



Μάντρα για την Γη

Καλώς ήλθατε όλοι οι φίλοι ακόλουθοι και θαυμαστές του ανθρώπου που ονομάστηκε Βούδας και των διδασκαλιών του, καθώς επίσης και όσοι απλά τρέφετε κάποια περιέργεια σε σχέση με αυτόν.

Καλώς ήλθατε σε αυτή την κυβερνο-σύναξη η οποία είναι αφιερωμένη στην ενθύμηση του Βούδα και των διδασκαλιών του.

Εμείς τα ανθρώπινα όντα είμαστε ένα μείγμα. Θεωρούμαστε έξυπνοι κι έχουμε καταφέρει πολλά, υπερβολικά πολλά κάποιες φορές! Αλλά έχουμε επίσης καταστρέψει το σπίτι μας και τη κληρονομιά των παιδιών μας, και συνεχίζουμε να το κάνουμε.

Αυτό το μείγμα της παραδοξότητας της ανθρώπινης φύσης μας εμφανίζεται επειδή βρισκόμαστε σε σύγχυση σχετικά με το τι φαίνεται να μας κάνει ευτυχισμένους και τι είναι πραγματικά ωφέλιμο.

Όλοι μας έχουμε καλές, ευγενικές σκέψεις, ακόμη κι αν αυτές εμφανίζονται τόσο βραχύβιες, όσο η λάμψη μιας αστραπής μέσα στο σκοτάδι. Κάθε φορά που χαιρετούμε ζεστά κάποιον, του σφίγγουμε το χέρι, του προσφέρουμε ένα πιάτο φαί και τον καλοσωρίζουμε στο τραπέζι μας, ή απλά κάθε φορά που χαμογελάμε σε κάποιον, εκδηλώνουμε την έμφυτη αυτή τάση μας για νοιάξιμο, φροντίδα, γενναιοδωρία και αγάπη.

Ναι, κάποιες φορές, αυτές οι απλές πράξεις μπορεί να είναι στενές, κοντόφθαλμες και αποκλειστικές- περιορισμένες μόνον στην οικογένεια, στους φίλους, στους συμπατριώτες μας ή σε όσους έχουν το ίδιο χρώμα με εμάς. Αλλά δεν χωρεί αμφιβολία ότι η καλοσύνη υπάρχει εκεί μέσα μας. Και διαθέτουμε όλο το δυναμικό να την επεκτείνουμε παραπάνω, πολύ παραπάνω, και να είμαστε πιο ανοιχτοί, πιο οξυδερκείς και πιο δεκτικοί, αν όχι για το καλό κάποιου άλλου, τουλάχιστον για το δικό μας καλό.

Παρά την ιδεοληψία των μέσων ενημέρωσης με τα κακά νέα, στον κόσμο δεν υπάρχει μόνον επιθετικότητα, ιδιοτέλεια, τυραννία, βλακεία και διάσπαση. Στη



πραγματικότητα, έχουμε μεγαλύτερη αφθονία ευγενικών, καλών, προσεκτικών και αφοσιωμένων πράξεων.

Αυτήν ακριβώς τη στιγμή, είμαι σίγουρος ότι υπάρχουν εκατοντάδες χιλιάδες, αν όχι εκατομμύρια άνθρωποι που κάνουν το καλό που πηγάζει από τη καρδιά τους- σώζουν μια ζωή, ταΐζουν έναν ξένο, παραχωρούν τη θέση τους στο λεωφορείο σε κάποιο άτομο με αναπηρία ή ηλικιωμένο, αφήνουν τον αγαπημένο τους καπουτσίνο για να συνεισφέρουν σε μια προσπάθεια να σωθεί ένα είδος που κινδυνεύει να εξαφανιστεί...

Ακόμη κι ένα φευγαλέο, κοινό αίσθημα ενσυναίσθησης για τον πόνο κάποιου άλλου, μπορεί να μην φαίνεται κάτι σημαντικό. Αλλά δεν συνειδητοποιούμε ότι αυτό ακριβώς κυβερνά τον κόσμο. Χωρίς αυτή τη βασική καλοσύνη και την ενσυναίσθηση μέσα στον ίδιο τον πυρήνα της ύπαρξής μας, δεν θα μπορούσαμε ούτε καν να ζούμε μαζί.

Ξέρω ότι υπάρχουν πολλοί άνθρωποι, πολιτικών και επιχειρηματιών συμπεριλαμβανομένων, που λειτουργούν σαν να μην τους καίγεται καρφί για την ευημερία της Γης και των κατοίκων της. Παράλληλα όμως, δεν ξέρουμε για όλους τους γιατρούς και το νοσηλευτικό προσωπικό που θέτουν η ζωή τους σε κίνδυνο κάθε μέρα τους τελευταίους αυτούς μήνες;

Η καλοσύνη υπάρχει. Η ευγένεια υπάρχει. Και δεν είναι αδυναμία να είσαι καλός κι ευγενικός. Οπως είδαμε, ισχύει ακριβώς το αντίθετο!

Ο Βούδας δίδαξε και απέδειξε ότι, όπως κι αν νοιώθουμε και δρούμε τώρα, η καλοσύνη και η ευγένεια μπορούν να μαθευτούν και να γίνουν συνήθεια. Σε αυτόν τον πλανήτη Γη έχουν υπάρξει τόσο σπουδαία παραδείγματα καλοσύνης και ευγένειας, τόσο στο παρελθόν, όσο και στο παρόν και δεν έχω καμμία αμφιβολία ότι θα συνεχίσουν να υπάρχουν και στο μέλλον.

Επειδή είμαστε κοινωνικά όντα, έχουμε επηρεαστεί βαθιά από αυτές τις πράξεις του παρελθόντος και του παρόντος και από τους άλλους. Κρατιόμαστε από αυτές τις επιρροές και αυτές δημιουργούν τις αξίες μας και τις πεποιθήσεις μας. Αυτά είναι καλά νέα, γιατί σημαίνει ότι μπορούμε να επηρεάσουμε το μέλλον με ο,τι που κάνουμε



τώρα.

Και αυτό ακριβώς προσπαθούμε να κάνουμε εδώ- να υπενθυμίσουμε στον εαυτό μας κάτι, το οποίο μπορεί πραγματικά να αλλάξει τη πορεία του κόσμου.

Ναι, οι επιστήμονες, οι ιατρικοί ερευνητές, οι επιχειρηματίες, οι πολιτικοί και οι κοινωνικοί ακτιβιστές θα συνεχίσουν να αναζητούν λύσεις για τα προβλήματά μας. Θα πρέπει να ευχόμαστε να βρίσκουν καλές λύσεις, όπως για παράδειγμα ένα καλό και ασφαλές εμβόλιο που να προλαμβάνει τον κορονοϊό, και συχνά το κάνουν.

Αλλά αυτό δεν σημαίνει ότι αφήνουμε όλη τη σημαντική δουλειά και τις λύσεις στους επαγγελματίες, την ώρα που εμείς, οι κοινοί θνητοί καθόμαστε με σταυρωμένα χέρια. Στη πραγματικότητα, δεν είμαστε τόσο κοινοί και έχουμε ίση, αν όχι μεγαλύτερη ικανότητα να βοηθήσουμε- απλά και μόνον επειδή οι καρδιές μας είναι ανοιχτές και γεμάτες καλοσύνη και επειδή έχουμε τη βαθιά επιδίωξη να φέρουμε καλοσύνη, ειρήνη και αρμονία στον κόσμο.

Ολοι γνωρίζουμε ότι όταν οι επαγγελματίες, ηγέτες και επιχειρηματίες δεν έχουν αυτό το βαθύ κίνητρο της καλοσύνης στη καρδιά τους, τότε συχνά δημιουργούν περισσότερο κακό παρά καλό, όσο κι αν είναι τεχνικά άρτιοι ή δυνατοί. Γι' αυτό είμαστε τόσο τυχεροί που καθοδηγούμαστε από τη σοφία και τα επιδέξια μέσα αμέτρητων μεγάλων δασκάλων του παρελθόντος, οι οποίοι έδειξαν και απέδειξαν εξαιρετικές λύσεις που παρέχουν γνήσιο όφελος για τόσα πολλά όντα.

Ναι, οι άνθρωποι ανακάλυψαν τα αντιβιοτικά και πάτησαν στο φεγγάρι. Αλλά παρόλα αυτά τα θαύματα, έχουμε επίσης μάθει ότι σε ώρα ανάγκης, όταν οι κίνδυνοι μάς έρχονται από παντού, η βασική λύση είναι κάτι τόσο απλό, όσο το να πλένουμε τα χέρια μας.

Αλλά υπάρχει και μια ακόμη πιο απλή λύση, πιο βασική και πιο αποτελεσματική- αυτό που δίδαξε ο Βούδας 2600 χρόνια πριν και μας μεταδίδεται με αδιάσπαστη γενεαλογία από τότε. Και αυτό είναι απλά να στρεφόμεστε μέσα μας, να έχουμε επίγνωση και να θυμόμαστε ότι η καλοσύνη, η συμπόνια και η νοητική κατάσταση της πλήρους φώτισης είναι η φύση μας.



Αυτό είναι το μεγάλο δώρο και η κληρονομιά του Βούδα Σακυαμούνι. Και πράγματι, έχουμε μεγάλους ηγέτες από την εποχή του αυτοκράτορα Ασόκα, που πήραν την αφύπνιση, την αγάπη και τη συμπόνια που μάθανε από τον Βούδα και την βάλανε σε εφαρμογή- σε πολιτικό, κοινωνικό, οικονομικό και τεχνολογικό ακόμη επίπεδο. Αυτό είναι κάτι που έχει συμβεί. Μπορούμε να το κάνουμε.

Ετσι, για να γιορτάσουμε, να θρέψουμε και να γιγαντώσουμε αυτό το δώρο και το απέραντο δυναμικό του για τον κόσμο αυτές τις κρίσιμες εποχές, μια ομάδα από εμάς ξεκινάμε να απαγγέλουμε το όνομα του Βούδα Σακυαμούνι – αυτού που ενσαρκώνει ολοκληρωτικά την σοφία, την αγάπη, τη συμπόνια και την πλήρη ανοιχτοσύνη. Ο κόσμος το χρειάζεται τώρα αυτό.

Οπότε, ας απαγγέλουμε το όνομα του Βούδα. Ας τραγουδούμε το όνομά του. Ας χορεύουμε το όνομά του. Και ας επαινούμε, ας τιμούμε και ας δοξάζουμε το όνομά του.

Επειδή είμαστε κοινωνικά όντα και παρασυρόμαστε από την επίδραση των άλλων, χρειαζόμαστε μοντέλα και παραδείγματα των ποιότητων τις οποίες επιδιώκουμε και οι οποίες μπορούν να βοηθήσουν τον κόσμο. Ετσι, η ενθύμηση και η επίκληση των μεγάλων Αγίων του παρελθόντος, μας ενθαρρύνει να κλίνουμε προς το παράδειγμά τους και να τους μιμούμαστε.

Σαν ανθρώπινα όντα είμαστε επιρρεπείς στο να έχουμε στόχους. Οπότε, αν και δεν υπάρχει καμιά διαφορά ανάμεσα σε ένα μάντρα και σε εκατομμύρια μάντρα, σκοπεύουμε να ολοκληρώσουμε 100.000.000 μάντρα του Σακυαμούνι μέχρι το τέλος του έτους 2020, ξεκινώντας από τις 24 Ιουλίου, η οποία είναι μια ευοίωνη ημέρα του Τροχού του Ντάρμα.

Κι εδώ, δεν απορρίπτουμε κανέναν τρόπο απαγγελίας του ονόματος του Βούδα. Πράγματι, εκτιμούμε και χαιρόμαστε το γεγονός ότι θυσιάζετε χρόνο και ενέργεια για να το κάνετε αυτό. Ετσι, θα τιμήσουμε και θα γιορτάσουμε κάθε ένα μάντρα που θα κάνετε, είτε περπατώντας, είτε βλέποντας τηλεόραση, είτε χαζέυοντας βιτρίνες, είτε καθήμενοι στο μαξιλάρι του διαλογισμού σε έναν γαλήνιο ναό πάνω στο βουνό.

Αν το βρίσκετε βοηθητικό, πορείτε να κάνετε τις απαγγελίες στα πλαίσια του



οραματισμού που δίνεται μέσα στο κείμενο της άσκησης που σας προσφέρουμε εδώ. Αλλά είστε ευπρόσδεκτοι να χρησιμοποιήσετε οποιαδήποτε άλλη άσκηση από άλλη παράδοση ή γενεαλογία. Μπορείτε επίσης να απαγγέλετε χωρίς κανένα κείμενο ή οραματισμό, μόνο ενθυμούμενοι την καλοσύνη, την αγάπη και την αφύπνιση του Βούδα. Ο,τι σας ταιριάζει.

Σας δίνουμε επίσης εδώ διάφορες μελωδίες που μπορείτε να χρησιμοποιήσετε, αν θέλετε πού και πού να ψάλλετε το μάντρα και είστε ευπρόσδεκτοι να φτιάξετε τη δική σας μελωδία για το μάντρα και να μας την στείλετε. Το μόνο που σας υποδεικνύουμε είναι να θυμάστε, όποτε μπορείτε, πως αυτό το κάνουμε για την Γη, για την ανθρωπότητα, για τα ζώα και για όλα τα αισθανόμενα όντα.

Καθώς θα ξεπερνάμε τα τωρινά μας βάσανα, θα κάνουμε πρόοδο, θα γινόμαστε πιο άνετοι και θα νιώθουμε καλύτερα από ο, τι νιώθουν πολλοί τώρα, δεν θα γίνουμε αυτάρεσκοι. Αντίθετα, θα έχουμε μια αίσθηση αληθινής ικανοποίησης, συνεχίζοντας την ίδια στιγμή να φάλλουμε για την αληθινή ειρήνη και αρμονία πάνω σε αυτή τη Γη, ώστε οι κάτοικοι της να μην νιώσουν μόνον παροδικά ευτυχισμένοι, αλλά να αφυπνιστούν σε μια κατάσταση που θα φέρει γνήσιο όφελος που διαρκεί.