvalifikáciu. V zrkadle sa objavuje mnoho vecí, dobrých aj zlých. Odraz sa takisto týka aj objektu, pretože

objekt a to čo je odrážané v zrkadle sú dve nezávislé veci. Niekedy môžeme mať ideu, "Je to len odraz, je to nereálne". Vieme, že je to nereálne, no je to len intelektuálne poznanie. Stále si ponechávame ideu, že hoci odraz je nereálny, objekt reálny je. Vždy zastávame tento koncept, túto pripútanosť. V skutočnosti, odraz je naozaj nereálny. Prečo? Pretože sa objavuje v zrkadle. Ale objekt je tiež nereálny. Prečo? Pretože sa objavuje v našom veľkom sne o živote.

Ak sa nachádzame v *barde* objavíme: "Oh, môj život nebol reálny". To je príklad. Ak naozaj vieme, že oboje, odraz v zrkadle ako aj objekt pred ním sú nereálne, tak sme voľní od stresu, už sa viac nestresujeme. Neexistuje žiaden dôvod, prečo by sme mali rozvíjať naše pripútanosti od doby, ako ich automaticky samooslobodzujeme. Nemusíme vyvíjať žiadnu námahu v zmysle praxe transformácie alebo čohokoľvek iného. Stačí len zotrvať v poznaní našej skutočnej kondície, to je význam samooslobodenia.

To je dôvod prečo sa učíme o dzogčhenovych učeniach: študovať a aplikovať metódy, ktoré sa stavajú čímsi reálnym. Skúsenosť, ktorá sa týka našej mysle je dôležitá nakoľko prázdnota je súčasť našej kondície. Takisto jasnosť je dôležitá, pretože je to časť našej kondície. Preto sa v praktikovaní Dzogčhenu bez limitu zamestnávame rôznymi skúsenosťami. Používame napríklad veľa metód súvisiacich s Tantrizmom. Vieme však, že tieto metódy patria k Tantrizmu a nie k Dzogčhenu. Aplikujeme ich, pretože takéto skúsenosti sú všetky časťou našej kondície jasnosti. Ale hlavný bod v Dzogčhene je integrovať celú našu existenciu s našim poznaním (*understanding*). Či je naša dimenzia čistá alebo nečistá, nezáleží na tom ktorá z nich to je, na čom záleží je nezostávať v našej dualistickej vízii ale vstúpiť do stavu integrácie. Integrácia neznamená dať dokopy nejaké veci do akéhosi mixu, to nie je integrácia. Integrácia znamená nezostávať v dualistickej vízii, myslieť, "Ja som subjekt a tam je objekt, ja sa pozerám na to, ja vidím tamto." To je dualistická vízia.

Existuje Dzogčhenová prax, ktorá sa volá *Namkha Arted*. *Namkha* znamená priestor, *arted* znamená, že hľadáme do priestoru a sme v stave meditácie. To sa považuje za dôležitú prax. No v skutočnosti to nie je len hľadanie do priestoru. Ak myslíme, "Tam je priestor a ja sa naňho pozerám", a uvažujeme touto cestou, zotrávame v dualistickej vízii. Ak však na druhej strane hľadáme do priestoru a ten istý priestor je naša dimenzia, lebo to čo vidíme, to je neduálne. Nielen o tom rozmýšľame ale to aj cítime, skutočne zažívame tento pocit, zostávať bez konceptov alebo posudzovania: toto sa nazýva *Namkha Arted*. Ak vieme ako praktikovať *Namkhu Arted*, môže nám to pomôcť pochopiť (to helps us to know), čo znamená integrácia.

Prvý dôležitý bod v učení Dzogčhen je objaviť, čo znamená naša skutočná kondícia. Keď to objavíme, je veľmi dôležité vedieť ako zotrvať v tomto stave. Integrácia je to, čo by sme sa mali učiť a čo by sme mali aplikovať počas nášho života. Nie je to ako spievanie mantry, invokácie alebo modliť sa k niekomu a prosiť "Pomôž mi". Najdôležitejšou vecou v dzogčhenovom učení je rozpoznávať (*recognising*), že naša kondícia je dokonalá od samotného začiatku a následne neustále zotrvať v tomto stave. Toto sa nazýva realizácia. Zdá sa, že je to ľahké. V skutočnosti je to naozaj ľahké alebo nie až tak ťažké. Ale ako prvé musíme rozpoznať základ, čo je naša skutočná kondícia a potom aj aplikovať toto poznanie aby sme mohli zotrvať v tomto stave. V Dzogčhene sa toto nazýva základ, cesta a ovocie. Základ sa týka našej skutočnej kondície od samotného začiatku, dokonalý stav *kadag a lhundrub*. To je naša kondícia alebo základ. Cesta znamená skutočné poznanie, nielen poznanie intelektuálne. Najskôr objavíme alebo poznáme veci intelektom. Učiteľ vysvetľuje, študent počúva a neskôr si on alebo ona myslí, "Áno, ja som pochopil, toto je toto a tamto je tamto." Intelektuálne poznanie je fajn, no neskôr potrebujeme objaviť tento stav pomocou priamych skúseností, skúsenosti prázdnoty, jasnosti a pociťovania (*sensation*). Potom rozpoznáme, čo je to kontemplácia, čo znamená byť v stave našej skutočnej kondície. Toto je viac-menej význam termínu cesta. Cesta sa týka aj meditácie: ak objavíte túto kondíciu a ste v tomto stave, je to meditácia. V Dzogčhene nepremýšľame o meditácii obyčajným spôsobom:

idem meditoval' na niečo. To je tiež jeden druh meditácie, no skutočná meditácia znamená ísť za tento spôsob. Ak sme schopní ísť za takéto koncepty, to je to, čo nazývame kontemplácia. Znamená to, byť v našej skutočnej kondícii. Ak máme úspech, ak môžeme integrovať čokoľvek a sme navždy v našej skutočnej kondícii, nazýva sa to plod: realizácia osvietenia. Môžeme to povedať rôznymi spôsobmi. Prečo hovoríme osvietenie? Neznamená to, že jedného dňa začneme vyžarovať svetlo, fantastické svetlo! Veľa ľudí má túto ideu. Radšej povedzme, že od samého začiatku je naša skutočná kondícia čistá dimenzia, dokonalý stav, tak ako slnko svieti na oblohe. Ak nie sú na oblohe žiadne mraky a slnko svieti, môžeme vidieť nekonečne lúče. To je kvalifikácia slnka. Takisto aj my máme nekonečnú kvalifikáciu múdrosti a tá sa manifestuje prirodzene, pretože je to naša skutočná kondícia. Je to prirodzená kvalifikácia, nie niečo, čo musíme vyrobiť alebo vyvíjať v tom zmysle, že na začiatku nemáme nič, potom pomaly, pomaličky pomocou praktizovania a vytvárania veci sa jedného dňa (suddenly) objaví. Takto to nie je.

Z môjho pohľadu je veľmi dôležité, aby ľudia, ktorí nasledujú náuku boli skutočne seriózní, aby sa nenachádzali vo svete fantázie. Niektorí ľudia majú veľkú fantáziu, takmer stále lietajú v oblakoch namiesto toho, aby kráčali na zemi alebo sa dotýkali zeme. Je to trochu tak. Ak napríklad niekto vysvetľuje prirodzenosť mysle, niektorí ľudia okamžite povedia: "Oh áno, toto je naozaj niečo veľmi dôležité, je to niečo veľmi hlboké". Prirodzenosť mysle takáto je, a ak máme skutočné poznanie tohto stavu, je to fajn a perfektné. Ak však o tom iba snívame, stáva sa to fantáziou.

Predtým ako nájdeme alebo objavíme prirodzenosť mysle musíme objaviť čo je myseľ. Ako vyzerá. Ak poznáme myseľ a neskôr objavíme, alebo vysvetlíme prirodzenosť mysle, tak to má zmysel. Niektorí ľudia až príliš rozprávajú o prirodzenosti mysle, no ignorujú skutočnú kondíciu mysle, ktorá je vždy obmedzená našimi konceptmi a limitmi. Myseľ môže obsahovať mnoho posudzovania (judgment) a protirečenia. Ak pozorujeme našu myseľ po dobu 30 minút, zistíme že hovorí "Áno, nie, áno, nie," a akumuluje všetky druhy problémov. Toto je charakteristika mysle. Takže je veľmi, veľmi zložitá ísť za naše limity, pretože obyčajne žijeme v dualistickej vízii a to je charakteristika našej kondície. Toto všetko bol úvod k tomu, čo učenie znamená.

Ďalej máme termín *tharlam desum*, ktorý znamená tri cesty k oslobodeniu týkajúce sa tela, reči a mysle. Je to dôležité, ak chceme vedieť charakteristiku učenia Dzogčhen. Ak ste zvedaví, ako sa naozaj môžete dostať do stavu vašej skutočnej kondície, potom pomocou transmisie a aplikácie, budete musieť ísť trošičku hlbšie k zmyslu (do) učenia. Najprv jeden krok, potom ďalší. Táto moja inštrukcia je prvý krok. Možno je to pre každého niečo veľmi užitočné, dokonca aj pre starších študentov, pamätať si ako by sme v skutočnosti mali pracovať a vstúpiť do zmyslu učenia. Taktiež, ako môžeme integrovať všetky učenia, pretože neexistuje žiadne protirečenie medzi Sútrou, Tantrou a Dzogčhenom. V esencii neexistujú žiadne rozdiely, ak skutočne máme poznanie, no veľmi často poznanie nemáme a tak vytvárame veľa konfliktov. Konflikty v učeniach neexistujú. Je to tak, pretože žijeme v samsáre a takto limitujeme samých seba.

Ak niekto položí učiteľovi otázku, táto otázka sa v princípe zakladá na jeho vlastnom záujme, na jeho ceste videnia. Povie, "Ak urobím toto, toto a toto, a nakoniec urobím toto, je to dobré alebo zlé?" Čo môže učiteľ povedať? Ak to nie je zlé povie "Áno". Následne tá istá osoba za niekým príde a povie, "Učiteľ povedal, že ako prvé musíš urobiť toto a toto a neskôr spravíš toto." Vyzerá to tak, že učiteľ vysvetlil všetko veľmi precízne, no nie je to pravda. Študent sa spýtal určitú (certain) otázku a učiteľ odpovedal: "Áno, môžeš to urobiť". Obyčajne sa hráme s vlastnou myseľou, a vytvárame mnoho konceptov.

Často sa ľudia, ktorí nasledujú učenie, chcú pýtať veľa otázok, dokonca ešte predtým ako obdržali metódy, vysvetlenia, pochopenie atď. No tieto otázky sa týkajú len ich vlastného záujmu alebo pochopenia, so všetkými ich limitmi. Ak počúvali pozorne, čo učiteľ

vysvetľoval, neskôr majú ich otázky väčší zmysel. Alebo sa jednoducho hráme s našou myslou. V Sútire sa hovorí, že myseľ je veľmi podobná opici. Opica sa nikdy neprestane hýbať, stále niečo robí, chytá, otáča atď. Ako príklad rozličných druhov vedomia a ich kontaktu s objektmi, sa v učení Sútier hovorí, že ak sa pozriete na dom s piatimi alebo šiestimi oknami, keď ste vonku uvidíte opicu v okne. Ďalšiu opicu v druhom okne, ďalšiu v treťom a tak ďalej, no v skutočnosti je tam len jedna opica, je to tá jedna opica, ktorá sa veľmi rýchlo dokáže objaviť v piatich alebo šiestich oknách. Toto je príklad. Myseľ sa týka vedomia našich zmyslov, takže existuje veľa pohybu: máme nekonečné koncepty, myšlienky a otázky, a ak pôjdeme cestou stáleho pýtania sa a opakovania znovu a znovu, nikdy sa to neskončí...