

Dirva Vipassanai

Vipassana – trijų bruožų – nepastovumo (*anicca*), netobulumo (*dukkha*) ir nesavastingumo (*anattā*) – įžvelgimas.

Vienuoliai, visko betarpiškai nepažinus, nesupratus visiškai, neišblėsus viskam aistrai, visko neatsikračius, neįmanoma sunaikinti kančios.

Ir kas tas viskas, kurio betarpiškai nepažinus, nesupratus visiškai, neišblėsus kuriam aistrai, kurio neatsikračius, neįmanoma sunaikinti kančios?

Akis, vienuoliai, regimos formos, akies sąmonė ir reiškiniai pažintini akies sąmone...

protas, proto objektai, proto sąmonė ir reiškiniai pažintini proto sąmone – tai, vienuoliai, viskas, kurio betarpiškai nepažinus, nesupratus visiškai, neišblėsus kuriam aistrai, kurio neatsikračius, neįmanoma sunaikinti kančios.

(SN 35.27)

„Vienuoliai, viskas liepsnoja. Ir kas, vienuoliai, tas „viskas“, kuris liepsnoja?

(I) (1) Akis, vienuoliai, liepsnoja, (2) matomos formos liepsnoja, (3) akies sąmonė liepsnoja, (4) akies sąlytis liepsnoja. Taip pat (5) jausmo tonas, kuris gimsta dėl sąlyčio su akimi – malonus, nemalonus ar nei malonus, nei nemalonus – jis irgi liepsnoja. Liepsnoja kuo? Liepsnoja aistros ugnimi, neapykantos ugnimi, paklydimo ugnimi, liepsnoja gimimu, senėjimu, mirtimi, liūdesiu, raudojimu, skausmu, nepasitenkinimu, neviltimi, aš sakau.

(II) Ausis liepsnoja ...

(III) Nosis liepsnoja ...

(IV) Liežuvis liepsnoja ...

(V) Kūnas liepsnoja ...

(VI) (1) Protas, vienuoliai, liepsnoja, (2) proto objektai liepsnoja, (3) proto sąmonė liepsnoja, (4) proto sąlytis liepsnoja. Taip pat (5) jausmo tonas, kuris gimsta dėl sąlyčio su protu – malonus, nemalonus ar nei malonus, nei nemalonus – jis irgi liepsnoja. Liepsnoja kuo? Liepsnoja aistros ugnimi, neapykantos ugnimi, paklydimo ugnimi, liepsnoja gimimu, senėjimu, mirtimi, liūdesiu, raudojimu, skausmu, nepasitenkinimu, neviltimi, aš sakau.

Tai matydamas, vienuoliai, apmokytas tauriųjų mokinys nusivilia ir akimi, nusivilia ir formomis, nusivilia ir akies sąmone, nusivilia ir akies sąlyčiu, taip pat ir jausmu, kuris gimsta dėl sąlyčio su akimi – malonių, skausmingų ar nei malonių, nei skausmingų – nusivilia ir juo ...

Taip pat ir jausmu, kuris gimsta dėl proto sąlyčio – malonių, skausmingų ar nei malonių, nei skausmingų – nusivilia ir juo.

Nusivylus išblėsta aistra. Išblėsus aistrai išsilaisvinama. Išsilaisvinus ateina žinojimas, kad yra išsilaisvinta.

Jis supranta, kad panaikintas (kitas) gimimas, nugyventas šventas gyvenimas, padaryta tai, kas turi būti padaryta, nebebus čia daugiau būties.

(iš SN 35.28)

Neapmokytas, vienuoliai, eilinis žmogus šiuo, sudarytu iš keturių didžiųjų elementų, kūnu gali ir nusivilti, ir prarasti aistra jam, ir išsilaisvinti nuo jo. Dėl kokios priežasties?

Matome, vienuoliai, kaip šis, sudarytas iš keturių didžiųjų elementų, kūnas auga ir sunyksta, kaip paimamas ir numetamas. Todėl neapmokytas eilinis žmogus juo gali ir nusivilti, ir prarasti aistra jam, ir išsilaisvinti nuo jo.

Bet, vienuoliai, tuo, ką vadina protu, aumeniu, sąmone, tuo neapmokytas eilinis žmogus negali nei nusivilti, nei prarasti aistra tam, nei išsilaisvinti nuo to. Dėl kokios priežasties?

Neapmokytas eilinis žmogus, vienuoliai, ilgą laiką kabinosi, savinosi, dėl prisirišimo laikėsi įsitikinimo: „Tai „mano“, aš esu tai, tai – „manasis aš“. Todėl neapmokytas eilinis žmogus tuo negali nei nusivilti, nei prarasti aistra tam, nei išsilaisvinti nuo to.

(SN 12.61)

5 Sandai (*khandhā*)

Materiali forma (*rūpa*)

Jausmo tonas (*vedanā*)

Suvokimas, atpažinimas (*saññā*)

Proto dariniai (*saṅkhārā*)

Sąmonė (*viññāṇa*)

„Materiali forma, vienuoliai, yra nepastovi (*anicca*). Tai, kas nepastovu, nepatenkinama (*dukkha*). Tai, kas nepatenkinama, nėra savastis (*anattā*). Tai, kas nėra savastis, „nėra „mano“, aš nesu tai, tai ne „manasis aš“.“ Tas su teisingu supratimu turi būti pamatyta taip, kaip tai iš tiesų yra.

Jausmo tonas nepastovus... Suvokimas nepastovus... Proto dariniai nepastovūs ... Sąmonė nepastovi. Tai, kas nepastovu, nepatenkinama. Tai, kas nepatenkinama, nėra savastis. Tai, kas nėra savastis, „nėra „mano“, aš nesu tai, tai ne „manasis aš“.“ Tas su teisingu supratimu turi būti pamatyta taip, kaip tai iš tiesų yra.

Tai matydamas ... nebebus čia daugiau būties.”

(SN 22.15)

„...bet kokia materiali forma – praeities, dabarties ar ateities, ar vidinė, ar išorinė, ar akivaizdi, ar subtili, ar prastesnė, ar puikesnė, ar tolima, ar artima – visa materiali forma (matytina taip): „Tai nėra „mano“, aš nesu tai, tai ne „manasis aš“.“ Tas su teisinga išmintimi turi būti pamatyta taip, kaip tai iš tiesų yra. Bet koks jausmo tonas ... Bet koks suvokimas ... Bet kokie proto dariniai ... Bet kokia sąmonė – praeities, dabarties ar ateities, ar vidinė, ar išorinė, ar akivaizdi, ar subtili, ar prastesnė, ar puikesnė, ar tolima, ar artima – visa sąmonė (matytina taip): „Tai nėra „mano“, aš nesu tai, tai ne „manasis aš“.“ Tas su teisinga išmintimi turi būti pamatyta taip, kaip tai iš tiesų yra.

(SN 22.59)

12 Jutimo sferų (*āyatana*)

Vidinės	Išorinės
Akis	Matomos formos
Ausis	Garsai
Nosis	Kvapai
Liežuvis	Skoniai
Kūnas	Apčiuopiami objektai
Protas	Proto objektai

18 elementų (*dhātu*)

Juslės	Objektai	Sąmonės
Akis	Matomos formos	Akies sąmonė
Ausis	Garsai	Ausies sąmonė
Nosis	Kvapai	Nosies sąmonė
Liežuvis	Skoniai	Liežuvio sąmonė
Kūnas	Apčiuopiami objektai	Kūno sąmonė
Protas	Proto objektai	Proto sąmonė

Protas = sąmonė + 52 protinės veikmės

Visada esti sąmonė (objekto žinojimas) ir ją palydinčios 7 veikmės:

1. sąlytis (*phassa*), jutimo organo, objekto ir sąmonės susidūrimas;
2. jausmo tonas (*vedanā*), sąlytį palydintis malonumo, nemalonumo ar neutralumo jausmas;
3. suvokimas (*saññā*), objekto atpažinimas, išskyrimas;
4. vienakryptiškumas (*ekaggatā*), proto sutelkimas į vieną objektą, atmetus visus kitus;
5. dėmesys (*manasikāra*), proto savaiminis nukrypimas link objekto, pririšantis prie jo visas kitas protines veikmes;
6. gyvybiškumas (*jīvitindriya*), gyvybinė jėga palaikanti kitas protines veikmes;
7. valia (*cetanā*), proto aktyvumas.

Dažniausiai (bet ne visada) esti dar 6 veikmės

1. (dėmesio) kreipimas (*vitakka*) – nutaiko protines veikmes į objektą;
2. (dėmesio) išlaikymas (*vicāra*) – verčia protines veikmes išlikti su objektu;
3. apsisprendimas (*adhimokka*) – sprendžia kaip ir į ką kreipti dėmesį;
4. energingumas (*virīya*) – suteikia protinėms veikmėms energijos ir neleidžia tingėti;
5. džiaugsmas (*pīti*) – iššaukia susidomėjimą objektu suteikdamas protui entuziazmą;
6. noras veikti (*chanda*) – noras žinoti objektą.

Nedorosios veikmės

1. **Paklydimas** (*moha*), keturių taurių tiesų nežinojimo sinonimas;
2. begėdiškumas (*ahirika*);
3. blogio nebijojimas (*anottappa*);
4. nerimas (*uddhacca*);
-
5. **godumas** (*lobha*);
6. neteisingas požiūris (*diṭṭhi*);
7. savimana (*māna*), savęs vertinimas per palyginimo su kitais prizmę;
-
8. **bjaurėjimasis** (*dosa*);
9. pavydas (*issā*), negebėjimas pakęsti kitų sėkmės;

10. savininkiškumas (*macchhariya*), nenoras dalintis savo nuosavybe;

11. graužatis (*kukkucca*);

12-13. tingulys (*thīna*) ir apatija (*middha*);

14. abejonės (*vicikicchā*), neapsisprendusio proto būseną.

Gražiosios veikmės

1. Pasitikėjimas (*saddhā*);

2. atida (*sati*);

3-4. blogų veiksmų gėdijimasis (*hiri*) ir bijojimas (*ottappa*);

5. **anti-godumas** (*alobha*);

6. **anti-neapykanta** (*adosa*);

7. lygiažiūra (*tatramajjhataṭṭhā, upekkhā*), proto pusiausvyra;

8-19. protinių veikmių ir sąmonės

ramybė (*passaddhi*);

lengvumas (*lahutā*);

lankstumas (*mudutā*);

paklusnumas (*kammaññatā*);

mokėjimas (*pāguññatā*);

tiesumas (*ujukatā*);

20-22 susilaikymas nuo neteisingo/-os

kalbos (*vacīduccaritaviratī*);

veiksmo (*kāyaduccaritaviratī*);

pragyvenimo šaltinio (*micchājīviviratī*);

23. atjauta (*karuṇā*);

24. džiaugsmas už kitus (*muditā*);

25. **išmintis** (*paññā*).

Materija = keturi didieji elementai + išvestinė materija

Žemė: kieta/minkšta, sunku/lengva, glotnu/šiurkštu.

Vanduo: tekėjimas/surišimas.

Ugnis: šilta/šalta.

Vėjas: stūmimas (spaudimas)/palaikymas.

Spalva, garsas, kvapas, skonis;

akies, ausies, nosies, liežuvio, kūno jautrumai,

gyvybingumas ir kt.