

Hrpa izmeta

Neugodne stvari, poput toga da smo najlošiji u razredu, događaju se u životu. Događaju se svakome. Jedina razlika između sretnog čovjeka i depresivnog jest u tome kako reagiraju na nedaće.

Zamislite da ste upravo proveli ugodno popodne s prijateljima na plaži. Kada ste se vratili doma ispred vrata pronađete golemu hrpu izmeta, koja je istovarena baš ispred vaših vrata. Tri stvari morate znati o toj hrpi:

1. Vi je niste naručili. Prema tome, niste vi krivi.
2. Šokirani ste. Nitko nije vidio tko je istovario izmet, tako da nikoga ne možete nazvati da ga odveze.
3. Izmet je odvratan, strahovito smrdi, a taj smrad osjećate i u kući. Gotovo je neizdrživo.

To je metafora, naravno. Hrpa izmeta ispred kuće predstavlja traumatična iskustva koja su bačena u naš život. Kao i u slučaju hrpe izmeta, tri stvari morate znati o tragedijama u svom životu:

1. Niste ih naručili. Često kažete: „Zašto baš ja?“
2. Šokirani ste. Nitko, čak ni naši najbliži ne mogu ih odagnati (iako se mogu potruditi).
3. Te su tragedije toliko užasne, uništavaju našu sreću, a bol koju tada osjećamo prožima cijeli naš život. Čini nam se gotovo neizdrživom.

Dva su načina na koja možemo reagirati kada smo zatrpani hrpom izmeta. Prvi način je da izmet nosimo sa sobom. Nešto izmeta stavimo u džepove, nešto u ruksake, nešto u kofere, a malo ga nanesimo i na majicu. Pa i hlače si možemo njime namazati. Vidjet ćemo da ćemo na taj način izgubiti dosta prijatelja. Čak će nas i najbolji prijatelji izbjegavati.

„Nošenje izmeta sa sobom naokolo“ metafora je za padanje u depresiju, tjeskobu i ljutnju. Ovi osjećaji su prirodna i razumljiva reakcija na nedaće. Ali time gubimo puno prijatelja, jer je isto tako prirodno i razumljivo da prijatelji ne žele biti s nama kada smo u takvim raspoloženjima. Usto, hrpa izmeta se ne smanjuje, a smrad je sve gori.

Srećom, postoji i drugi način. Kada je hrpa izmeta istovarena ispred naših vrata, pogledamo o čemu se radi i krenemo na posao. Uzmemo tačke, grablje i lopate. Polako utovarujemo izmet u tačke, vozimo ga iza kuće i zakapamo u vrt. To je zamoran i težak posao, no znamo da nema druge.

Ponekad jedva odvezemo poluprazne tačke na dan. Ali i tada poduzimamo nešto u vezi s problemima, da ne padnemo u depresiju. Dan za danom zakapamo izmet. Dan za danom hrpa je sve manja. Ponekad nam treba nekoliko godina, no doći će i jutro kada ćemo se probuditi, a izmeta više neće biti ispred naše kuće. Čudo se dogodilo i u našem vrtu. Cvijeće cvate posvuda po vrtu u svom bogatstvu boja. Prekrasan miris širi se ulicom, a susjedi i prolaznici dive se našem vrtu. Tada ugledamo jabuku u kutu našega vrta, koja samo što se nije slomila od težine obilnog roda. A jabuke su tako slatke, takve nigdje ne možete kupiti. Toliko ih ima da ih možete dijeliti susjedima. Čak se i prolaznici mogu poslužiti vašim čarobnim jabukama.

„Kopanje po izmetu“ metafora je koja znači prihvatiti životne tragedije kao gnojivo života. To moramo postići sami; u tome nam nitko ne može pomoći. Kopamo li po vrtu našega srca, dan za danom, hrpa boli postat će manja. Možda će nam trebati i nekoliko godina, no svanut će jutro kada više nećemo osjećati bol, a u našim srcima će se dogoditi čudo. Cvijeće dobrote širi se svuda oko nas, a miris ljubavi lebdi u zraku, osjeća se u našoj vezi, a osjećaju ga i prolaznici. Tada će se i drvo mudrosti sagnuti prema nama prepuno slatkih spoznaja u narav našega života. Moći ćemo slobodno dijeliti te slatke plodove i sa slučajnim prolaznicima.

Kada smo spoznali tragičnu bol, izvukli pouku iz nje i uredili svoj vrt, tada možemo staviti ruku na rame nekog drugog u velikoj boli i nježno reći: „Znam.“ On će shvatiti da znamo. Tako počinje suosjećanje. Pokažemo mu tačke, grablje, alat i pružimo ohrabrenje. Da nismo uredili naš vlastiti vrt, to ne bismo mogli.

Poznajem dosta redovnika koji su uvježbani u meditaciji, koji su mirni, sabrani i dostojanstveni kada ih snađe tragedija. No, rijetki su postali učitelji. Često se pitam zašto.

Čini mi se da oni redovnici koji nemaju velikih problema, koji ne trebaju kopati po hrpi izmeta, nisu postali veliki učitelji. Nasuprot tome, oni redovnici koji su se suočavali s velikim tragedijama, koji su kopali po izmetu, postali su veliki učitelji. Svi oni imaju mudrost, smirenost i suosjećanje; no oni s većom hrpom izmeta, više mogu podijeliti s drugima. Moj učitelj, Ajahn Chah, koji je bio učitelj nad učiteljima, očito je imao kompaniju za dovoz izmeta, koja mu je kamionima dostavljala izmet na vrata dok je bio mlad.

Poanta ove priče jest: želite li služiti ljudima, želite li biti suosjećajni, kada vas sljedeći put snađe tragedija, možete reći: „Jupiiiiiiii! Evo još gnojiva za moj vrt!“

*Ajahn Brahm (2014)
Krava koja je plakala i druge budističke priče o sreći*