

**Bhikkhu NYANADASSANA Mahāthera**

**(Ιωάννης Τσέλιος)**

**Ανάλυση και Σύνθεση  
του  
Νου και της Ύλης**

**Μαθήματα Πάνω  
στις Υπέρτατες Πραγματικότητες  
όπως αναφέρονται  
στην Sutta & Abhidhamma**

**Athens Theravada Center**

**ΑΝΑΛΥΣΗ ΚΑΙ ΣΥΝΘΕΣΗ  
ΤΟΥ ΝΟΥ  
ΚΑΙ ΤΗΣ ΥΛΗΣ**

Μαθήματα  
Ψυχολογίας και Φιλοσοφίας  
πάνω στις Υπέρτατες Πραγματικότητες  
όπως αυτές αναφέρονται  
στις Ομιλίες του Βούδδα

Bhikkhu NYANADASSANA Mahāthera  
(Ιωάννης Τσέλιος)

\*

Athens Theravada Center  
2020 - 2021

Μαθήματα  
Ψυχολογίας και Φιλοσοφίας

Μία Ομιλία πάνω στις Υπέρτατες Πραγματικότητες  
όπως αυτές αναφέρονται  
στις Ομιλίες του Βούδδα

Bhikkhu NYANADASSANA Mahāthera

Απομαγνητοφώνηση:

Ντεκίλα-Μαρία Ψυρροπούλου

Τα πνευματικά δικαιώματα αυτού του έργου καθώς και οποιαδήποτε εργασία εμπεριέχεται σ' αυτό, (γραφικά, μετάφραση, χρήση δεδομένων από βίντεο, βίντεο, φωτογραφικό υλικό, απομαγνητοφώνηση, κλπ.) ανήκουν στο **Athens Theravada Center.**

## ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

<u>Μάθημα 1</u>	
Εισαγωγή.....	7
<u>Μάθημα 2</u>	
Τα Αισθήματα και οι Αντιλήψεις μας.....	35
<u>Μάθημα 3</u>	
Οι Νοητικές Λειτουργίες και η Συνειδησή μας.....	61
<u>Μάθημα 4</u>	
Οι Νόμοι που διέπουν τον Ψυχολογικό μας κόσμο.....	79
<u>Μάθημα 5</u>	
Οι Διαστάσεις της Συνείδησης.....	117
<u>Μάθημα 6</u>	
Οι Φαύλες Συνειδήσεις (Α' μέρος), Ακούσαλα.....	137
<u>Μάθημα 7</u>	
Οι Φαύλες Συνειδήσεις (Β' μέρος), Απληστία-Λόμπα.....	155
<u>Μάθημα 8</u>	
Οι Φαύλες Συνειδήσεις (Γ' μέρος), Μίσος-Ντόσα.....	170
<u>Μάθημα 9</u>	
Οι Φαύλες Συνειδήσεις (Δ' μέρος), Αυταπάτη-Μόχα.....	186
<u>Μάθημα 10</u>	
Οι Καλές Συνειδήσεις Α', Κούσαλα 1.....	204
<u>Μάθημα 11</u>	
Οι Καλές Συνειδήσεις Β', Κούσαλα 2.....	230
<u>Μάθημα 12</u>	
Άρριζες Συνειδήσεις Α', Αχέτουκα 1.....	253
<u>Μάθημα 13</u>	
Άρριζες Συνειδήσεις Β', Αχέτουκα 2.....	282
<u>Μάθημα 14</u>	
Άρριζες Συνειδήσεις Γ', Αχέτουκα 3.....	309
<u>Μάθημα 15</u>	
Κάρμα 1 .....	335
<u>Μάθημα 16</u>	
Κάρμα 2 .....	358
<u>Μάθημα 17</u>	
Κάρμα 3 .....	373
<u>Μάθημα 18</u>	
Κάρμα 4 .....	389
<u>Μάθημα 19</u>	
Κάρμα 5 .....	401
<u>Μάθημα 20</u>	
Κάρμα 6 .....	421
<u>Μάθημα 21</u>	
Κάρμα 7 .....	446
<u>Μάθημα 22</u>	
Κάρμα 8 .....	467
<u>Μάθημα 23</u>	
Κάρμα 9 .....	489
<u>Μάθημα 24</u>	
Υπερκόσμιες Εκστάσεις Β' .....	515
<u>Μάθημα 25</u>	
Υπερκόσμιες Εκστάσεις Γ' .....	533

<u>Μάθημα 26</u>	
Υπερκόσμιες Εκστάσεις Δ' .....	556
<u>Μάθημα 27</u>	
Υπερκόσμιες Εκστάσεις Ε' .....	582
<u>Μάθημα 28</u>	
Απελευθερωμένα Άτομα 1 .....	612
<u>Μάθημα 29</u>	
Απελευθερωμένα Άτομα 2 .....	632



## Το Βιογραφικό του Έλληνα Βουδδιστή Μοναχού

### Νιάναντάσσανα Μαχά Τχέρα

Ο Έλληνας Βουδδιστής μοναχός Nyanadassana ή Ñāṇadassana είναι επί 37 χρόνια Πρεσβύτετος (Mahāthera) μοναχός της αρχαίας Βουδδιστικής παράδοσης Τεραβάντα και ζει ως επί το πλείστον στην Σρι Λάνκα (Sri Lanka).

Γεννήθηκε το 1959 ως Ιωάννης Τσέλιος στις Σέρρες. Τελείωσε το γυμνάσιο στην Θεσσαλονίκη και σπούδασε κοινωνιολογία στο Πανεπιστήμιο Goethe της Φρανκφούρτης στην Γερμανία.

Το 1981, σε ηλικία 22 ετών, ένα ταξίδι στην Ινδία υπήρξε το σημείο καμπής της ζωής του. Ο νεαρός Έλληνας, κοιτάζοντας ένα τουριστικό φυλλάδιο, διάβασε αυτές τις αξιομνημόνευτες λέξεις του Βούδδα:

«Αυτή είναι η τελευταία μου γέννηση.  
Έχω περάσει πέρα από τον ωκεανό της ύπαρξης.»

Στοχαζόμενος βαθειά αυτά τα λόγια, και αποφασισμένος να μάθει περισσότερα για τον Βούδδα και τις Διδασκαλίες του, επισκέφθηκε την Κουσινάρα (Kusinara), τον τόπο όπου ο Βούδδας επέτυχε την τελική ανάπαυσή του στο Νιμπάνα (*parinibbāna*). Εδώ, υπό τις οδηγίες ενός πρεσβύτερου Ινδού Βουδδιστού μοναχού, που ήταν ο Διευθυντής του Μουσείου στην Κουσινάρα, ο Τσέλιος όχι μόνο εξασκήθηκε στον διαλογισμό αλλά και διάβασε σχετικά με τον Βουδδισμό. Με περισσότερο ενδιαφέρον τώρα, αποφάσισε να αναζητήσει τις αρχικές και αυθεντικές διδασκαλίες του Βούδδα, φτάνοντας έτσι στην Σρι Λάνκα.

Το 1982, στην ηλικία των 23 ετών, έλαβε την χειροτονία από τον Σεβασμιώτατο Kaḍaveddive Shrī Jīnavaṃsa Mahāthera, τον κρατικά αναγνωρισμένο λόγιο (*rājakīya paṇḍita*), ως μέντορα (*upajjhāya*) και εισήλθε στην μοναστική ζωή για σπουδές και για πρακτική πλήρους απασχόλησης.

Επί τέσσερα χρόνια εξασκήθηκε υπό την καθοδήγηση του Σεβασμιώτατου Mātara Ñāṇārāma Mahāthera, του κρατικά αναγνωρισμένου λόγιου (*rājakīya paṇḍita*) και περίφημου διδασκάλου διαλογισμού στο μοναστήρι Nissaraṇa Vanaya, Meetirigala.

Το 1986, έλαβε την ανώτερη χειροτονία (*upasampadā*) από τον Σεβασμιώτατο Kaḍaveddive Shrī Jīnavaṃsa Mahāthera, τον κρατικά αναγνωρισμένο λόγιο (*rājakīya paṇḍita*), ως μέντορα (*upajjhāya*). Στη συνέχεια σπούδασε την αρχαία ινδική γλώσσα Πάλι (*Pāli*) και τις Τρεις

Συλλογές των Ιερών Βουδιστικών Κειμένων (*Tipiṭaka*) μαζί με τα Εξηγηματικά και τα Επεξηγηματικά Σχόλια κάτω από τρεις πολυμαθείς Πρεσβύτατους (*Mahāthera*) διδασκάλους στο μοναστήρι Gṇāpārāma Dharmāyatana, Meetirigala, όπου διέμενε επί 16 χρόνια.

Το 1997 έλαβε, μετά από γραπτές και προφορικές εξετάσεις, τον τίτλο *Vinayācariya* (Καθηγητής Μοναστικής Αγωγής). Παρακινούμενος από τον διδάσκαλό του, άρχισε να διδάσκει για αρκετά χρόνια την αρχαία ινδική γλώσσα Πάλι και τις Τρεις Συλλογές των Ιερών Βουδιστικών Κειμένων, γράφοντας επιπλέον πάνω από δέκα βιβλία.

Από το 2003 έως το 2007 ασκούσε διαλογισμό στο κέντρο διαλογισμού Pa-Auk Tawya, Mawlayimine, Μιανμάρ (Βιρμανία) και στη συνέχεια επέστρεψε στη Σρι Λάνκα. Προσκλήσεις στην Σιγκαπούρη, στην Ινδονησία, στην Μαλαισία και στην Ταϊβάν τον οδήγησαν να διεξάγει ομιλίες και να δίνει μαθήματα για την Διδασκαλία του Βούδα και μαθήματα διαλογισμού στις χώρες αυτές.

Είναι συγγραφέας και μεταφραστής πάνω από δέκα βουδιστικά βιβλία στα γερμανικά, στα αγγλικά, στη σιναλεζική (η γλώσσα στη Σρι Λάνκα) και στην γλώσσα Πάλι, και είναι έμπειρος να δίνει διαλέξεις στα αγγλικά και στη σιναλεζική.

Το μοναστικό του όνομα Ñāṇa-dassana σημαίνει «Γνώση και Όραση».

## **ΕΙΣΑΓΩΓΗ**

Καλώς ορίσατε.

Σήμερα θα ξεκινήσουμε το πρώτο μάθημα πάνω στην Ανάλυση του Νου και της Ύλης που είναι μαθήματα Ψυχολογίας και Φιλοσοφίας πάνω στις Υπέρτατες Πραγματικότητες όπως αναφέρονται στις Ομιλίες του Βούδδα.

Ο Βούδδας όπως έχετε ακούσει, ήταν ένας από τους μεγαλύτερους στοχαστές και φιλοσόφους της εποχής του, και η διδασκαλία του είχε επήρρεια σε πολλά μέρη του κόσμου. Παρ' όλο που ο βουδδισμός παρουσιάζεται στις μέρες μας σαν ένα είδος θρησκείας, στην πρωτότυπη μορφή του ήταν μία φιλοσοφία βασιζόμενη στην ανάλυση και σύνθεση του νου και της ύλης. Έτσι αυτά για τα οποία θα μιλήσουμε σήμερα, είναι βασικά θέματα της ύπαρξής μας σχετικά με τον νου και την ύλη· δύο αντικείμενα που τα χρησιμοποιούμε καθημερινά αλλά δεν γνωρίζουμε το πώς λειτουργούν, ποιός είναι ο μηχανισμός τους και το πώς εμφανίζουν διάφορα φαινόμενα όπως διαθέσεις, τάσεις και ορμές. Αυτό είναι κάτι που χρήζει διάγνωσης μέσω συστηματικής και μεθοδικής μελέτης διότι τέτοια θέματα δεν είναι απλά και είναι πολύ δύσκολο για τους απλούς ανθρώπους να τα καταλάβουν.

Έτσι, από τις αρχαίες εποχές, οι άνθρωποι σκεπτόμενοι τί είναι ο νους και τί είναι η ύλη έφτιαξαν διάφορες ιστορίες αλλά και φιλοσοφίες που υπάρχουν μέχρι σήμερα. Εφ' όσον όμως κανένας δεν χρησιμοποίησε κάποια μεθοδολογία για να αναλύσει τον νου και την ύλη, αυτά τα δύο μυστικοποιήθηκαν. Εάν βέβαια τα αναλύσουμε όπως έκαναν οι επιστήμονες δεν θα βρούμε κανένα μυστήριο σ' αυτά. Φαινόμενα επίσης όπως η αστραπή και ο κεραυνός που εθεωρούντο ως μυστήρια και γι' αυτό αποδίδονταν σε κάποια θεότητα που βρισκόταν πίσω από αυτά όπως ο Δίας, απομυθοποιήθηκαν εντελώς κάτω από τα «μάτι» της επιστήμης. Όταν δηλ. οι επιστήμονες ανέλυσαν το φαινόμενο της αστραπής, δεν βρήκαν κάποιον εκεί παρά μόνον διαδικασίες φυσικών φαινομένων που παράγουν αυτό το φως στον ουρανό. Έτσι στην σημερινή εποχή χρησιμοποιούμε απρόσωπους όρους γι' αυτά τα φαινόμενα όπως ηλεκτρισμός, ηλεκτρομαγνητισμός κλπ., και όχι το όνομα ενός ατόμου ή ενός θεού που υποτίθεται ότι βρίσκεται πίσω απ' αυτά.



Κατά τον ίδιο τρόπο ο Βούδδας ανέλυσε τον νου και την ύλη αποδεικνύοντας ότι αυτά είναι είδη ενέργειας που μας διέπουν και μας παρασύρουν ώστε να μην έχουμε καθαρή εικόνα για την πραγματική τους φύση. Η ανάλυση που θα κάνουμε βασίζεται πάνω στην εμπειρική γνώση και ιδιαίτερα στην διορατική γνώση μέσω ενόρασης, ενδοσκόπησης, και διαλογισμού, που ο ίδιος ο Βούδδας χρησιμοποίησε στην εξάσκησή του.

Ο νους είναι κάτι που βρίσκεται μέσα μας και τον χρησιμοποιούμε καθημερινά, όπως κάθε μέρα χρησιμοποιούμε τις σκέψεις μας, τις επιθυμίες μας, τις ορμές μας και τις τάσεις μας. Όμως για να δούμε πώς λειτουργεί ο μηχανισμός πίσω από αυτά χρειάζεται «χειρουργική» ή μεθοδική ανάλυση.

Εντυφώνοντας στις ομιλίες του Βούδδα, μπορεί να έχει κανείς μία πλήρη εικόνα του τί σημαίνει νους και τί σημαίνει ύλη, και με ποιόν τρόπο αλληλοεπιδρούν μεταξύ τους. Στην Δυτική φιλοσοφία έχουμε τον Γάλλο φιλόσοφο Ντεκάρτ (Καρτέσιο) ο οποίος έκανε την διχοτόμηση μεταξύ νου και ύλης. Με αυτή την ανάλυση βλέπουμε την αλληλοεξάρτηση ανάμεσα στα δύο· ότι δηλαδή ο νους επηρεάζει την ύλη και η ύλη επηρεάζει τον νου.

Στις περισσότερες περιπτώσεις είναι η ύλη που μας επηρεάζει: όταν βλέπουμε όμορφα χρώματα ή άσχημα χρώματα, όταν ακούμε όμορφους ήχους ή θορύβους, όταν μυρίζουμε όμορφες μυρωδιές ή γεύομαστε νόστιμες ή αηδιαστικές γεύσεις, κλπ. Η ύλη λοιπόν βαραίνει πολύ επάνω μας και η ψυχολογική μας διάθεση επηρεάζεται ανάλογα με τα υλικά αντικείμενα με τα οποία ερχόμαστε σε επαφή. Κατά την διάρκεια λοιπόν αυτής της ανάλυσης δεν θα επεισέλθουμε σε μεταφυσικές αναζητήσεις εφ' όσον αυτά τ'αράματα και τα φαινόμενα δεν είναι κάτι μυστήριο, αλλά μπορεί ο καθένας μόνος του να τα παρατηρήσει και να τα αναλύσει.

Κατ' αρχάς θα εξηγήσω τί σημαίνει Υπέρτατη Πραγματικότητα. Σημαίνει ότι δεν μιλάμε για άτομα ή για πρόσωπα π.χ. για τον Γιάννη, τον Κώστα ή την Μαρία, αλλά για νοητικά και υλικά φαινόμενα που συμβαίνουν σε όλα τα μήκη και τα πλάτη της γης. Η διαδικασία της σκέψης για παράδειγμα υπάρχει σε όλα τα όντα, ούτε και περιορίζεται σε ένα κράτος ή σε μία χώρα. Ο νους λειτουργεί με μια συγκεκριμένη διαδικασία παράγοντας σκέψεις, και αυτό το φαινόμενο δεν περιορίζεται φυσικά σε ένα μόνο ον αλλά σε όλα τα όντα! Ανθρώπους και ζώα. Επειδή λοιπόν τα νοητικά και τα υλικά φαινόμενα είναι κάτι αντικειμενικό και όχι υποκειμενικό, και συμβαίνουν επίσης σε παγκόσμιο επίπεδο, ονομάζονται Υπέρτατες Πραγματικότητες.

Η επιθυμία λόγου χάρη είναι ένα νοητικό φαινόμενο που δεν περιορίζεται σε μία χώρα, αλλά εμφανίζεται παντού σε όλα τα όντα ακόμα και στα ζώα, και διέπεται από έναν μηχανισμό που την κάνει να εκδηλώνεται μέσα μας. Η επιθυμία είναι μία μορφή του νου και ο νους έχει πολλές μορφές. Θα δούμε ότι ο νους εμπεριέχει πολλούς νοητικούς παράγοντες, κι έχει πολλές ιδιότητες που παράγουν ορμές, επιθυμίες, πάθη, ή ακόμα και θυμό και άλλα αρνητικά συναισθήματα μέσα μας. Ο νους δεν περιέχει μόνον θετικά αλλά και αρνητικά στοιχεία τα οποία εκδηλώνονται όταν έρχεται σε επαφή με ορισμένα αντικείμενα.

Έτσι, στα πλαίσια της Υπέρτατης Πραγματικότητας εξετάζουμε πώς η επιθυμία λειτουργεί, εμφανίζεται και εκδηλώνεται, τί είναι η συνείδηση πώς εμφανίζεται, πώς εκδηλώνεται και πώς λειτουργεί, και βασικά σε γενικές γραμμές τί είναι ο νους.

Αργότερα, αυτά τα νοητικά φαινόμενα θα τα εξετάσουμε μεμονωμένα, θα τα αναλύσουμε και θα δούμε την σύνθεσή τους. Διότι όλα τους είναι σύνθετα φαινόμενα. Η επιθυμία για παράδειγμα δεν είναι μεμονωμένο φαινόμενο αλλά σύνθετο, και υπάρχουν πολλές αιτίες και συνθήκες κάτω από τις οποίες μπορεί να εγερθεί μία επιθυμία ή οποιοδήποτε άλλο συναίσθημα όπως ο θυμός, το μίσος κλπ. Όλα αυτά είναι αίτιοκρατημένα και συνθηκοκρατημένα φαινόμενα.

Όταν οι επιστήμονες εξετάζουν και αναλύουν ένα φαινόμενο, δεν το κάνουν σύμφωνα με τον Γιώργο, τον Κώστα, την Ελένη ή την Μαρία, αλλά το εξετάζουν σύμφωνα με τους νόμους που το διέπουν, σύμφωνα με το πώς αυτό εμφανίζεται και εκδηλώνεται, σύμφωνα με τις χημικές αντιδράσεις, και σύμφωνα με την δυναμική των ηλεκτρονίων και των πρωτονίων μέσα σε ένα σώμα. Δεν μιλάνε δηλ. για κάποιο πρόσωπο αλλά για φαινόμενα και για διαδικασίες.

Κάτι ανάλογο είναι και τα νοητικά φαινόμενα που τα εξετάζουμε σαν στοιχεία. Ο νους είναι ένα στοιχείο όπως και το υλικό μας σώμα αλλά με διαφορές. Ο νους είναι το πνευματικό ή νοητικό στοιχείο μέσα μας και το σώμα μας είναι το υλικό.

Όταν για παράδειγμα ο Βούδδας μιλάει για την συνείδηση, μιλάει για το στοιχείο της συνείδησης, ή για το στοιχείο του αισθήματος, ή για το στοιχείο της επιθυμίας, ή για το στοιχείο της πρόθεσης. Εν ολίγοις, τα βλέπουμε με τελείως αντικειμενικό τρόπο και τα εξετάζουμε ως άυλα στοιχεία και όχι ως πρόσωπα. Φυσικά είναι άυλα στοιχεία που διαφέρουν από τα υλικά διότι δεν έχουν χρώμα ή σχήμα.

Η επιθυμία για παράδειγμα, τί χρώμα να έχει; τί σχήμα να έχει; μήπως τετράγωνο ή παραλληλόγραμμο; ασφαλώς δεν υφίσταται κάτι τέτοιο! Έτσι τα άυλα φαινόμενα μπορούμε να τα αισθανθούμε και να καταλάβουμε ότι υπάρχουν μέσα μας, αλλά δεν μπορούμε να τα περιγράψουμε όπως περιγράφουμε τα υλικά στοιχεία.

Για παράδειγμα, όταν αγγίξουμε ένα γυμνό καλώδιο θα μας χτυπήσει το ηλεκτρικό ρεύμα. Η αίσθηση της ηλεκτροπληξίας είναι κάτι από, όμως ο ίδιος ο ηλεκτρισμός δεν έχει ούτε χρώμα ούτε σχήμα και δεν μπορούμε να τον δούμε· μόνο να τον αισθανθούμε. Μπορούμε μέσω κάποιων μηχανημάτων να τον τροποποιήσουμε ώστε να εμφανισθεί ως φώς ή θερμότητα, αλλά ο ίδιος δεν έχει κάποια μορφή αυτή καθ' εαυτή.

Κάτι ανάλογο γίνεται και με τον νου μας. Όταν αναδύεται μέσα μας θυμός, μπορούμε να αισθανθούμε το τράνταγμα, το χτύπημα σαν ηλεκτρική εκκένωση, σαν ενέργεια... αλλά δεν μπορούμε να πούμε τί χρώμα έχουν ο θυμός ή οι άλλες διαθέσεις του νου μας! Υπάρχουν κι άλλες διαφορές μεταξύ νου ή συνειδητότητας και ύλης τις οποίες θα εξετάσουμε παρακάτω.

Αυτές ονομάζονται Υπέρτατες Πραγματικότητες διότι υπερβαίνουν τις συνηθισμένες έννοιες που χρησιμοποιούμε στην ομιλία μας καθημερινά, σχετικά με άτομα, με προσωπικότητες, με ονόματα ανθρώπων, ζώων, φυτών κλπ. Σε τελική ανάλυση μιλάμε με λεπτομέρειες για αυτά που συμβαίνουν στον νου μας, στην ύλη, και στο σώμα μας.

Για παράδειγμα, πώς εμφανίζεται η συνείδηση; υπάρχουν συνθήκες και παράγοντες που επιτρέπουν στην συνείδηση να εγερθεί. Όταν βλέπουμε κάτι με τα μάτια μας, πώς το βλέπουμε; όταν ακούμε κάτι με τα αυτιά μας, πώς το ακούμε; πώς εμφανίζεται η συνείδηση στο μάτι ή στο αυτί; πώς παράγει αισθήματα, αντιλήψεις, κλπ.; Για τέτοια πράγματα θα μιλάμε από εδώ και στο εξής, για φαινόμενα, δραστηριότητες, και διαδικασίες που συμβαίνουν στον νου, κι όχι για πρόσωπα.

Ο άνθρωπος, και γενικά κάθε έμβιο ον, αποτελείται από τον Νου που είναι το νοητό στοιχείο, και από την Ύλη που είναι το υλικό στοιχείο.

Ο άνθρωπος, και γενικά  
κάθε έμβιο όν, αποτελείται  
από τον **Νου**  
(το νοητό στοιχείο)  
και από την **Ύλη**  
(το υλικό στοιχείο).

Η έννοια της ψυχής που χρησιμοποιείται πολλές φορές από θρησκείες και φιλοσοφίες και είναι μία πολύ αρχαία έννοια, η έννοια του πνεύματος, του εαυτού, ή του εγώ κλπ., δεν είναι άλλο από παράγωγα ή κατασκευάσματα του νοητού στοιχείου, δηλ. του νου, και είναι ιδεατά.

Οι έννοιες «**ψυχή**»,  
«**ψυχή**»,  
«**πνεύμα**»,  
«**ψυχή**»,  
«**πνεύμα**»,  
«**εαυτός**»,  
«**ψυχή**»,  
«**πνεύμα**»,  
«**εαυτός**»,  
«**εγώ**», κ.λπ.  
είναι απλώς κατασκευάσματα  
ή παράγωγα του νοητού στοιχείου,  
δηλ. του νου, και είναι ιδεατά.

Εν ολίγοις, εάν δεν υπήρχε ο νους μας δεν θα μπορούσαμε να σκεφτούμε τέτοιες αφηρημένες έννοιες· έννοιες που χρησιμοποιήθηκαν από τις αρχαίες εποχές από Αιγύπτιους, Ινδούς και άλλες φυλές, που δεν είχαν την κατάλληλη μέθοδο για να αναλύσουν τον νου και τον ονόμασαν ψυχή, πνεύμα, κλπ.

Με την ανάλυση που θα κάνουμε θα κατανοήσουμε ότι αυτές είναι έννοιες που παρήχθησαν από τον ίδιο τον νού στην προσπάθειά μας να βρούμε κάτι μόνιμο μέσα μας. Αυτό που μας κάνει ανθρώπους, αυτό που μας κάνει έμβια όντα δεν είναι μόνο το σώμα μας ή το υλικό στοιχείο αλλά και ο νούς μας, το νοητό στοιχείο, δηλ. η ικανότητα της νόησης καί της συνείδησης σε σχέση με τα αντικείμενα με τα οποία ερχόμαστε σε επαφή.

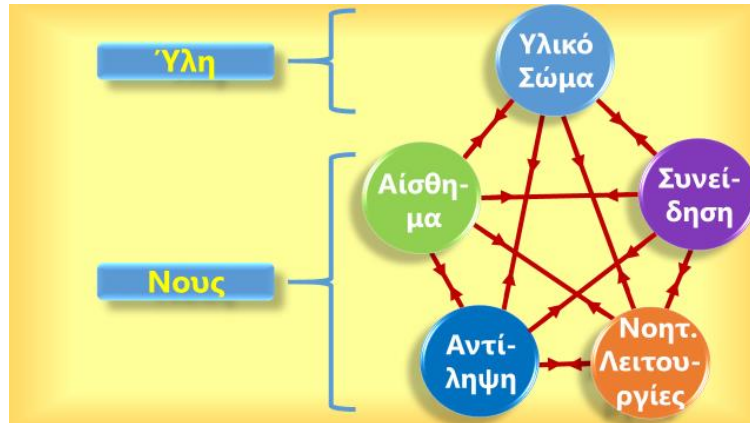
Δίνουμε ένα παράδειγμα: μπροστά σας πιθανόν να έχετε ένα τραπέζι ή μιά καρέκλα, δηλ. υλικό στοιχείο που συνήθως βρίσκεται πάνω στο πάτωμα. Το τραπέζι δεν γνωρίζει ότι βρίσκεται πάνω στο πάτωμα, και το πάτωμα δεν ξέρει ότι επάνω του βρίσκεται ένα τραπέζι! Αυτό οφείλεται στο ότι είναι υλικά στοιχεία που τους λείπει η συνείδηση, κάτι που συμβαίνει με όλα τα αντικείμενα. Άλλο παράδειγμα: πάνω στο τραπέζι έχετε ένα ρολόι. Το ρολόι παρ' όλο που έχει μέσα του μηχανισμό, δεν ξέρει ότι βρίσκεται πάνω στο τραπέζι και το τραπέζι δεν ξέρει ότι πάνω του βρίσκεται ένα ρολόι. Ο μηχανισμός του ρολογιού είναι άψυχος και χωρίς συνείδηση. Ρολόι, τραπέζι, πάτωμα, είναι όλα τους άψυχα ασυνείδητα υλικά αντικείμενα.

Το χέρι όμως που σηκώνει το ρολόι από το τραπέζι έχει συναίσθηση, έχει συνείδηση, και μπορεί να καταλάβει ότι υπάρχει ένα βάρος εδώ, ένα αντικείμενο. Επειδή λοιπόν μέσα μας υπάρχει συνείδηση, μπορούμε να αντιληφθούμε ένα αντικείμενο, να δούμε το χρώμα του και τις λεπτομέρειες από τις οποίες αποτελείται. Εμείς σαν ζωντανά, σαν έμβια όντα, δεν έχουμε μόνο αυτό το σώμα, αλλά έχουμε και συνείδηση και αυτή η συνείδηση είναι που μας κάνει να καταλαβαίνουμε τα αντικείμενα γύρω μας αλλά και το ίδιο μας το σώμα.

Ένα παράδειγμα για το σώμα: τα οστά μας δεν μπορούν να καταλάβουν ότι είναι τυλιγμένα από σάρκα και τένοντες, ούτε όμως και η σάρκα και οι τένοντες μπορούν να καταλάβουν ότι βρίσκονται γύρω από οστά· τα οστά, η σάρκα, οι τένοντες, δεν έχουν συνείδηση. Εμείς όμως έχουμε, και γι' αυτό μπορούμε να καταλάβουμε πώς είναι και πώς λειτουργούν αυτά τα πράγματα. Έχουμε το στοιχείο της νόησης και θα εξετάσουμε πώς λειτουργεί, πώς εκδηλώνεται, πώς εμφανίζεται, πώς δραστηριοποιείται, και γενικά θα αναλύσουμε τον νού και την ύλη και πώς ο νούς επηρεάζει αλλά και επηρεάζεται με την σειρά του από την ύλη.

Η ανάλυση αυτή γίνεται ως εξής:

πρώτα διαιρούμε τον νού και την ύλη σε πέντε κατηγορίες:



Η ύλη είναι το υλικό σώμα, και ο νούς είναι το αίσθημα, η αντίληψη, η συνείδηση, και οι νοητικές λειτουργίες. Στην συνέχεια βλέπουμε την αλληλεπίδραση μεταξύ των πέντε αυτών στοιχείων.

Η ύλη για παράδειγμα επηρεάζει το αίσθημα: όταν βλέπουμε ή ακούμε κάτι όμορφο νιώθουμε όμορφα, εάν βλέπουμε κάτι άσχημο αισθανόμαστε άσχημα· η κριτική μας ικανότητα επηρεάζεται πολύ από την ύλη για τις αποφάσεις που παίρνουμε.

Το αίσθημα με την σειρά του έχει επίπτωση στην αντίληψη· π.χ. ανάλογα με τα καλά ή τα άσχημα αισθήματα που μας προκαλούνται από την ύλη, διαμορφώνεται και η αντίληψή μας για τα αντίστοιχα αντικείμενα.

Η αντίληψη δεν είναι κάτι σταθερό μέσα μας αλλά επηρεάζεται από τα αισθήματα που κι αυτά επηρεάζονται από την ύλη, τα υλικά φαινόμενα και τα υλικά αντικείμενα με τα οποία ερχόμαστε κάθε μέρα σε επαφή. Η αντίληψη με την σειρά της ανάλογα με το αν είναι καλή ή άσχημη, επηρεάζει τις νοητικές λειτουργίες προκαλώντας είτε επιθυμία, είτε θυμό και άλλα αρνητικά συναισθήματα.

Οι νοητικές λειτουργίες επηρεάζουν την συνείδηση κι αυτή το υλικό σώμα. Το υλικό σώμα μπορεί να επηρεάσει απ' ευθείας την αντίληψη, οι νοητικές λειτουργίες να επηρεάσουν το υλικό σώμα, όπως για παράδειγμα όταν είμαστε θυμωμένοι η καρδιά μας χτυπάει έντονα και γρήγορα, το αίσθημα μπορεί να επηρεάσει την συνείδηση, και ούτω καθ' εξής...

Βλέπουμε εδώ ένα σύμπλεγμα αλληλοσυσχέτισης και αλληλεπίδρασης μεταξύ αυτών των πέντε φαινομένων. Είναι κάτι που μπορούμε να το καταλάβουμε μέσω συστηματικής παρατήρησης. Ποιός είναι αυτός όμως που θα κάνει την παρατήρηση και πώς θα την κάνει;

Η επιστήμη στην εποχή μας έχει αναπτυχθεί πάρα πολύ ώστε να κατανοήσει τον κόσμο μας, να κατανοήσει το σύμπαν γενικά· έχουν δωθεί ονόματα σε κάθε γνωστό άστρο και γαλαξία, και η αστροφυσική, η αστρονομία, κλπ. έχουν εξαντλήσει σχεδόν κάθε είδους έρευνα και μελέτη για την ύλη. Όμως ενώ έχουν διαλύσει τόσα ερωτήματα που είχαμε για την ύλη, ο νους και ιδιαίτερα η συνείδηση παραμένουν ακόμα μυστήριο.

Ποιός είναι τελικά αυτός που αναλύει αυτά τα φαινόμενα, και πώς;

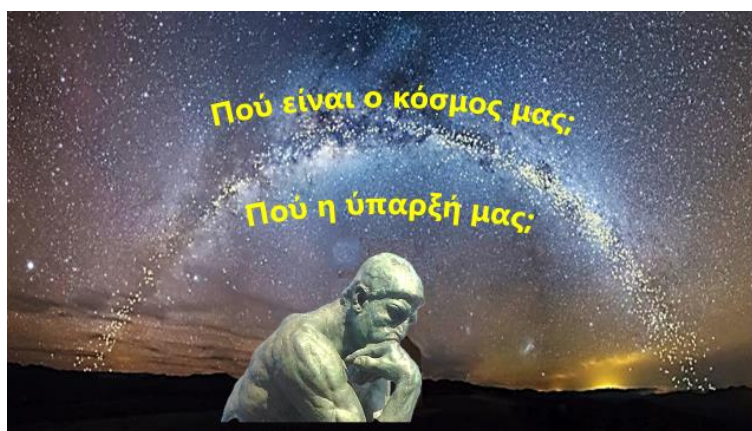
Για να το πετύχουμε δεν επικεντρωνόμαστε έξω από το σώμα μας, αλλά μέσα σ' αυτό. Έχουμε ήδη διδάξει τον διορατικό διαλογισμό που είναι τόσο αναλυτικός, και μέσω του οποίου μπορούμε να κατανοήσουμε αυτά τα φαινόμενα και τον τρόπο που συμβαίνουν.

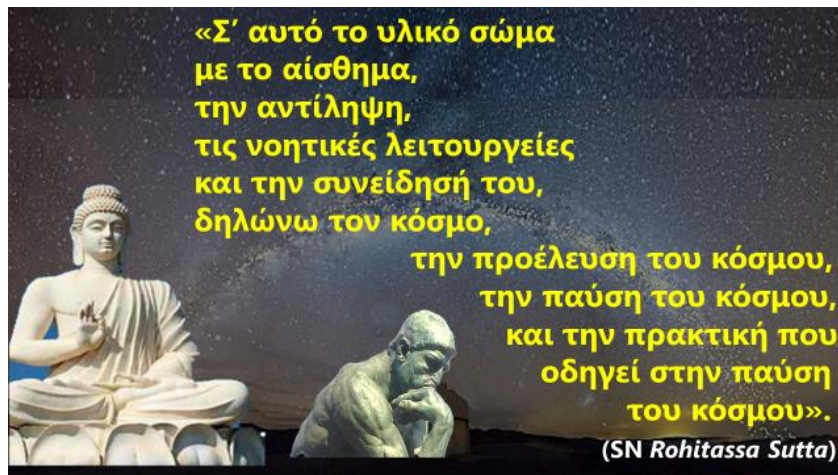
Ο διορατικός διαλογισμός χρησιμοποιεί αυτήν την μεθοδική αντικειμενική παρατήρηση, για να τα αναλύσει. Δεν προσπαθεί να τροποποιήσει αυτά τα φαινόμενα αλλά να τα παρατηρήσει με έναν συστηματικό μεθοδικό τρόπο, όπως ακριβώς κάνει ένας επιστήμονας που παρατηρεί ένα άστρο χωρίς να προσπαθεί να τροποποιήσει την τροχιά του αλλά να την κατανοήσει, και να δει την επίδραση που έχει αυτή η τροχιά στις τροχιές άλλων αστέρων και το αντίθετο, ή πώς οι γαλαξίες επηρεάζουν τις κινήσεις άλλων γαλαξιών με αποτέλεσμα κάποιοι απ' αυτούς να συγκρούονται και να συγχωνεύονται δημιουργώντας καινούριους γαλαξίες, κλπ.

Το σύστημα του διορατικού διαλογισμού λειτουργεί ενδοσκοπικά ώστε να καταλάβουμε το σύμπαν που υπάρχει μέσα μας... αυτόν τον μικρόκοσμο που ακόμα δέν έχει αναλυθεί έπαρκως τουλάχιστον από τό κύριο σώμα τής έπιστήμης.

Πού είναι ο κόσμος μας τελικά; πού είναι η ύπαρξή μας;

Ο Βούδδας δίνει την απάντηση:

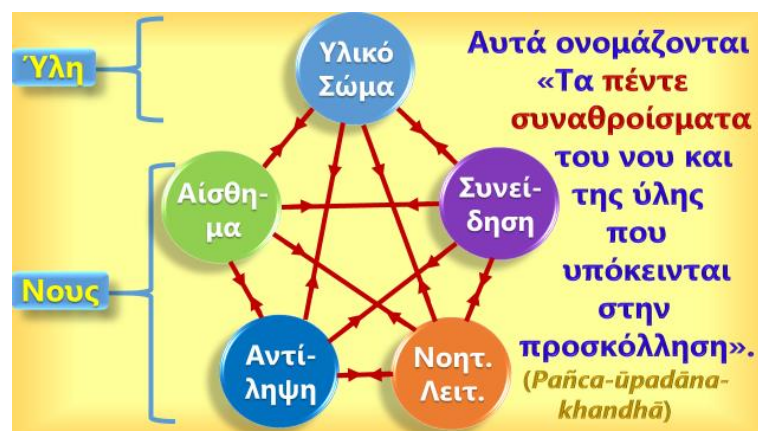




Ο Βούδδας λοιπόν δίνει έμφαση σ' αυτό εδώ το σύμπλεγμα που ονομάζεται σώμα και νούς, το οποίο δεν είναι μακριά από εμάς αλλά το κουβαλάμε κάθε μέρα μαζί μας. Δεν χρειάζεται να στήνουμε τηλεσκόπια και δορυφόρους στον ουρανό για να το παρατηρήσουμε. Ο νούς μας όμως έχει πάντα αυτήν την φυγοκεντρική τάση να στρέφεται προς τα έξω· ενώ η κεντρομόλος δύναμή του είναι πολύ ασθενική. Γι' αυτό είναι δύσκολο στους περισσότερους ανθρώπους να στρέψουν την προσοχή τους προς τα μέσα και να αναλύσουν αυτά τα πράγματα.

Τι είναι το υλικό σώμα; Είναι το δικό μας σώμα και τα σώματα των άλλων όντων, εξωτερικά και εσωτερικά.

Τι είναι ο νούς; Σε γενικές γραμμές είναι το αίσθημα, η αντίληψη, οι νοητικές λειτουργίες, και η συνείδηση.



Έχουμε λοιπόν τον νού και την ύλη που συνθέτουν τις πέντε κατηγορίες που ονομάζονται «πέντε συναθροίσματα». Τα ονομάζουμε πέντε συναθροίσματα διότι το σώμα για παράδειγμα δεν αποτελείται από ένα μόνο στοιχείο αλλά από πολλά. Το αίσθημα δεν είναι μόνο ένα αλλά είναι ένα σύνολο αισθημάτων. Το ίδιο και το αυτό για τα υπόλοιπα στοιχεία.

Προσκολλημένοι στο σώμα μας και στις νοητικές μας λειτουργίες, δίνουμε την δυνατότητα στις πέντε αυτές κατηγορίες να υπάρχουν.



Χωρίς αυτή την προσκόλληση αυτά τα πέντε συναθροίσματα δεν θα υπήρχαν.

Η προσκόλληση είναι η κόλλα που κολλάει αυτά τα υλικά και νοητικά φαινόμενα μαζί.



Η προσκόλληση λαμβάνει χώρα ως ακολούθως:



Δηλαδή: Το σώμα μου είμαι εγώ, τα αισθήματά μου είμαι εγώ, οι αντιλήψεις μου κι η συνείδησή μου είμαι εγώ... Η επιθυμία είναι δικιά μου, ο θυμός είναι δικός μου, αυτή η ιδέα είναι δικιά μου, οι σκέψεις μου είναι δικές μου... όλα αυτά είναι ο εαυτός μου... η ψυχή μου...! Με την κόλλα της προσκόλλησης κολλάμε σε όλα αυτά τα συναθροίσματα!

Θα δείξουμε επίσης πως μπορεί κάποιος - εάν αντιληφθεί την προσκόλληση που έχει στα πέντε συναθροίσματα - να τα ξεπεράσει με συγκεκριμένο τρόπο.

Ο Βούδδας λέει:

«Σε ότιδήποτε προσκολλάται κάποιος στον κόσμο, είναι μόνο

- στο υλικό σώμα,
- στο αίσθημα,
- στην αντίληψη,
- στις νοητικές λειτουργίες, και
- στη συνείδηση που προσκολλάται.»

(SN 22:79)

Τι σημαίνει συναθροίσιμα;



Το σώμα μας είναι μια συσσωρευση στοιχείων και όχι ένα πράγμα, ή μια μονάδα. Αποτελείται από πολλά στοιχεία, και όλη αυτή η συσσωρευση και η συγκρότηση των στοιχείων είναι που συνθέτουν το σώμα μας.

Το ίδιο συμβαίνει και με το αίσθημα. Το αίσθημα δεν είναι ένα πράγμα αλλά είναι κάτι που μπορεί να εμφανισθεί με πολλές μορφές. Όλες αυτές τις μορφές τις παίρνουμε και τις λέμε συναθροίσιμα. Τις βάζουμε όλες μαζί και λέμε ότι το τάδε αίσθημα εμφανίζεται με αυτόν ή τον άλλον τρόπο. Τα αισθήματα μπορεί να είναι ευχάριστα, δυσάρεστα ή ουδέτερα και δημιουργούνται μέσα από την επαφή ενός αισθητήριου οργάνου με το ανάλογο αντικείμενο. Όταν βλέπουμε ένα αντικείμενο με το μάτι έχουμε διαφορετικό αίσθημα απ' ότι όταν ακούμε μουσική με το αυτί, κλπ.

Το ίδιο και με την αντίληψη. Έχουμε διάφορες αντιλήψεις. Το ίδιο και με την συνείδηση και με τις νοητικές λειτουργίες.

Γι' αυτούς που θα ήθελαν να γνωρίζουν τους όρους αυτούς στην αρχαία ινδική γλώσσα Πάλι που χρησιμοποιούσε ο Βούδδας, παραθέτω τον επόμενο πίνακα:

Τα Πέντε Συναθροίσιμα	
1. Το υλικό σώμα	Rūpa
2. Το αίσθημα	Vedanā
3. Η αντίληψη	Saññā
4. Οι νοητικές λειτουργίες	Sañkhāra
5. Η συνείδηση	Vīññāna

Αυτά τα πέντε είναι η πρώτη κατηγορία και φυσικά υπάρχει η υποδιαίρεσή τους: όταν για παράδειγμα αναλύουμε το σώμα, σε πόσες υποκατηγορίες το διαιρούμε; όταν αναλύουμε την συνείδηση, πόσες υποκατηγορίες υπάρχουν; να σας πω εδώ σε πρώτη ανάλυση ότι υπάρχουν 89 είδη συνείδησης, και αν τα αναλύσουμε περισσότερο φτάνουμε στα 121 είδη!

Αυτή η ανάλυση λοιπόν μας δίνει μια εικόνα για το ότι εμείς δεν είμαστε ένας απλός οργανισμός που αποτελείται από ένα πράγμα μόνον, αλλά είμαστε ένας πολυσύνθετος οργανισμός που χρειάζεται όλες αυτές τις πολύπλοκες λειτουργίες για να έχουμε μια εμπειρία στην ζωή. Αυτόν τον πολύπλοκο μηχανισμό μπορούμε να τον καταλάβουμε μόνο εάν τον αναλύσουμε.

Εξετάζοντας τώρα τα πέντε συναθροίσματα διαπιστώνουμε ότι δεν είναι στατικά μέσα μας, αλλά εγείρονται, παρακμάζουν, μεταβάλλονται, και επηρεάζονται από πέντε αιτιώδεις νόμους.

**Η έγερση και η παρακμή αυτών των συναθροισμάτων στην παρούσα στιγμή, επηρεάζεται από πέντε αιτιώδεις νόμους:**

- βιολογικούς νόμους,
- ατμοσφαιρικούς, φυσικούς νόμους,
- ψυχολογικούς νόμους,
- εκούσιους ή καρμικούς νόμους, και
- κοσμικούς νόμους.

Η ζωή μας πάνω σ' αυτόν τον πλανήτη εξαρτάται από αυτούς τους πέντε νόμους.

Επηρεαζόμαστε από την βιολογία μας και από τις ατμοσφαιρικές συνθήκες. Εάν λόγου χάρη δεν υπάρχει οξυγόνο εδώ που κάθεστε, τότε δεν

μπορείτε να υπάρχουνε.

Ο ψυχολογικός μας κόσμος είναι βασισμένος κατά ένα μεγάλο μέρος στον υλικό κόσμο εφ' όσον το σώμα μας βασίζεται σε υλικά στοιχεία για να υπάρξει.

Στην συνέχεια, σύμφωνα με τις ψυχολογικές μας διαθέσεις κάνουμε πράξεις, και δημιουργούμε κάρμα. Εάν η ψυχολογική μας κατάσταση είναι καλή κάνουμε καλές πράξεις, εάν είναι κακή κάνουμε κακές πράξεις, κλπ.

Τέλος, εξαρτώμεθα από τους κοσμικούς νόμους που διέπουν τα πάντα.

Εν τέλει, αυτό που ονομάζουμε νού, δεν είναι κάτι ανεξάρτητο και αυτόνομο αλλά κάτι εξαρτημένο.



Το υλικό σώμα και τα στοιχεία που το αποτελούν ονομάζονται Ύλη, ενώ ο νους και τα παράγωγά του όπως το αίσθημα, η αντίληψη, οι νοητικές λειτουργίες και η

συνείδηση, ονομάζονται Νοητό.

Έχουμε δηλ. την ύλη, και έχουμε και το νοητό στοιχείο που μπορεί να καταλάβει το νοητό αλλά και το υλικό στοιχείο – κάτι που η ύλη δεν έχει την δυνατότητα να το κάνει σύμφωνα με τα παραδείγματα που σας είχα δώσει νωρίτερα.

Οι επιστήμονες στην εποχή μας προσπαθούν βέβαια να δημιουργήσουν τεχνητή νοημοσύνη, όμως για την ώρα αυτή δεν είναι παρά ένα ρομπότ που λειτουργεί σύμφωνα με το πρόγραμμα που του έχει εμφυτευτεί. Όταν λοιπόν μιλάμε για το νοητό στοιχείο συμπεριλαμβάνουμε αυτές τις τέσσερις κατηγορίες: αίσθημα, αντίληψη, νοητικές λειτουργίες και συνείδηση.

Άλλος τρόπος απόδοσης για να ονομάσουμε το υλικό σώμα είναι Υλικότητα, και τα 4 στοιχεία του νου Νοητικότητα.



**Νοητικότητα (*Nāma*)**

**Ο τρόπος που εκδηλώνεται η νόηση.**

**Το σύνολο των στοιχείων (γνώσεων, αντιλήψεων, ικανοτήτων κλπ.)**

**που συγκροτούν το πνευματικό επίπεδο κάποιου.**

***Mentality* (Νοητικότητα)**

***Materiality* (Υλικότητα)**

Ένας άλλος τρόπος είναι να ονομάσουμε το υλικό σώμα ως Υλικό Στοιχείο, και τις 4 νοητικές κατηγορίες ως Άυλο Στοιχείο.

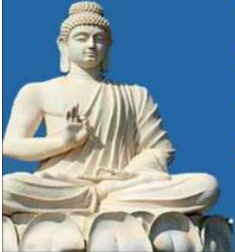


Ένας ακόμα τρόπος είναι να ονομάσουμε το υλικό σώμα ως Υλικότητα, τις 3 κατηγορίες του νου Νοητικότητα, και την 4<sup>η</sup> κατηγορία απλά ως Συνείδηση.



Αυτός ο τρόπος χρησιμοποιείται από τον ίδιο τον Βούδδα όταν θέλει να δώσει έμφαση στην συνείδηση και να την αναφέρει ως κάτι ξεχωριστό. Ο όρος συνείδηση χρησιμοποιείται επίσης σαν όρος-ομπρέλλα, που περικλείει όλες τις κατηγορίες του Νοητού ή της Νοητικότητας. Έτσι παρακάτω δίδεται μία πιο αναλυτική παρουσίαση της Νοητικότητας ή του Νοητού.

Λέει λοιπόν ο Βούδδας:



**«Και τι είναι η νοητικότητα (*nāma*) ;  
Το αίσθημα (*vedanā*),  
η αντίληψη (*saññā*),  
η πρόθεση (*cetanā*),  
η νοητική επαφή (*phasso*), και  
η προσοχή (*manasikāro*):  
Αυτή ονομάζεται νοητικότητα».**  
(SN *Vibhaṅgasuttaṃ*)

### Νοητικότητα (*Nāma*)

Εδώ βλέπουμε την ανάλυση των νοητικών λειτουργιών:

Το αίσθημα είναι το συνάθροισμα του

Το αίσθημα (*vedanā*) = το συνάθροισμα του αισθήματος  
Η αντίληψη (*saññā*) = το συνάθροισμα της αντίληψης

η πρόθεση (*cetanā*)  
η νοητική επαφή (*phasso*)  
η προσοχή (*manasikāro*) } το συνάθροισμα των νοητικών λειτουργιών

αισθήματος, η αντίληψη είναι το συνάθροισμα της αντίληψης, και η πρόθεση, η νοητική επαφή και η προσοχή, είναι το συνάθροισμα των νοητικών λειτουργιών.

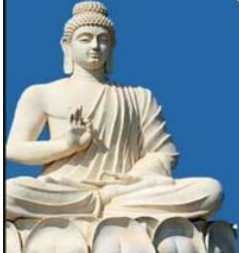
Εδώ έχουμε μια άλλη ταξινόμηση: οι 3 κατηγορίες της νοητικότητας ονομάζονται Νοητικοί παράγοντες και η συνείδηση ονομάζεται *Τσίττα*, δηλ. Σκέψη, Συνείδηση, Συνειδητότητα.



Η Νοητικότητα δεν αναφέρεται πλέον μ' αυτόν τον όρο, αλλά με την ιδιότητα των στοιχείων που την αποτελούν, δηλ. νοητικοί παράγοντες, ενώ η Συνείδηση αναλύεται σε σκέψη, συνειδητότητα, και συνείδηση.

Ο Βούδδας λέει:

Αλλά αυτό που ονομάζεται  
«σκέψη» (*citta*),  
«νους» (*mano*)  
«συνείδηση» (*viññāṇa*)  
εγείρεται ως ένα πράγμα και  
παύει ως άλλο μέρα και νύχτα.  
(SN Assutavāsuttam)



Από αυτό το απόσπασμα καταλαβαίνουμε ότι οι όροι «σκέψη», «νούς», και «συνείδηση» είναι συνώνυμοι και έχουν να κάνουν με το πνευματικό μέρος του εαυτού μας. Παραθέτουμε κάποιους όρους που σχετίζονται με τον νού, καθώς και τα συνώνυμά τους στην Πάλι: Βιννιάνα (συνείδηση), Τσίττα (σκέψη), Μανό (νούς). Αυτές οι τρεις λέξεις είναι οι σπουδαιότερες που δίνουμε για τον νού.

Όροι Σχετιζόμενοι με τον Νου			
	<i>Viññāṇa</i>	<i>Citta</i>	<i>Mano</i>
5 Συναθροίσματα	✓	✓	
Σκέψη	✓	✓	✓
6 Αισθητήρια Όργανα			✓
6 Αισθήσεις	✓	✓	
Συντονιστής των 6 Αισθήσεων			✓
Προσωπικότητα	✓	✓	
Διαδικασία της Επαναγέννησης	✓	✓	

Σε σχέση με τα 5 Συναθροίσματα, αναφέρονται μόνο οι όροι συνείδηση και σκέψη αλλά όχι ο νούς.

Σχετικά με την Σκέψη αναφέρονται και οι τρεις όροι διότι μπορούν να

καλύψουν την λέξη σκέψη στα ελληνικά.

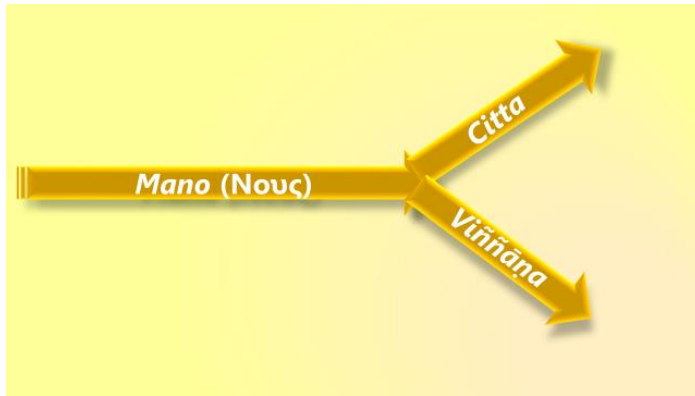
Στα 6 Αισθητήρια όργανα αναφέρεται μόνον ο νούς διότι είναι το έκτο αισθητήριο όργανο. Τα υπόλοιπα 5 είναι τα υλικά αισθητήρια όργανα.

Στις 6 Αισθήσεις αναφέρονται μόνον η συνείδηση (βιννιάνα) και η σκέψη (τσίττα), διότι γινόμαστε πιο συγκεκριμένοι στο πώς αντιλαμβανόμαστε ένα αντικείμενο ή πώς σκεπτόμαστε κάτι.

Συντονιστής των 6 αισθήσεων είναι μόνον ο νούς (μανό).

Σχετικά με την Προσωπικότητα έχουμε την συνείδηση και την σκέψη: λέμε ότι «αυτός έχει συνείδηση» ή «σκέφτεται ορθά».

Τέλος, την Διαδικασία Επαναγέννησης την αναφέρουμε εδώ, διότι αργότερα που θα την συναντήσουμε θα δούμε ότι η συνείδηση και η σκέψη έχουν κοινά στοιχεία με αυτήν.



Βασικά είναι ο νους που εμφανίζεται σαν σκέψη και σαν συνείδηση.

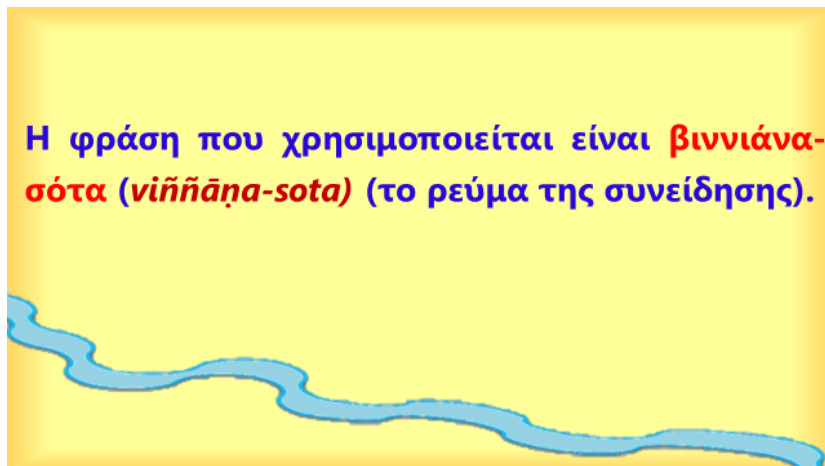
Έτσι θα πούμε τώρα δύο λόγια για το Ρεύμα της Συνείδησης.

Ο Βούδδας περιγράφει τον νού ή την συνείδηση, ως κάτι που εκδηλώνεται και μεταβάλλεται από στιγμή σε στιγμή ως μια στιγμή σκέψης κάθε φορά, που κυλάει σαν ένα ρεύμα γρήγορης ροής.

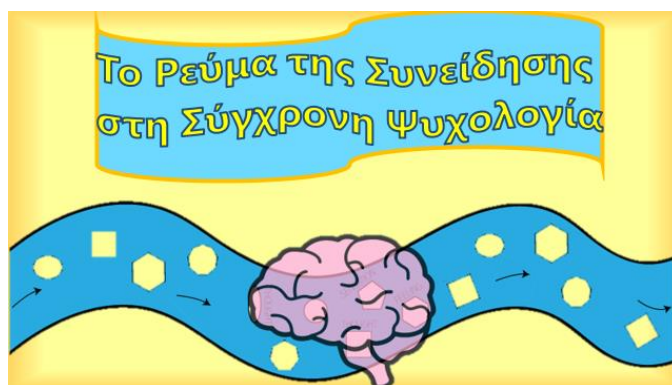


Αυτό δηλ. που συμβαίνει μέσα μας δεν είναι κάτι στατικό αλλά είναι σαν ρεύμα σκέψεων αισθημάτων, αντιλήψεων και αναμνήσεων, το οποίο κυλάει και ανακυκλώνεται.

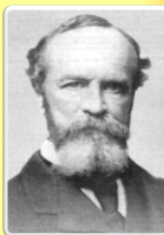
Κάθε άτομο υπόκειται ουσιαστικά σε συνεχή αλλαγή, καθώς τα συναθροίσματα των νοητικών φαινομένων δεν είναι ποτέ τα ίδια.







Ο όρος «το ρεύμα της συνείδησης» στη σύγχρονη ψυχολογία αποδίδεται στον William James, τον Αμερικανό φιλόσοφο και ψυχολόγο, που τον χρησιμοποίησε το 1890 στο βιβλίο του «Οι Αρχές της Ψυχολογίας» (*The Principles of Psychology*).



Τον όρο δηλ. που χρησιμοποίησε ο Βούδδας πριν 2.500 χρόνια, τον καθιέρωσε ο Ουίλιαμ Τζαίμς το 1890. Το βιβλίο του «Οι Αρχές της Ψυχολογίας» είναι ένα εγχειρίδιο στο οποίο βασίζονται πολλοί ψυχολόγοι για να αντλήσουν πληροφορίες.

Ο Τζαίμς ισχυρίστηκε ότι η ανθρώπινη σκέψη μπορεί να χαρακτηριστεί ως ρέον ρεύμα (flowing stream), κάτι που ήταν τότε μια νεοτεριστική έννοια λόγω του προηγούμενου ισχυρισμού άλλων, ότι η ανθρώπινη σκέψη ήταν περισσότερο σαν μια ξεχωριστή αλυσίδα.

Πίστευε επίσης, ότι οι άνθρωποι δεν μπορούν ποτέ να βιώσουν ακριβώς την ίδια σκέψη ή ιδέα περισσότερο από μία φορά. Εκτός αυτού, θεωρούσε την συνείδηση εντελώς συνεχή (*continuous*).

## II. FUNCTIONALISM AT HARVARD

### A. William James

- Central Ideas
  - Stream of consciousness
    - Personal to the individual
    - Continuous; cannot be divided up for analysis
    - Always changing
    - Selective; some events are selected for further consideration while others are not
    - Functional; purpose is to aid the individual in adapting to the environment.




Σας παρουσιάζω εδώ τις κεντρικές ιδέες του Ουίλιαμ Τζαϊνις για να συγκρίνουμε ότι αυτά που θα συναντήσουμε στα επόμενα μαθήματα είναι ακριβώς αυτό το ρεύμα της συνείδησης που το αναλύουμε σε τεμάχια, ώστε να δούμε όλον τον μηχανισμό της συνείδησης που βρίσκεται πίσω απ' αυτό.

Λειτουργισμός είναι η ονομασία της φιλοσοφίας του Ουίλιαμ Τζαϊνις, διότι μιλάει για λειτουργίες και όχι για άτομα. Είναι ένας τρόπος να μελετήσει κάποιος ένα φαινόμενο αντικειμενικά και όχι προσωπικά.

**II. ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΣΜΟΣ ΣΤΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΤΟΥ ΧΑΡΒΑΡΝΤ**  
**A. William James**

- **Κεντρικές Ιδέες**
  - **Το Ρεύμα της Συνείδησης**
    - Συνεχές· δεν μπορεί να διαιρεθεί για ανάλυση
    - Πάντα αλλάζει
    - Επιλεκτικό· ορισμένα γεγονότα επιλέγονται για περαιτέρω εξέταση ενώ άλλα όχι
    - Λειτουργικό· ο σκοπός είναι να βοηθήσει το άτομο να προσαρμοστεί στο περιβάλλον



Τό Ρεύμα της Συνείδησης είναι:  
Συνεχές,  
Μεταβλητό,  
Επιλεκτικό,  
και  
Λειτουργικό.

Ως προς το ότι είναι Συνεχές Ρεύμα αλλά δεν μπορεί να διαιρεθεί για ανάλυση, οφείλεται στο ότι ο Τζαϊνις κατάλαβε ότι η συνείδηση είναι ένα συνεχές, αλλά δεν κατάφερε να την αναλύσει. Όμως η συνείδηση μπορεί να αναλυθεί με πολύ λεπτομερή τρόπο, και όπως θα δούμε στα επόμενα μαθήματα, αποτελείται από 89 και περισσότερα είδη που μπορεί να εμφανισθούν σε διάφορα επίπεδα ύπαρξης.

Επίσης, το ότι το Ρεύμα της Συνείδησης πάντα αλλάζει και δεν είναι κάτι στατικό, ήταν μεγάλος νεοτερισμός για την εποχή του.

Είναι επίσης επιλεκτικό, διότι ορισμένα γεγονότα επιλέγονται για περαιτέρω εξέταση ενώ άλλα όχι.

Τέλος είναι λειτουργικό, διότι σκοπός του είναι να βοηθήσει το άτομο να προσαρμοστεί στο περιβάλλον.

Εκτός λοιπόν από την πρώτη άποψη ότι το Ρεύμα της Συνείδησης δεν μπορεί να διαιρεθεί, όλες οι υπόλοιπες απόψεις του Τζαϊνις βρίσκονται σε μεγάλη συμφωνία με αυτά που έχει πεί ο Βούδδας.

Ένα άτομο μπορεί να συγκριθεί με ένα ποτάμι, το οποίο διατηρεί μια φαινομενική ταυτότητα, αν και οι σταγόνες νερού που το διαμορφώνουν διαφέρουν από στιγμή σε στιγμή.



Παρόμοια, ένα άτομο διατηρεί μια φαινομενική ταυτότητα, που την ονομάζει «εαυτός μου», «εγώ μου» ή «ψυχή μου», αν και το σώμα, τα αισθήματα, οι αντιλήψεις, οι ιδέες, και η συνείδηση που το διαμορφώνουν, υπόκεινται σε συνεχή αλλαγή και διαφέρουν από στιγμή σε στιγμή.

Βρισκόμαστε λοιπόν σ' αυτό το ρεύμα χωρίς να υπάρχει τίποτα στατικό μέσα μας. Τι κάνουμε όμως εμείς; αποκόπτουμε την εμπειρία κάποιας συγκεκριμένης στιγμής και ταυτιζόμαστε μαζί της. Όταν η εμπειρία αλλάξει, παίρνουμε ένα κομμάτι της επόμενης εμπειρίας για να ταυτιστούμε μαζί του και πάει λέγοντας, βιώνοντας αυτές τις μικρές μικρές στιγμές σαν «εγώ», «εαυτός» κλπ.

Έτσι, όταν προσπαθεί κανείς να ταυτισθεί με κάποιο από τα υλικά και νοητικά συναθροίσματα ή με το σύνολο αυτών, οι έννοιες «εαυτός», «εγώ» ή «ψυχή», δεν είναι παρά μία ψευδαίσθηση.

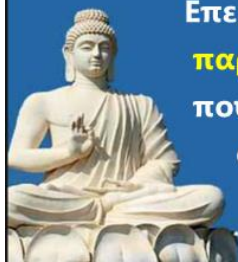
Λέει ο Βούδδας:

«Ένας αδίδακτος, συνηθισμένος άνθρωπος μπορεί να νοιώσει αποστροφή προς αυτό το σώμα που αποτελείται από υλικά στοιχεία.



Μπορεί να γίνει απαθής προς αυτό και να απελευθερωθεί από αυτό.

Για ποιόν λόγο;



Επειδή φαίνεται η **έγερση** και η **παρακμή** σε αυτό το σώμα που αποτελείται από υλικά στοιχεία, φαίνεται η **γέννηση** και ο **θάνατός** του.

Όμως ως προς αυτό που ονομάζεται

«**σκέψη**»,

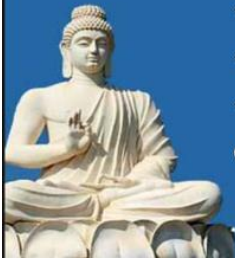
«**νους**»

«**συνείδηση**»,

«**συνειδητότητα**» ή

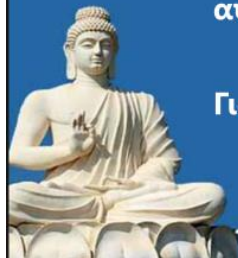
«**πνεύμα**»

αυτός δεν μπορεί να νοιώσει αποστροφή.



Δεν μπορεί να γίνει απαθής προς αυτά και να απελευθερωθεί από αυτά.

Για ποιόν λόγο;

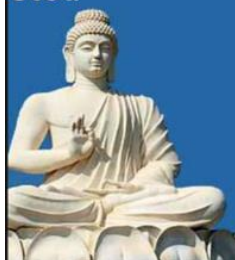


Επειδή για πολύ καιρό τα κρατούσε, τα οικειοποιούνταν, τα ιδιοποιούνταν και τα θεωρούσε έτσι:

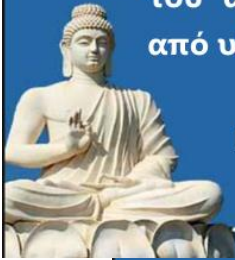
«**Αυτά είναι δικά μου**»,

«**αυτά είμαι εγώ**»,

«**αυτά είναι ο εαυτός μου, η ψυχή μου**».

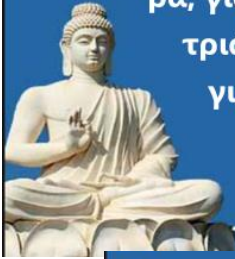


Ωστόσο, θα ήταν καλύτερα για αυτόν να θεωρήσει ως εαυτό του ή ως ψυχή του αυτό το σώμα που αποτελείται από υλικά στοιχεία, παρά τον «νου».



Για ποιόν λόγο;

Επειδή αυτό το σώμα φαίνεται να διαρκεί για ένα χρόνο, για δύο χρόνια, για τρία, για τέσσερα, για πέντε ή δέκα χρόνια, για είκοσι, τριάντα, σαράντα ή πενήντα χρόνια, για εκατό χρόνια, ή ακόμα και περισσότερο.



Αλλά αυτό που ονομάζεται

«σκέψη»,

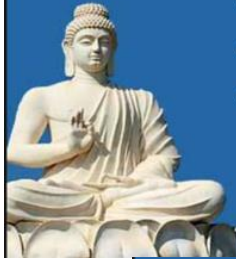
«νους»

«συνείδηση»,

«συνειδητότητα» ή

«πνεύμα»

εγείρεται ως ένα πράγμα και παύει ως άλλο μέρα και νύχτα.



Όπως ένας πίθηκος που περιπλανιέται μέσα σε ένα δάσος αρπάζει ένα κλαδί, το αφήνει και αρπάζει ένα άλλο, μετά το αφήνει αυτό και αρπάζει ένα άλλο,

έτσι κι αυτό που ονομάζεται

«σκέψη», «νους», «συνείδηση»,

«συνειδητότητα» ή «πνεύμα» εγεί-

ρεται ως ένα πράγμα και παύει

ως άλλο μέρα και νύχτα».



Βλέπουμε ότι ο Βούδδας έχει μιλήσει επανειλημμένα για την αστάθεια και την παροδικότητα των νοητικών φαινομένων, τα οποία

όμως δεν θα μπορούσαν να γίνουν κατανοητά χωρίς ανάλυση. Εάν δεν ταξινομήσουμε αυτά τα φαινόμενα ώστε να δούμε τον μηχανισμό τους, είναι αδύνατον να καταλάβουμε πώς συμβαίνουν αυτά τα πράγματα μέσα μας.

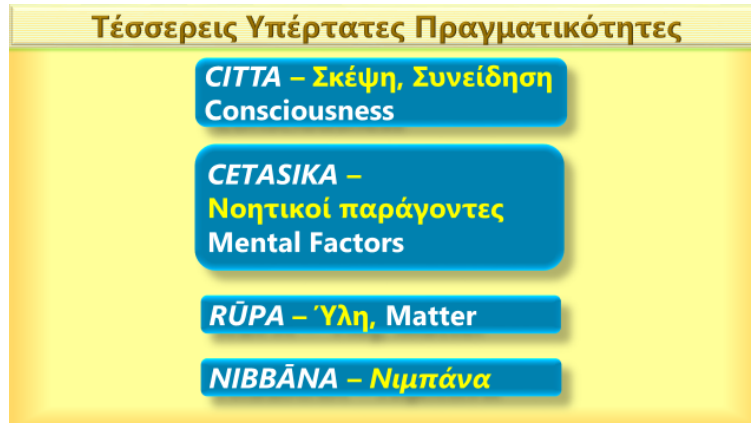
Τέτοιου είδους ανάλυση μπορεί να γίνει και με άλλον τρόπο· αυτόν των πέντε συναθροισμάτων. Μπορεί κανείς να αρχίσει να αναλύει πρώτα την σκέψη ή συνείδηση που είναι το συνάθροισμα των συνειδήσεων, μετά να εξετάσει τους νοητικούς παράγοντες, και τέλος να αρχίσει να αναλύει την ύλη.

Είναι καλό να αρχίσει κανείς με την ανάλυση της συνείδησης, διότι την ύλη πάνω κάτω την καταλαβαίνουμε λόγω καθημερινής επαφής μαζί της, ενώ την συνείδηση, την σκέψη, τους νοητικούς παράγοντες όπως αίσθημα, αντίληψη, και νοητικές λειτουργίες, είναι δύσκολο να τις αναγνωρίσουμε και να τις αναλύσουμε, εφ' όσον δεν έχουμε την εμπειρία. Πρέπει κάποιος να πάει σε ένα πολύ ήσυχο μέρος και να αρχίσει την παρατήρησή του με τον διαλογισμό και ιδιαίτερα με τον διορατικό διαλογισμό, ακριβώς όπως κάνει και ένας επιστήμονας που αποσύρεται μέσα σε ένα εργαστήριο και κάνει την έρευνα και την μελέτη του χωρίς να θέλει να τον ενοχλήσει κανείς.

Η βασική μέθοδος είναι η παρατήρηση των φαινομένων και όχι η τροποποίησή τους. Αυτό είναι που έκανε ο Βούδδας και αυτό είναι που κάνουν σήμερα και οι σύγχρονοι επιστήμονες: συστηματική παρατήρηση και συλλογή δεδομένων που δεν πρέπει να τα ξεχνάει κανείς αλλά να τα θυμάται, να τα επανεξετάζει, εάν χρειάζεται ακόμα και να τα αναθεωρεί, μέχρι να καταλήξει σε οριστικό συμπέρασμα και ολοκληρωμένη κατανόηση για τον μηχανισμό του νού και της ύλης.



Θα μιλήσουμε λοιπόν για τις τέσσερις υπέρτατες πραγματικότητες που είναι όπως είπαμε παγκόσμια φαινόμενα και όχι προσωπικά ή ατομικά.



Η τέταρτη υπέρτατη πραγματικότητα - το Νιμπάνα ή Νιρβάνα, διαφέρει από τις άλλες τρεις, και είναι από μόνη της ένα ολόκληρο κεφάλαιο με το οποίο θα ασχοληθούμε ξεχωριστά όταν έλθει η ώρα να μιλήσουμε γι' αυτό, και θα απαντήσουμε σε ερωτήματα όπως τι είναι το Νιμπάνα, γιατί το αναφέρει ο Βούδδας, πώς το έχει βιώσει ο ίδιος, και πώς το περιγράφει.

Προς το παρόν σας δίνω μόνο έναν απλό ορισμό:

**NIBBĀNA, Νιμπάνα /Νιρβάνα**

**Απόλυτη μακαριότητα κατά τον Βουδισμό, ως αποτέλεσμα αυτοσυγκέντρωσης και διορατικής γνώσης·**

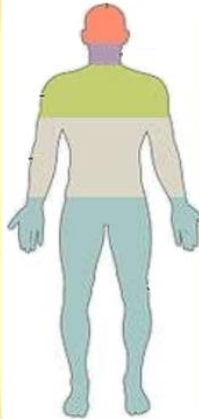
**μια ιδεώδης κατάσταση ισορροπίας που υπερβαίνει τον επώδυνο κύκλο της επαναγέννησης.**

Εξετάζουμε λοιπόν τα 5 συναθροίσματα σύμφωνα με τον πρώτο τρόπο ανάλυσης αρχίζοντας από το συνάθροισμα του υλικού σώματος:



## ΤΟ ΣΥΝΑΘΡΟΙΣΜΑ ΤΟΥ ΥΛΙΚΟΥ ΣΩΜΑΤΟΣ

Αποτελείται  
από 28 είδη  
υλικών  
στοιχείων



Τα στοιχεία αυτά μπορούμε να τα ταξινομήσουμε με επιστημονικό τρόπο, είτε αναλυτικά είτε σε βασική μορφή.

Κατ' αρχάς διαιρούμε την ύλη στα τέσσερα βασικά στοιχεία της:



Αυτή η διαίρεση της ύλης και η ορολογία των στοιχείων της, άρχισε από τους επιστήμονες της αρχαιότητας και συνεχίζει να χρησιμοποιείται μέχρι σήμερα. Άλλοι έδιναν έμφαση στο υγρό στοιχείο, άλλοι στο αέριο, και κάποιοι άλλοι στο θερμό ή στο στερεό στοιχείο.

Το στερεό στοιχείο περιλαμβάνει ορυκτά και μέταλλα, το υγρό στοιχείο υγρά όπως ο υδράργυρος, το αέριο στοιχείο περιλαμβάνει αέρια όπως το οξυγόνο, το υδρογόνο, το ήλιον, κλπ. και το θερμό στοιχείο είναι αυτό που διαμορφώνει τα υπόλοιπα.



Σωματικά, τα ανθρώπινα όντα αποτελούνται ως επί το πλείστον από υγρό στοιχείο ή νερό. Στον ακόλουθο πίνακα βλέπουμε την αναλογία στερεού και υγρού στοιχείου στα διάφορα στάδια της ζωής ενός ανθρώπου.

Από την εμβρυική ηλικία έως τα γηρατειά το ποσοστό μείωσης του υγρού στοιχείου και η αύξηση του στερεού και λοιπών στοιχείων είναι ως ακολούθως:

**Ποσοστό Υγρού, Στερεού, κ.λπ. στο Σώμα μας**



Πέρα όμως από τα τέσσερα πρωταρχικά στοιχεία υπάρχουν και τα παράγωγα αυτών.

**Τα 24 Παράγωγα των Πρωταρχικών Στοιχείων**

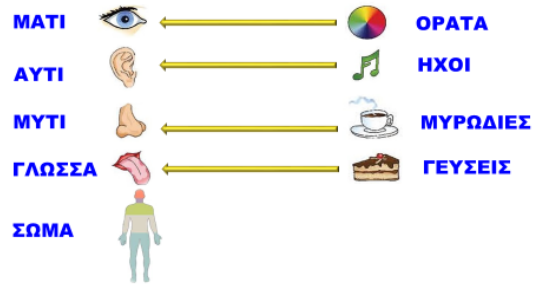
**5 ευαισθησίες στο**

- ΜΑΤΙ**
- ΑΥΤΙ**
- ΜΥΤΙ**
- ΓΛΩΣΣΑ**
- ΣΩΜΑ**

**4 αισθητήρια αντικείμενα**

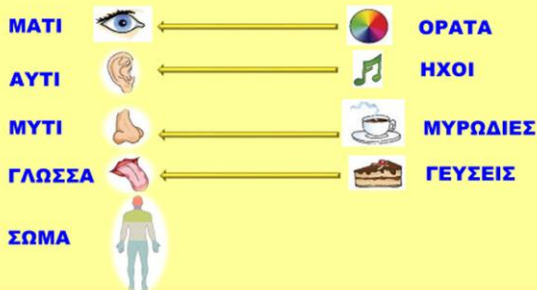
- ΟΡΑΤΑ**
- ΗΧΟΙ**
- ΜΥΡΩΔΙΕΣ**
- ΓΕΥΣΕΙΣ**

Έχουμε τα ορατά, τα ηχητικά, τα οσφρυντικά και τα γευστικά αντικείμενα, τα οποία παίζουν μεγάλο ρόλο στις αντιλήψεις και στα αισθήματά μας, προκαλώντας διαφορετικά συναισθήματα και αντιλήψεις



ανάλογα με το αν είναι όμορφα ή άσχημα, και αντανakλούν στις ψυχικές μας διαθέσεις όταν ερχόμαστε σε επαφή με αυτά. Επηρραζόμαστε απ' όλα αυτά τα υλικά αντικείμενα: εάν είμαστε στεναχωρημένοι από κάτι (κάποιο οπτικό, ακουστικό, ή άλλο αντικείμενο) και κάποιος για παράδειγμα μας προσφέρει παγωτό (γευστικό αντικείμενο) αλλάζει η διάθεσή μας· ενώ εάν είμαστε χαρούμενοι και ακούσουμε κάτι άσχημο ή φάμε κάτι με κακή γεύση, χάνουμε την ευδιαθεσία μας. Το ίδιο και με το σώμα μας. Βλέπουμε έτσι πόσο μεγάλο ρόλο παίζει η ύλη στον ψυχολογικό μας κόσμο. Έχουμε λοιπόν συνολικά:

**(5) ευαίσθητες σε (4) αισθητήρια αντικείμ.**



- (2) θηλυκότητα ή αρρενωπότητα
- (1) το όργανο της καρδιάς
- (2) σωματική και προφορική έκφραση
- (1) ζωτικότητα
- (1) το στοιχείο του διαστήματος

- (1) σωματική ευκινησία
- (1) σωματική ελαστικότητα
- (1) σωματική προσαρμοστικότητα
- (1) τροφή
- (1) σωματική ανάπτυξη
- (1) σωματική συνέχεια
- (1) αποσύνθεση
- (1) παροδικότητα

Κάτι ανάλογο γίνεται και με το συνάθροισμα του Αισθήματος, το οποίο αποτελείται από 108 είδη αισθήματος.



Εάν όχι καθημερινά, τουλάχιστον όμως μέσα σε μία εβδομάδα, μπορούμε να βιώσουμε την εμπειρία από 108 είδη αισθημάτων. Όλα τους είναι αποχρώσεις αισθημάτων:

**Αποχρώσεις  
Αισθημάτων**



Θα τα εξετάσουμε στο επόμενο μάθημα.

## **Τα Αισθήματα και οι Αντιλήψεις μας**

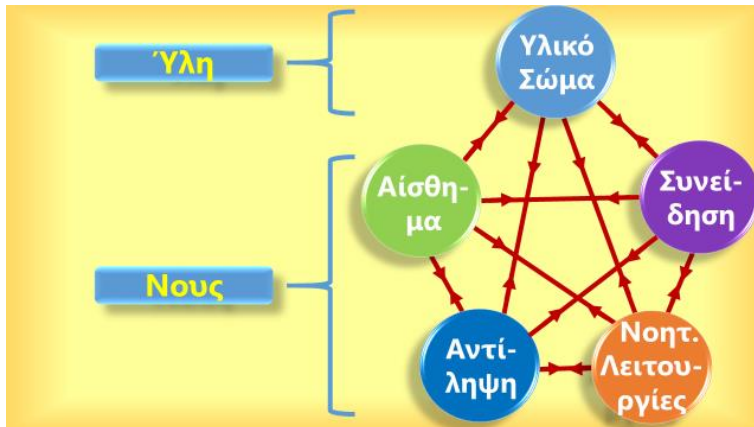
Χαίρετε και καλώς ορίσατε σ' αυτό το μάθημα με το οποίο θα συνεχίσουμε την ανάλυση του Νού και της Ύλης πάνω στις Υπέρτατες Πραγματικότητες όπως αναφέρονται στις Ομιλίες του Βούδδα. Ίσως οι άνθρωποι να μη γνωρίζουν πολλά πράγματα για τον Βούδδα αλλά τουλάχιστον πρέπει να ξέρουν ότι ήταν ένας ψυχαναλυτής, και ότι ο ίδιος ονομάζει τον εαυτόν του ως βίμπατζαβάντι, δηλ. αυτός που αναλύει τα φαινόμενα αντί να τα αποδέχεται σαν δεδομένα. Αναλύει λοιπόν τον νού, αναλύει και την ύλη, διότι στην ψυχολογία η ύλη παίζει σημαντικό ρόλο μια και ερχόμαστε σε επαφή με την ύλη επί καθημερινής βάσεως. Είτε είναι ήχοι, είτε είναι μυρωδιές, είτε γεύσεις κλπ., είτε ευχάριστα, είτε δυσάρεστα, τα υλικά αντικείμενα επηρεάζουν τις διαθέσεις μας και τον ψυχικό μας κόσμο.

Οι Υπέρτατες Πραγματικότητες ονομάζονται έτσι, διότι δεν είναι μεμονωμένα ατομικά φαινόμενα αλλά υφίστανται σε παγκόσμιο και συμπαντικό επίπεδο. Αρχικά θα ξεκινήσουμε με μια σταδιακή βασική ανάλυση και σύνθεση αυτών των φαινομένων, παίρνοντας από κεφάλαιο σε κεφάλαιο, και μετά θα προχωρήσουμε πιο βαθιά για να εξετάσουμε πως μπορούμε αυτά τα φαινόμενα να τα δούμε όχι μόνο ξεχωριστά αλλά και πως συνδέονται μεταξύ τους για να μας δώσουν την τελική μορφή όλων των σύνθετων φαινομένων που λαμβάνουν χώρα γύρω μας κάθε στιγμή, και επηρεάζουν τις διαθέσεις μας και τα συναισθήματά μας.



Η επιθυμία για παράδειγμα ή η χαρά, είναι σύνθετα φαινόμενα και θα αναλύσουμε πως συνδέονται μεταξύ τους ώστε να μας προκαλούν διάφορες διαθέσεις, τάσεις, ορμές και πάθη.

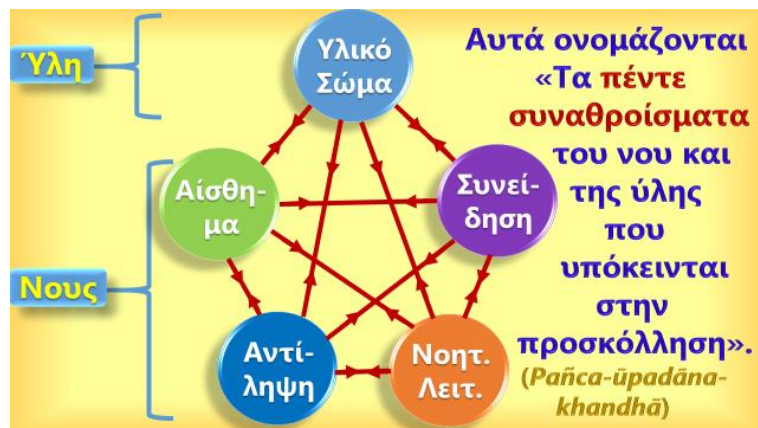
Όπως έχουμε ήδη αναφέρει, σύμφωνα με την Βουδδιστική φιλοσοφία ο άνθρωπος αποτελείται από ύλη, και ο νούς στην απλή του μορφή τουλάχιστον, από αίσθημα, αντίληψη, νοητικές



λειτουργίες και συνείδηση. Το καθένα από αυτά διαιρείται επίσης σε πολλά άλλα είδη – για παράδειγμα το αίσθημα. Αυτά όλα θα τα δούμε τώρα περιληπτικά και αργότερα πολύ πιο

επεξηγηματικά. Θα δούμε επίσης πώς συνδιάζονται αυτά τα φαινόμενα μεταξύ τους, διότι όπως είπαμε δεν είναι ανεξάρτητα, δεν είναι μεμονωμένα, αλλά το ένα επηρεάζει το άλλο. Στον Βουδδισμό δεν υπάρχει η διχοτομία που υπάρχει στην Δυτική φιλοσοφία, ότι

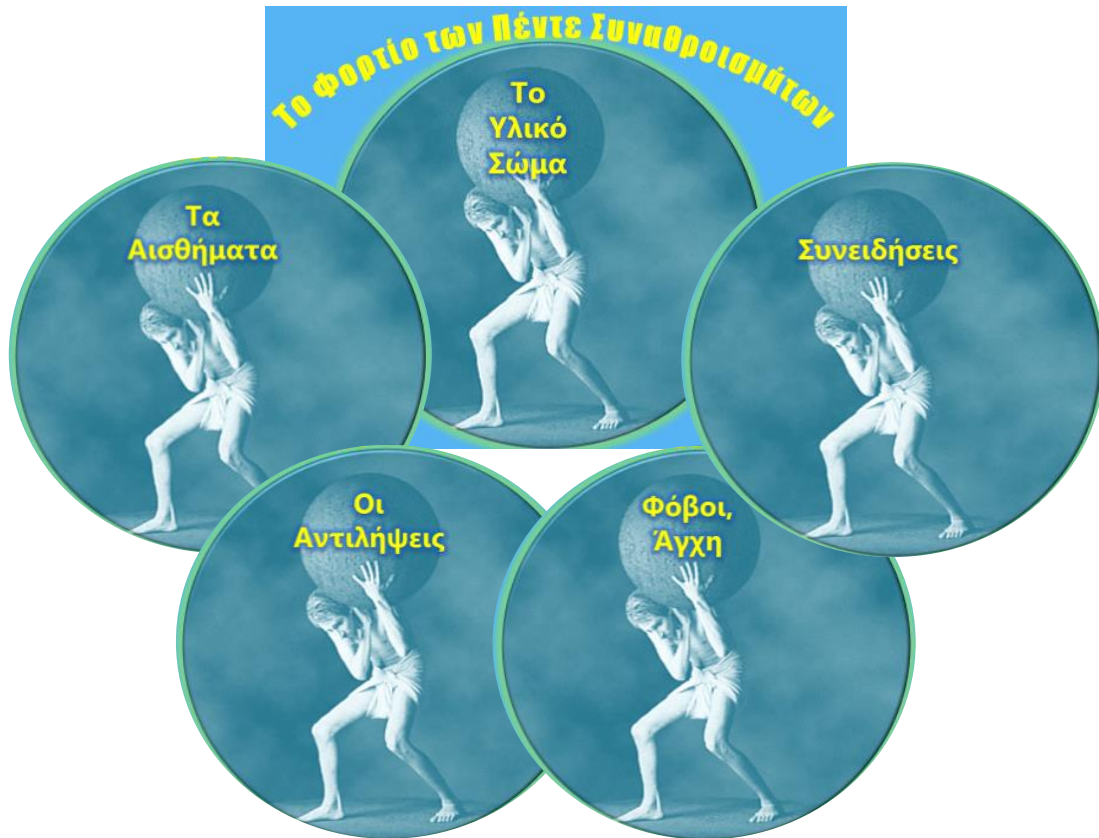
άλλο πράγμα είναι ο νούς και άλλο η ύλη· ή ότι η ύλη είναι ξεχωριστή από τον νού και ο νούς ξεχωριστός από την ύλη. Αλλά υπάρχει αλληλοεξάρτηση, και ο νούς μπορεί να επηρεάσει την ύλη και η ύλη μπορεί να επηρεάσει τον νού. Αυτές οι πέντε κατηγορίες ονομάζονται «Τα Πέντε Συναθροίσματα του Νου και της Ύλης που υπόκεινται στην προσκόλληση» (πάντσα-ουπαντάνα κάντα).



Σώμα, αισθήματα, αντιλήψεις, νοητικές λειτουργίες και συνειδήσεις, είναι τα πέντε συναθροίσματα πάνω στα οποία προσκολλώμεθα και τα οποία προκαλούν

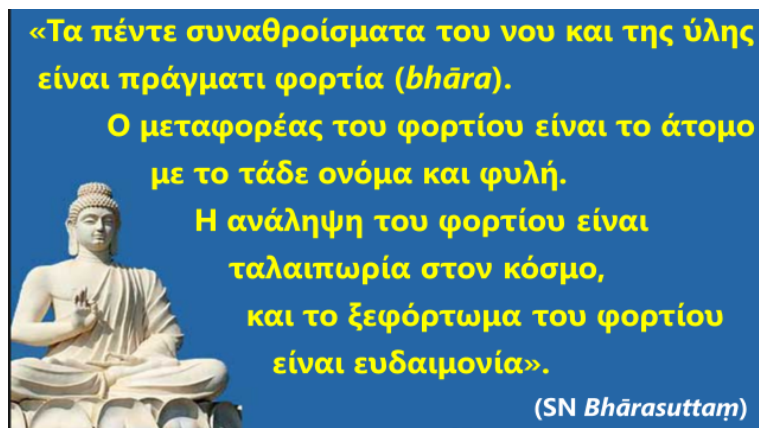


την υπαρξιακή μας ταλαιπωρία και τον υπαρξιακό μας πόνο.  
Ο Βούδδας τα έχει ονομάσει Φορτίο των Πέντε Συναθροισμάτων.



Το φορτίο του Υλικού Σώματος που πρέπει να το ταΐζουμε, να το ποτίζουμε, να το ντύνουμε, και να το προστατεύουμε από πάσης φύσεως κακουχίες όπως από κρύο, από ζέστη και από ασθένειες.

Το φορτίο των Αισθημάτων που άλλοτε είναι ευχάριστα και άλλοτε δυσάρεστα, τραύματα του παρελθόντος που τα κουβαλάμε μέχρι σήμερα, μνήμες και αναμνήσεις. Το φορτίο των Αντιλήψεων για το πως πρέπει ή μπορεί να συμβεί ένα πράγμα και πως δεν πρέπει να συμβεί. Το φορτίο των φόβων και του άγχους μας, και Το φορτίο των συνειδήσεων που έχουμε σχετικά με οποιοδήποτε φαινόμενο.



Η διδασκαλία του Βούδδα δεν περιορίζεται στην διαπίστωση ότι υπάρχει ένα φορτίο, αλλά επεκτείνεται στην διαπίστωση ότι υπάρχει κι απελευθέρωση από αυτό το φορτίο. Στα τελευταία κεφάλαια δε, θα δούμε πώς κάποιος μπορεί να αποστασιοποιηθεί, να αποταυτισθεί και να αποπροσκολληθεί από αυτά τα φορτία των πέντε συναθροισμάτων.

Προχωράμε τώρα να δούμε την έννοια του συναθροίσματος.



Τα Πέντε Συναθροίσματα	
1. Το υλικό σώμα	28 Είδη
2. Το αίσθημα	108 Είδη
3. Η αντίληψη	108 Είδη
4. Οι νοητικές λειτουργίες	50 Είδη
5. Η συνείδηση	89+ Είδη

Έχουμε πρώτα το υλικό σώμα που αποτελείται από 28 είδη υλικών φαινομένων τα οποία περιλαμβάνονται σε έναν κατάλογο που δώσαμε στο προηγούμενο μάθημα. Αργότερα, θα αφιερώσουμε ένα ολόκληρο κεφάλαιο για να εξετάσουμε αυτά τα 28 είδη με λεπτομέρειες. Στην συνέχεια έχουμε το αίσθημα που αποτελείται από 108 είδη για τα οποία θα μιλήσουμε σήμερα, την αντίληψη που συμπεριλαμβάνει κι αυτή 108 είδη αντιλήψεων που συμβαίνουν μέσα μας, τις νοητικές λειτουργίες που είναι 50 ειδών όπως ο φόβος, η λύπη, η θλίψη, κλπ. και οι οποίες λειτουργίες συνδιάζονται με άλλους νοητικούς παράγοντες για να μας δώσουν τα αποτελέσματα που βιώνουμε μέσα μας, και τις οποίες θα εξετάσουμε αργότερα, και τέλος έχουμε την συνείδηση που

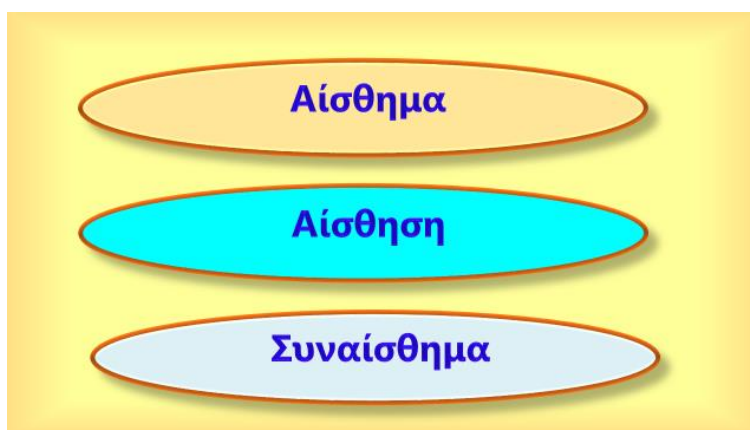
αποτελείται από 89 και πάνω είδη συνείδησης, διότι αναλυτικά φτάνουμε στα 121 είδη συνείδησης.



Αυτά τα 108 είδη είναι απλώς μορφές και αποχρώσεις που μπορεί να πάρει το αίσθημα όπως ευχάριστο, δυσάρεστο, και ουδέτερο, καθώς και τις ενδιάμεσες αποχρώσεις του.



Λόγω του ότι στην Ελληνική γλώσσα υπάρχει μία σύγχυση για το τι σημαίνει Αίσθημα, τι σημαίνει Αίσθηση, και τι Συναίσθημα, θα ξεκαθαρίσουμε στην συνέχεια τι σημαίνει αυτή η ορολογία.





## ΑΙΣΘΗΜΑ

Αυτό που μένει στη συνείδηση από ερεθισμό στα αισθητήρια όργανα, π.χ.

οπτικό αίσθημα	ακουστικό αίσθημα
οσφρητικό αίσθημα	γευστικό αίσθημα
απτό αίσθημα	σωματικό αίσθημα
νοητικό αίσθημα	

## ΑΙΣΘΗΣΗ

Γνώση και ευαισθησία σχετικά με κάτι, π.χ.

- η αίσθηση του κρύου / της ζέστης
- η αίσθηση του ρυθμού
- η αίσθηση του χιούμορ
- η αίσθηση της πραγματικότητας

## ΑΙΣΘΗΣΗ

Οι πέντε αισθήσεις:

η όραση, η ακοή, η όσφρηση, η γεύση, και η αφή είναι οι πέντε αισθήσεις.

Δηλ. κάθε μία από τις λειτουργίες που μας βοηθούν να καταλαβαίνουμε τον κόσμο γύρω μας.

## ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑ

Ευχάριστη ή δυσάρεστη ψυχική κατάσταση που δημιουργείται από εντυπώσεις ή σκέψεις και παραμένει στη συνείδηση, π.χ.

**συναίσθημα** αγάπης / στοργής / μίσους  
χαράς / λύπης / ενθουσιασμού / απογοήτευσης

Τώρα, στις αρχαίες ινδικές γλώσσες, δηλ. στα Πάλι και στα Σανσκριτικά, το Αίσθημα ονομάζεται *βέντανα*.

## Αίσθημα (vedanā)

Το αίσθημα είναι ο νοητικός παράγοντας που αισθάνεται ένα αισθητήριο αντικείμενο:

είναι ο αισθηματικός τρόπος με τον οποίο βιώνεται το αντικείμενο.

Η Pāli λέξη *vedanā* δεν δηλώνει το συναίσθημα (*emotion*),

το οποίο υποδηλώνει ένα πολύπλοκο φαινόμενο περιλαμβάνοντας μία ποικιλία συνακόλουθων νοητικών παραγόντων που σχετίζονται με τη σκέψη, όπως:

λαχτάρα, μίσος, ζήλεια, ντροπή, φόβο, κλπ.

Απλώς δηλώνει την σκέτη ή αμιγή αισθηματική ποιότητα μιας εμπειρίας, η οποία μπορεί να είναι:

ευχάριστη, δυσάρεστη, ή ουδέτερη.



Όταν αγγίζουμε ένα μαλακό κομμάτι υφάσματος στο πρόσωπό μας, έχουμε ευχάριστη εμπειρία αισθήματος και όχι συναισθήματος. Όταν αγγίζουμε ένα τραχύ αντικείμενο όπως ένα ξυράφι, έχουμε δυσάρεστη εμπειρία, δυσάρεστο αίσθημα και όταν ακουμπάμε στο πρόσωπο το δάκτυλό μας έχουμε ουδέτερο αίσθημα.

Γι' αυτό ο Βούδδας λέει:



«Αισθάνεται, γι' αυτό ονομάζεται 'αίσθημα' (vedanā).  
Τι αισθάνεται; Αισθάνεται:

- Αυτό είναι ευχάριστο. ...
- Αυτό είναι δυσάρεστο ...
- Αυτό είναι ούτε-δυσάρεστο- ούτε-ευχάριστο».

(SN Khajjanīya Suttam)

Αυτή είναι η πιο απλή και αμιγής μορφή του αισθήματος, η οποία είναι δυνατόν στην συνέχεια να εξελιχθεί σε συναίσθημα.

**Το Αίσθημα**

1. Το χαρακτηριστικό του είναι να αισθάνεται ή να βιώνει το αντικείμενο.
2. Η λειτουργία του είναι να απολαμβάνει την επιθυμητή πλευρά του αντικειμένου.
3. Η εκδήλωσή του είναι ως ευχάριστο ή δυσάρεστο.
4. Η εγγύτατη αιτία του είναι η νοητική επαφή.

Όταν δηλαδή ο νους μας έλθει σε επαφή με ένα από, οπτικό ή άλλο αντικείμενο, είναι αυτή η ίδια η επαφή που διευκολύνει το αίσθημα να επέλθει μέσα μας. Εάν δεν υπάρξει κάποια οπτική ή άλλου είδους επαφή, τότε το αίσθημα δεν αναδύεται.

Ενώ οι άλλοι νοητικοί παράγοντες, όπως η αντίληψη, η βούληση, κλπ. βιώνουν το αντικείμενο μόνον ως επακόλουθο, το αίσθημα το βιώνει άμεσα και πλήρως.

Η αντίληψη για παράδειγμα, έχει να κάνει με τις εντυπώσεις που λαμβάνουμε από ένα αίσθημα: εάν είναι ευχάριστο έχουμε ευχάριστη εντύπωση, και όταν το ξαναδούμε η εντύπωση είναι ίδια, κλπ. Η βούληση με την σειρά της έχει να κάνει με την επιθυμία ή την απώθηση προς το αντικείμενο, ανάλογα με το αν είναι ευχάριστο ή δυσάρεστο. Αυτά είναι επακόλουθα του αισθήματος, δηλ. νοητικοί παράγοντες που συντελούν στον λογισμό μας, στον συλλογισμό μας και γενικά στις εμπειρίες μας.

Παρακάτω δίνουμε ένα παράδειγμα για το πώς το αίσθημα είναι ο βασιλιάς και οι νοητικοί παράγοντες είναι ο μάγειρας.



Οι άλλοι νοητικοί παράγοντες συγκρίνονται με έναν μάγειρα που προετοιμάζει ένα πιάτο για έναν βασιλιά και που μόνο δοκιμάζει το φαγητό κατά την προετοιμασία του.



Ενώ το αίσθημα συγκρίνεται με τον ίδιο τον βασιλιά που απολαμβάνει το γεύμα όσο χρόνο του αρέσει.



Το χαρακτηριστικό του αισθήματος λοιπόν είναι ότι όταν κάτι είναι ευχάριστο το απολαμβάνουμε, ή όταν είναι δυσάρεστο η απόλαυση έρχεται αφού το έχουμε αποφύγει.



Έχουμε έτσι το αίσθημα, και στη συνέχεια το συν-αίσθημα μέσω του οποίου μπορούμε να καταλάβουμε τις διαθέσεις των άλλων, εάν δηλ. είναι χαρούμενοι, θυμωμένοι, λυπημένοι,

απογοητευμένοι κλπ.

Υπάρχουν πολλά συναισθήματα που μπορεί να εμφανισθούν, και εδώ παραθέτουμε μερικά από τα συνηθισμένα εικονίδια που βλέπουμε στην καθημερινή μας ζωή και στα μέσα ενημέρωσης, που μας δείχνουν πώς αισθάνονται οι άλλοι άνθρωποι, τί διαθέσεις έχουν, τί συναισθήματα έχουν. Όλα αυτά είναι εκφράσεις του συναισθήματος.



Όταν έχουμε ευχάριστο αίσθημα, έχουμε και ευχάριστο συναίσθημα. Εάν για παράδειγμα έχουμε ευχάριστο αίσθημα για ένα λουλούδι, τότε έχουμε ευχάριστα συναισθήματα για αυτό, όπως επιθυμία να το αποκτήσουμε και όλα τα επακόλουθα συναισθήματα όπως τα παρακάτω:



Όλα τα παραπάνω είναι συναισθήματα που παρουσιάζονται όταν θεωρούμε κάτι ή κάποιον ευχάριστο.

Υπάρχουν όμως και δυσάρεστα αισθήματα που προκαλούν δυσάρεστα συναισθήματα, όπως τα παρακάτω:

### Δυσάρεστο Αίσθημα

### Δυσ. Συναίσθημα

μίσος, έχθρα,  
θυμός, οργή,  
τσαντίλα,  
εξοργισμός,  
εκνευρισμός,  
αποστροφή,  
αντιπάθεια,  
απέχθεια, αηδία,

### Δυσ. Συναίσθημα

φόβος,  
λύπη,  
ζήλεια,  
άχτι,  
χαιρεκακία,  
σαδισμός,  
επιθετικότητα

Βλέπουμε λοιπόν πόσο μεγάλο ρόλο παίζει το αίσθημα για τα συναισθήματά μας. Εξ' αρχής δηλαδή, από την πρώτη εντύπωση που παίρνουμε από ένα αντικείμενο με το οποίο ερχόμαστε σε επαφή, εάν το εγειρόμενο αίσθημα είναι ευχάριστο τότε συνήθως επακολουθούν ευχάριστα συναισθήματα. Εάν το αίσθημα είναι δυσάρεστο τότε επακολουθούν δυσάρεστα ή αρνητικά συναισθήματα.

Ακολουθεί παράδειγμα για την επιθυμία:

**Παράδειγμα  
για το πώς  
εγείρεται ο  
νοητικός  
παράγοντας  
της επιθυμίας  
μέσα μας.**



Σύμφωνα με τον Βουδδισμό, η επιθυμία είναι ένας νοητικός παράγοντας εάν την πάρουμε μεμονωμένα, όμως εάν την δούμε αναλυτικά, τότε στο σύνολό της συσχετίζεται και παράγεται μέσω μιας αλυσιδωτής αντίδρασης. Όταν επιθυμούμε κάτι αισθανόμαστε μια λαχτάρα μέσα μας, έναν πόθο, ένα πάθος, ή μία αγωνία να το αποκτήσουμε, συναισθήματα δηλαδή που επιφέρει ο νοητικός παράγοντας της επιθυμίας μέσα μας.

Δίνουμε παρακάτω ένα παράδειγμα, με το μάτι και ένα λουλούδι.

Έχοντας ένα ελκυστικό αντικείμενο όπως το λουλούδι, εξετάζουμε τί γίνεται μέσα στον νου μας ψυχολογικά ώστε να εγερθεί μέσα μας η επιθυμία. Διαπιστώνουμε ότι η επιθυμία προς αυτό δεν εμφανίζεται ουρανοκατέβατη αλλά οφείλεται σε μια αλυσιδωτή αντίδραση που συμβαίνει στον νου μας.



### ΕΠΙΘΥΜΙΑ

Εξαρτώμενη από το μάτι και τα ορατά αντικείμενα, εγείρεται η συνείδηση στο μάτι. Η συνάντηση των τριών είναι η νοητική επαφή.



Πρώτα πρέπει να συνειδητοποιήσουμε ότι υπάρχει ένα λουλούδι. Εάν δεν υπάρχει συνείδηση τότε δεν μπορούμε να επιθυμήσουμε ένα λουλούδι που δεν το έχουμε δει.

Με την νοητική επαφή ως συνθήκη εγείρεται το αίσθημα.



Αισθανόμαστε άμεσα εάν το αίσθημα είναι ευχάριστο ή δυσάρεστο.

Αυτό που το αίσθημα αισθάνεται, η αντίληψη το αντιλαμβάνεται.



Η αντίληψη είναι η εντύπωση που μας δίνει το αίσθημα, εάν δηλ. το αντικείμενο είναι ευχάριστο, δυσάρεστο ή ουδέτερο, το χρώμα, το σχήμα, έτσι ώστε να

μπορούμε να θυμηθούμε αργότερα αυτό το αντικείμενο .



Συνείδηση

Νοητική Επαφή

Αίσθημα

Αντίληψη

Λογισμός

Λογισμός είναι οι σκέψεις που κάνουμε για το λουλούδι.

Αυτό που η αντίληψη αντιλαμβάνεται, ο λογισμός το λογίζεται.



Συνείδηση

Νοητική Επαφή

Αίσθημα

Αντίληψη

Λογισμός

Επιθυμία

Η επιθυμία λέει: «Είναι κάτι καλό, κάτι όμορφο, θέλω να το έχω, να το πάρω σπίτι μου, να το θαυμάζω», κλπ.

Αυτό που ο λογισμός το λογίζεται, η επιθυμία το λαχταράει.

Βλέπουμε λοιπόν ότι υπάρχει μια διαδικασία εδώ, και ότι η επιθυμία δεν εγείρεται αμέσως.

Κάτι ανάλογο γίνεται με το αυτί και τους ήχους:



Συνείδηση

Νοητική Επαφή

Αίσθημα

Αντίληψη

Λογισμός

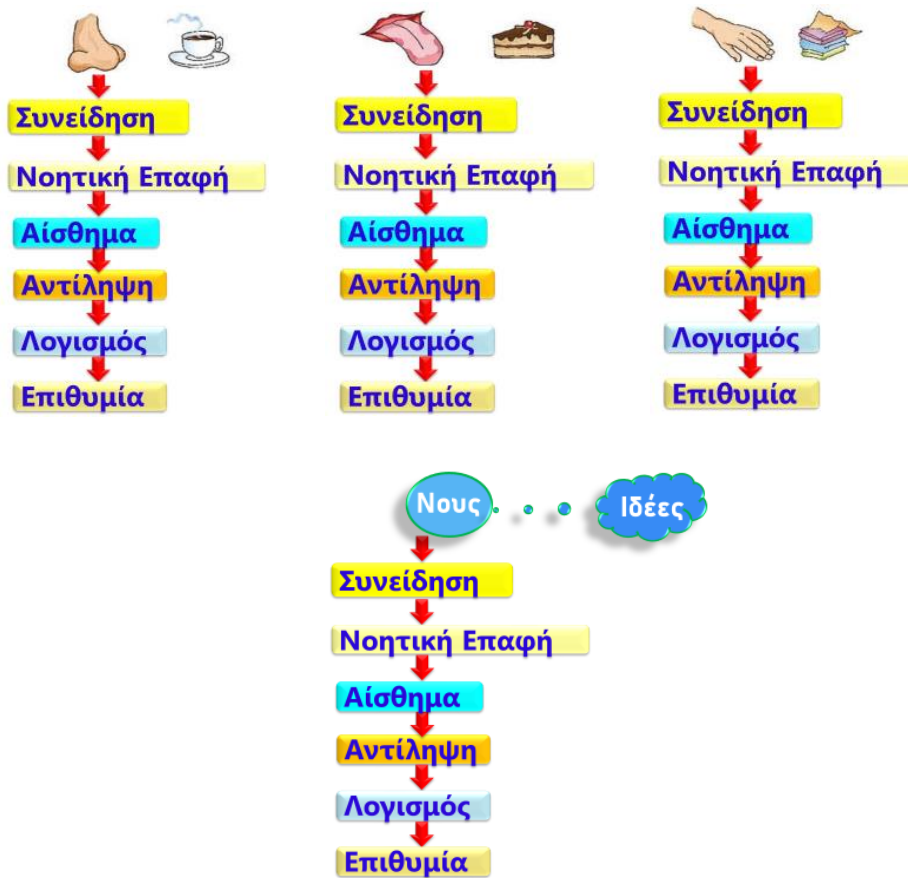
Επιθυμία

Ακούμε μια μουσική ή ένα τραγούδι που μας αρέσει. Πρώτα εγείρεται η συνείδηση, μετά η νοητική επαφή με τον ήχο, μετά το αίσθημα που μας λέει εάν ο ήχος είναι ευχάριστος, η αντίληψη, ο λογισμός, και τέλος η επιθυμία.

Όλα αυτά δεν είναι θεωρίες αλλά συμπεράσματα μέσω ενδοσκόπησης ή ενόρασης. Ιδιαίτερα μέσω του διορατικού διαλογισμού μπορεί να δει κανείς αυτή την αλληλουχία και το πώς συμβαίνει αυτή η διαδικασία. Εδώ απλώς την παρουσιάζουμε, χωρίς αυτό να σημαίνει ότι δεν μπορεί να έχει κανείς αυτή την εμπειρία της διαδικασίας.



Κάτι ανάλογο συμβαίνει και με τις υπόλοιπες αισθήσεις:



Αυτό που συμβαίνει τελικά είναι το φαινόμενο του ντόμινο, και η επιθυμία δεν είναι ένα φαινόμενο που εγέρθηκε τυχαία αλλά οφείλεται σε μια αλληλουχία συμβάντων.

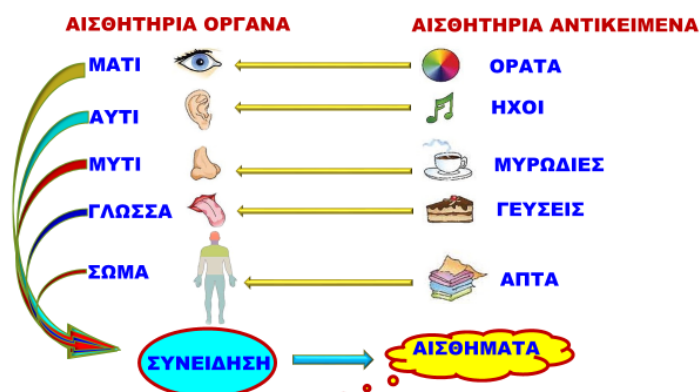
Εάν την αναλύσουμε, τότε μόνον μπορούμε να την καταλάβουμε. Εάν την δεχθούμε σαν κάτι δεδομένο τότε φυσικά είναι αδύνατον να έχουμε καθαρή ιδέα για το πώς εγείρεται η επιθυμία μέσα μας ή ένα συναίσθημα.

Στην συνέχεια βλέπουμε ότι τα αισθήματα και τα συναισθήματά μας επηρεάζονται και εξαρτώνται από ορατά, ηχητικά, οσφρητικά, γευστικά, απτά και νοητικά αντικείμενα.



Τις ιδέες είτε τις δανειζόμαστε από τους άλλους είτε τις παράγουμε εμείς οι ίδιοι. Εάν είναι ευχάριστες ιδέες εγείρονται μέσα μας ευχάριστα συναισθήματα, κλπ. Και πάλι όμως, επειδή οι διαθέσεις μας αλλάζουν, αύριο μπορεί να δούμε την ίδια ιδέα με διαφορετικό τρόπο και να την θεωρήσουμε κάτι κακό. Έτσι τα συναισθήματά μας θα αλλάξουν κι αυτά.

Εδώ λοιπόν έχουμε τα αισθητήρια όργανα και τα αισθητήρια αντικείμενα:



Τα αισθητήρια αντικείμενα παίζουν έναν μεγάλο ρόλο στις διαθέσεις μας.

Τα αντικείμενα προσκρούουν στο ανάλογο αισθητήριο όργανο που είναι υλικό αντικείμενο και αποτελείται από

κύτταρα ευαίσθητα στους ήχους, στις οσμές, στις γεύσεις κλπ., στην συνέχεια εγείρεται η συνείδηση, που με την σειρά της πυροδοτεί μέσα μας αισθήματα.

Διαπιστώνουμε επομένως, πόσα πολλά αισθήματα εγείρονται από αυτά τα αισθητήρια όργανα και τα αισθητήρια αντικείμενα με τα οποία ερχόμαστε σε επαφή. Τα αισθήματα που μπορεί να εγερθούν ανά πάσα στιγμή είναι τόσα πολλά, που θα εξετάσουμε τώρα μια ομιλία που έδωσε ο Βούδδας σχετικά με αυτά:



Καθημερινά λοιπόν, έχουμε μέσα μας αυτόν τον ανεμοστρόβιλο των αισθημάτων τα οποία ανά πάσαν στιγμή μπορεί να αλλάξουν από ευχάριστα σε δυσάρεστα ή ουδέτερα. Εάν όταν βγαίνουμε έξω από το σπίτι μας αντικρύσουμε έναν συννεφιασμένο ουρανό με μαύρα σύννεφα, τα συναισθήματά μας, οι διαθέσεις μας μπορεί να

αλλάξουν, οι αποφάσεις μας μπορεί να αλλάξουν. Εάν όμως ο ουρανός είναι γαλανός και υπάρχει φως και λιακάδα, τότε τα συναισθήματά μας και οι διαθέσεις μας μπορεί να αλλάξουν ξανά, και οι αποφάσεις μας το ίδιο.

Φυσικά δεν είναι μόνον ο καιρός που αλλάζει τα συναισθήματά μας αλλά και άλλα πράγματα, όπως το ντύσιμο των ανθρώπων ή η εμφάνιση των άλλων ανθρώπων, που κάνει τα συναισθήματά μας να αλλάζουν από την μια στιγμή στην άλλη όπως αλλάζει κατεύθυνση ο άνεμος. Αυτά τα αισθήματα είναι πολλαπλά και έτσι έχουμε το συνάθροισμα του αισθήματος που αποτελείται από 108 είδη.

Τα αισθήματα τα διαιρούμε ως εξής: σε δύο κατηγορίες:



σωματικά και νοητικά.

Τα σωματικά συμβαίνουν στο σώμα μας και στα αισθητήρια όργανά μας, και τα νοητικά στον νου μας, στις σκέψεις μας, ως συναισθήματα.

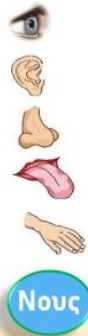
Ή σε τρεις κατηγορίες: ευχάριστα, δυσάρεστα, ή ουδέτερα. Σωματικά ευχάριστα, δυσάρεστα, ή ουδέτερα, και νοητικά ευχάριστα, δυσάρεστα, ή ουδέτερα.



Ή σε πέντε κατηγορίες που σχετίζονται με το νοητικό αίσθημα: ευχαρίστηση, δυσ-αρέσκεια, χαρά, θλίψη, αδιαφορία.

**(6) Αίσθημα που παράγεται από την επαφή με**

το μάτι,  
το αυτί,  
την μύτη,  
την γλώσσα,  
το σώμα,  
ή τον νου.



Ή σε έξη κατηγορίες που σχετίζονται με τα όργανα αίσθησης:

Ή σε δεκαοχτώ κατηγορίες που σχετίζονται με τα αισθήματα που προκύπτουν από τα αισθητήρια όργανα:

**(6) Χαρούμενο αίσθημα με το**

να βλέπει κάποιος,  
να ακούει,  
να μυρίζει,  
να γεύεται,  
να αγγίζει,  
ή να σκέφτεται.



**(6) Θλιβερό αίσθημα με το**

να βλέπει κάποιος,  
να ακούει,  
να μυρίζει,  
να γεύεται,  
να αγγίζει,  
ή να σκέφτεται.



**(6) Αδιάφορο αίσθημα με το**

να βλέπει κάποιος,  
να ακούει,  
να μυρίζει,  
να γεύεται,  
να αγγίζει,  
ή να σκέφτεται.



Ή σε τριανταέξι κατηγορίες που σχετίζονται με την οικογενειακή ζωή:

Κάποιοι αισθάνονται χαρούμενοι μέσα στο οικογενειακό περιβάλλον, ενώ άλλοι αισθάνονται χαρά όταν φεύγουν από αυτό, διότι απαλλάσσονται από όλες τις ευθύνες και τα βάρη.

(36)

Έξι είδη **χαράς** σχετιζόμενα με την οικιακή ζωή,  
έξι σχετιζόμενα με την απάρνησή της.



Έξι είδη **θλίψης** σχετιζόμενα με την οικιακή ζωή,  
έξι σχετιζόμενα με την απάρνησή της.



Άλλοι αισθάνονται θλίψη όταν χάνουν το οικογενειακό τους περιβάλλον, ενώ άλλοι θλίβονται όταν ζουν μέσα σε αυτό, εξ' αιτίας της πίεσης που δημιουργείται από το άγχος των ευθυνών.

Κάποιοι αισθάνονται ηρεμία επειδή έχουν τακτοποιήσει όλες τις υποχρεώσεις τους, ενώ άλλοι είναι ήρεμοι διότι έχουν απαλλαγεί από αυτές.

Έξι είδη **πνευματικής ηρεμίας** σχετιζόμενα με την οικιακή ζωή,  
έξι σχετιζόμενα με την απάρνησή της.



Έτσι  
έχουμε:

36 είδη αισθήματος στο παρελθόν  
36 είδη αισθήματος στο παρόν  
36 είδη αισθήματος στο μέλλον

**= 108 είδη αισθήματος.**

Όλα αυτά τα αισθήματα τα αναφέραμε περιληπτικά, αργότερα όμως σε άλλα κεφάλαια, θα αναπτύξουμε περισσότερο το πώς το αίσθημα συνδιάζεται με άλλους νοητικούς παράγοντες και παράγει όλα αυτά τα συναισθήματα μέσα μας, τις σκέψεις, τις ιδέες κλπ.

Περνάμε τώρα στο συνάθροισμα της αντίληψης που αποτελείται κι αυτό από 108 είδη.

### **ΤΟ ΣΥΝΑΘΡΟΙΣΜΑ ΤΗΣ ΑΝΤΙΛΗΨΗΣ**

**Αποτελείται από 108 είδη αντίληψης.**

**Βασίζεται στα 108 είδη αισθήματος.**

Οι αντιλήψεις είναι οι εντυπώσεις που παίρνουμε από τα αισθήματά μας και ανάλογα με αυτά παράγουμε τις αντίστοιχες εντυπώσεις. Το αίσθημα δηλαδή, παίζει μεγάλο ρόλο για το πώς θα αντιληφθούμε τον κόσμο γύρω μας. Ένα ευχάριστο αίσθημα για παράδειγμα, θα μας δώσει την εντύπωση ότι το τάδε αντικείμενο είναι καλό, ή ο δείνα άνθρωπος είναι καλός, κλπ. Όταν δε, τα αισθήματά μας αλλάζουν, αλλάζουν και οι αντιλήψεις μας.

Δεν θα επεκταθούμε περισσότερο στην ανάλυση των αντιλήψεων· αυτό θα το κάνουμε αργότερα όταν θα επανέλθουμε για να δούμε την αντίληψη ως νοητικό παράγοντα, και να καταλάβουμε τα χαρακτηριστικά της, πώς δηλ. λειτουργεί, πώς εμφανίζεται, και ποιά είναι η εγγύτατη αιτία της.

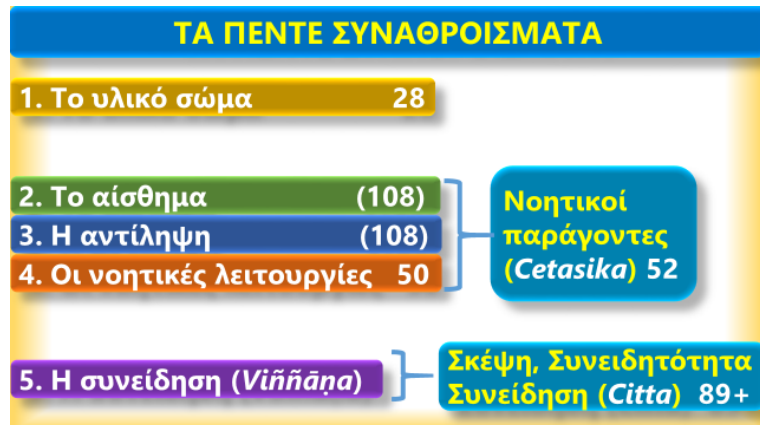
Μετά έχουμε το συνάθροισμα των νοητικών λειτουργιών.

### **ΤΟ ΣΥΝΑΘΡΟΙΣΜΑ ΤΩΝ ΝΟΗΤΙΚΩΝ ΛΕΙΤΟΥΡΓΕΙΩΝ**

**Αποτελείται από 50 νοητικούς παράγοντες.**

Επανερχόμενοι στα πέντε συναθροίσματα, βλέπουμε ότι οι νοητικές λειτουργίες αποτελούνται από 50 νοητικούς παράγοντες στους οποίους περιλαμβάνονται τό αίσθημα και η αντίληψη. Εάν όμως πάρουμε το αίσθημα και την αντίληψη σαν ξεχωριστούς νοητικούς παράγοντες (πού ούτως ή άλλως είναι), φτάνουμε τους 52 νοητικούς παράγοντες. Για παράδειγμα, η επιθυμία όπως και το μίσος ανήκουν στους νοητικούς παράγοντες ως αισθήματα, εμφανίζονται όμως και ξεχωριστά σαν νοητικές λειτουργίες, διότι λειτουργούν όταν γίνεται μια σύνθεση του νου, παράγονται από έναν συνδιασμό.

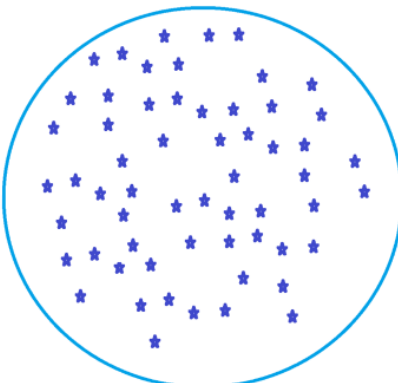
Αργότερα θα δώσουμε μια ιδέα για το τί είναι αυτοί οι νοητικοί παράγοντες.



Αυτό όμως που πρέπει να καταλάβουμε όταν αναλύουμε τον νου ή το νοητό στοιχείο, είναι ότι δεν είναι ένα μεμονωμένο σώμα αλλά ένα σύνθετο και πολύπλοκο φαινόμενο.

**52 Νοητικοί Παράγοντες**

**Το Νοητό είναι ένα σμήνος από 52 νοητικούς παράγοντες (Cetasika)**



**Αυτό που αποκαλούμε «Νου» δεν είναι ένα συμπαγές, ομοιογενές, και άτμητο, αδιάτομο πράγμα, αποτελούμενο από μία μόνο ουσία που δεν μπορεί να διαιρεθεί σε μικρότερα τεμάχια.**



Για τους περισσότερους ανθρώπους η λέξη νους σημαίνει ένα ομοιογενές, συμπαγές και αδιάτμητο πράγμα. Αυτό όμως δεν ισχύει.



Οι σκέψεις και οι ιδέες που εμφανίζονται μέσα μας, εμφανίζονται λόγω αυτών των νοητικών παραγόντων. Αυτοί οι νοητικοί παράγοντες είναι τα τεμάχια, που όταν συνδιάζονται μας

φέρνουν μια ιδέα, μια σκέψη, ένα αίσθημα, κλπ.



#### Μονάδα Σκέψης

Φέρνουμε εδώ σαν παράδειγμα μια μονάδα σκέψης με επίκεντρο την επιθυμία. Η επιθυμία δεν εγείρεται έτσι, αλλά είναι μια μονάδα σκέψης που προϋποθέτει την ύπαρξη της συνείδησης, του αισθήματος, της αντίληψης, της βούλησης, της προσοχής, και της αρέσκειας. Αυτοί οι νοητικοί παράγοντες πρέπει να συνδιαστούν για να επέλθει η επιθυμία.




Ας συγκρίνουμε εδώ ως παράδειγμα, τον νου με το άτομο.

Οι αρχαίοι φιλόσοφοι είχαν μιλήσει για το άτομο που είναι:

**Το Άτομο**

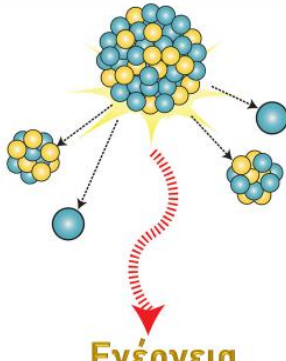
**Το μικρότερο, άτμητο, αδιαίρετο, και ομοιογενές τμήμα της ύλης των αρχαίων ατομικών φιλοσόφων.**



Εκείνη την εποχή, νόμιζαν ότι το άτομο είναι κάτι που δεν μπορεί να διαιρεθεί· και κάτι ανάλογο πιστεύουμε κι εμείς για τον νου. Ότι δηλ. είναι συμπαγές και αδιάσπαστος και δεν μπορεί να διαιρεθεί σε κομμάτια.

Όμως το 1938, επιτεύχθηκε η διάσπαση του ατόμου.

**Η Διάσπαση του Ατόμου το 1938.**



**Ενέργεια**

Οι επιστήμονες διαπίστωσαν ότι το άτομο αποτελείται από ενέργεια και από άλλα υποατομικά σωματίδια.

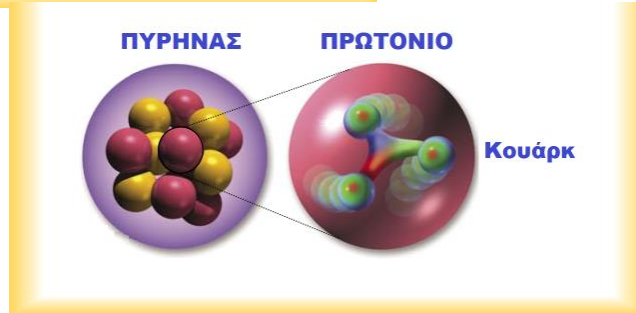
**Το Άτομο και τα Υποατομικά Σωματίδια**

**Ηλεκτρόνια**



**Πυρήνας**

## Το Άτομο και τα Υποατομικά Σωματίδια



Όσο περισσότερο αναλύουμε το άτομο, τόσο πιο πολλά υποατομικά σωματίδια ανακαλύπτουμε. Σήμερα έχουν ανακαλυφθεί πάνω από 250 υποατομικά σωματίδια. Διαπιστώνουμε τελικά ότι το άτομο δεν είναι ένα πράγμα αλλά ένα πολυσύνθετο πολύπλοκο φαινόμενο.

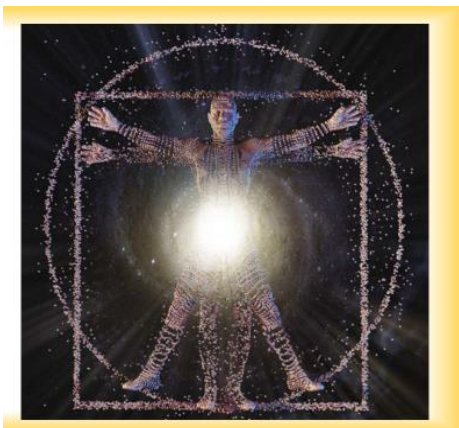


Παραθέτουμε εδώ ένα μέρος του καταλόγου των υποατομικών σωματιδίων που έχουν βρεθεί μέχρι σήμερα:

PARTICLE	SYMBOL	CHARGE	MASS	SPIN	STATISTICS	DECAY SCHEME	LIFETIME (SECONDS)
NEUTRINO	$\nu$	0	0	1/2	FERMI-DIRAC	STABLE	
ELECTRON	$e$	-	1	1/2	FERMI-DIRAC	STABLE	
POSITRON	$p$	+	1	1/2	FERMI-DIRAC	STABLE	
POSITIVE MU MESON	$\mu^+$	+	210	1/2	FERMI-DIRAC	$\mu^+ \rightarrow p + 2 \nu$	$2.1 \times 10^{-6}$
NEGATIVE MU MESON	$\mu^-$	-	210	1/2	FERMI-DIRAC	$\mu^- \rightarrow e + 2 \nu$	$2.1 \times 10^{-6}$
KAPPA MESON	$K$	+	1200 ?	1/2 ?	FERMI-DIRAC ?	$K \rightarrow \mu^+ + (?) 2 \nu$	$10^{-10} ?$
PROTON	$P$	+	1836	1/2	FERMI-DIRAC	STABLE	
ANTI-PROTON ?	$\bar{P}$	-	1836	1/2	FERMI-DIRAC	STABLE	
NEUTRON	$N$	0	1838.5	1/2	FERMI-DIRAC	$N \rightarrow P + e + \nu$	750
ANTI-NEUTRON ?	$\bar{N}$	0	1838.5	1/2	FERMI-DIRAC	$\bar{N} \rightarrow \bar{P} + p + \nu$	750
POSITIVE V-PARTICLE	$V^+$	+	2600 ?	?	FERMI-DIRAC ?	$V^+ \rightarrow N + \pi^+ + (?) \pi^0$	$10^{-10} ?$
NEGATIVE V-PARTICLE	$V^-$	-	2600 ?	?	FERMI-DIRAC ?	$V^- \rightarrow N + \pi^- + (?) \pi^0$	$10^{-10} ?$
NEUTRAL V-PARTICLE	$V^0$	0	2600 ?	?	FERMI-DIRAC ?	$V^0 \rightarrow N + \pi^+ + \pi^- ?$ $V^0 \rightarrow P + \pi^- + (?) \pi^0$	$3 \times 10^{-10}$
PHOTON	$\gamma$	0	0	1	BOSE-EINSTEIN	STABLE	
GRAVITON	$G$	0	0	2	BOSE-EINSTEIN	STABLE	
POSITIVE PI MESON	$\pi^+$	+	276	0	BOSE-EINSTEIN	$\pi^+ \rightarrow \mu^+ + \nu$	$2.6 \times 10^{-8}$
NEGATIVE PI MESON	$\pi^-$	-	276	0	BOSE-EINSTEIN	$\pi^- \rightarrow \mu^- + \nu$	$2.6 \times 10^{-8}$
NEUTRAL PI MESON	$\pi^0$	0	265	0	BOSE-EINSTEIN	$\pi^0 \rightarrow 2 \gamma$	$10^{-14}$
TAU MESON	$T$	+ or -	966	0 ?	BOSE-EINSTEIN	$T \rightarrow 3 \pi$	$10^{-9} ?$

Κάτι ανάλογο έκανε ο Βούδδας με τον νου. Τον ανέλυσε με τόσο λεπτομερή τρόπο, ώστε να καταλάβουμε ότι αποτελείται από αυτά τα υποατομικά σωματίδια που λέγονται νοητικοί παράγοντες, τους οποίους μπορούμε να τους δούμε μέσα μας μόλις στρέψουμε την προσοχή μας επάνω τους και τους αναλύσουμε.

Την ίδια ανάλυση μπορούμε να κάνουμε και με το σώμα μας:



Το σώμα μας αποτελείται από υποατομικά σωματίδια.



Όχι μόνον αυτό, αλλά και το περιβάλλον μας αποτελείται από υποατομικά σωματίδια.

Με την ενδοσκόπηση και την ενόραση, μπορούμε να δούμε ότι και ο νους μας είναι κάτι ανάλογο· ότι δεν είναι ένα ομοιογενές πράγμα αλλά όπως τα άτομα έχουν θετικό και αρνητικό φορτίο, έτσι κι αυτός έχει θετικές και αρνητικές διαθέσεις μέσα του. Τά αισθήματα επηρεάζουν αυτές τις διαθέσεις, και έτσι μπορούμε να κάνουμε παράλληλη μελέτη του νου και της ύλης. Ανάμεσα στον νου και την ύλη υπάρχουν διαφορές, υπάρχουν όμως και ομοιότητες, και με τον τρόπο που αναλύουμε την ύλη, με τον ίδιο τρόπο αναλύουμε και τον νου. Τα εργαλεία και τὰ όργανα που χρησιμοποιούμε γι' αυτή την ανάλυση είναι φυσικά διαφορετικά.

Για να αναλύσουμε την ύλη ξοδεύουμε πολλά χρήματα για τηλεσκόπια, μικροσκόπια, και για οποιαδήποτε άλλα όργανα που κοστίζουν πολύ ακριβά και είναι απαραίτητα για να γίνει η ανάλυσή της.

Για την ανάλυση του νου όμως, δεν χρειάζεται να έχουμε κανένα άλλο εργαλείο παρά μόνον τον ίδιο τον νου. Και την ανάλυση την κάνουμε βέβαια με συστηματικό τρόπο όπως και με την ύλη.

Το μικροσκόπιο ή το τηλεσκόπιο που χρησιμοποιούμε εδώ είναι η ίδια η συνείδησή μας, φτάνει να ξέρουμε πώς να κάνουμε την παρατήρηση. Ο τρόπος της παρατήρησης είναι αυτός που μας δίνει όλη την ενόραση. Όταν μιλάμε λοιπόν γι' αυτά τα συναθροίσματα και για την ανάλυσή τους, βλέπουμε από τί αποτελούνται.

Επανερχόμενοι στο συνάθροισμα των νοητικών λειτουργιών βλέπουμε ότι αποτελείται από 50 ή πιο αναλυτικά από 52 νοητικούς παράγοντες. Αυτούς τους νοητικούς παράγοντες τους ταξινομούμε σύμφωνα με τις ιδιότητες που έχουν που συνήθως είναι 50, και όχι αναγκαστικά με την ποσότητά τους στην οποία μπορεί κανείς να προσθέσει και κάτι άλλο. (Εξ' ου και 50 ή 52 στον αριθμό· όπως έχουμε  $11$  ή  $7+6=13$  ηθικά μεταβλητούς).

Αυτοί διαιρούνται σε:

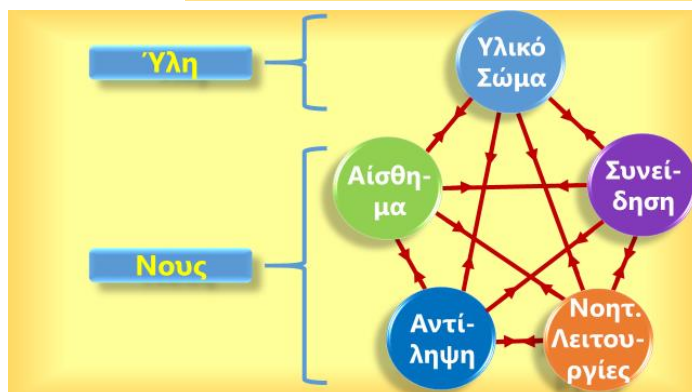


Όλα αυτά, το τί σημαίνει δηλ. ηθικά μεταβλητοί νοητικοί παράγοντες, ή το τί σημαίνει καθολικοί και περιστασιακοί, ηθικά καθορισμένοι, φαύλοι και καλοί, θα τα εξηγήσουμε στα επόμενα μαθήματα. Προς το παρόν να πούμε ότι οι φαύλοι νοητικοί παράγοντες είναι αρνητικά φορτισμένοι όπως το αρνητικό φορτίο που έχουν τα διάφορα ηλεκτρόνια και πρωτόνια, και οι καλοί νοητικοί παράγοντες είναι θετικά φορτισμένοι, δημιουργώντας έτσι αντίθετες δυνάμεις, αντίθετα πεδία που υπάρχουν μέσα στον νου μας. Ή ότι οι διάφοροι καθολικοί νοητικοί παράγοντες είναι αυτοί που δίνουν ζωτικότητα στον νου, όπως υπάρχει και η ζωτικότητα αναπαραγωγής στην ύλη (π.χ. τα φυτά όπως και τα σώματά μας έχουν ζωτικότητα για να αναπαράγουν τα κύτταρά τους).

Κάτι ανάλογο γίνεται και με τον νου μας, όπου χρειάζεται νοητική ζωτικότητα για να αναπαραχθούν οι σκέψεις και οι ιδέες μας.

## **Οι Νοητικές Λειτουργίες και η Συνείδησή μας**

Καλησπέρα σε όλους και καλώς ορίσατε σ' αυτό το μάθημα. Αυτό είναι το τρίτο μάθημα και βρισκόμαστε ακόμα στην εισαγωγή και στα βασικά στάδια ανάλυσης. Εξηγήσαμε ότι έχουμε την σταδιακή ανάλυση και την σταδιακή σύνθεση, ή την βασική και προχωρημένη ανάλυση και σύνθεση. Όσο προχωράμε βαθύτερα θα εξηγούμε και περισσότερα.



Είχαμε μιλήσει για την ύλη που αποτελείται από διάφορα στοιχεία και για το υλικό μας σώμα που αντιπροσωπεύει την ύλη που υπάρχει γύρω μας αλλά σε διαφορετική μορφή.

Μιλήσαμε και για τον νου που αποτελείται από διάφορα συναθροίσματα, και είχαμε εξηγήσει επιφανειακά ότι υπάρχει αλληλεπίδραση και αλληλοεξάρτηση μεταξύ αυτών των συναθροισμάτων πάνω στα οποία γίνεται όλη η ανάλυση και η σύνθεση.

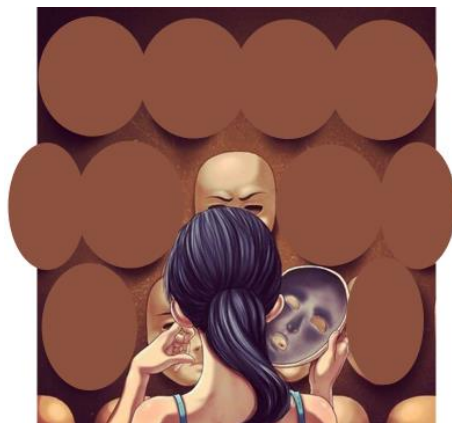


Μπορούμε να αποκαλέσουμε τα πέντε συναθροίσματα, ως τους πέντε πυλώνες που αποτελούν ή απαρτίζουν την προσωπικότητά μας.



Παρ' όλο που τους ονομάζουμε πυλώνες, δεν πρέπει να κάνουμε το λάθος να νομίσουμε ότι είναι κάτι σταθερό μέσα μας. Το υλικό σώμα, όπως και τα αισθήματα, οι αντιλήψεις μας, οι νοητικές μας λειτουργίες και οι συνειδήσεις μας, βρίσκονται σε μιά συνεχή ροή και μεταβάλλονται διαρκώς. Δεν υπάρχει κάτι σταθερό και μόνιμο μέσα μας που να μπορούμε να το αποκαλέσουμε μόνιμη προσωπικότητα παρά μόνον η ροή αυτών των φαινομένων που λέγονται ύλη και νους.

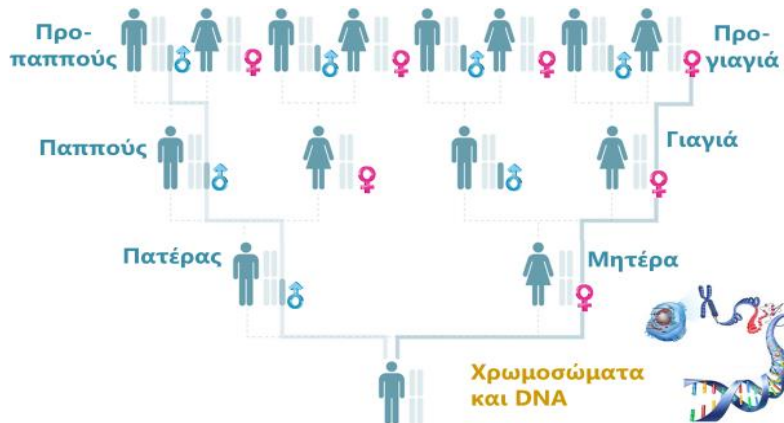
Αυτό που ονομάζουμε προσωπικότητα είναι πολλών ειδών και μπορεί να αλλάξει κατά περιόδους. Σύμφωνα με τις περιστάσεις και τις συνθήκες που υπάρχουν στην ζωή, άνθρωποι που είναι ήρεμοι μπορεί να γίνουν άγριοι, και άγριοι άνθρωποι να γίνουν ήρεμοι.



**Η προσωπικότητάς μας στην παρούσα στιγμή επηρεάζεται από πέντε αιτιώδεις νόμους:**

- βιολογικούς ή κληρονομικούς νόμους,
- ατμοσφαιρικούς, φυσικούς νόμους,
- ψυχολογικούς νόμους,
- εκούσιους ή καρμικούς νόμους, και
- κοσμικούς νόμους.

Σχετικά με τους βιολογικούς ή κληρονομικούς νόμους, θα δώσω ένα παράδειγμα για το πώς αυτά που ονομάζουμε προσωπικότητα, αισθήματα, αντιλήψεις, κλπ. βασίζονται πάνω στην κληρονομιά που έχουμε από τους γονείς μας. Αυτό που θεωρούμε δικό μας σώμα, δική μας προσωπικότητα, δεν είναι παρά ένα δάνειο κυττάρων και κωδικού χρωμοσωμάτων και DNA από τους γονείς μας.



Οι γονείς μας με την σειρά τους οφείλουν την προσωπικότητά τους στα γονίδια και στο DNA των δικών τους γονέων, που με την σειρά τους οφείλουν το ίδιο στους δικούς τους γονείς. Εν ολίγοις, αυτό που κουβαλάμε τώρα αποκαλώντας το προσωπικότητα, ή εαυτό, ή Εγώ, είναι μια προσωρινή έννοια επηρεασμένη από βιολογικούς ή κληρονομικούς νόμους.

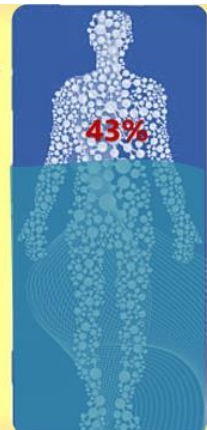
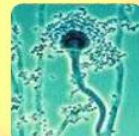
Εξετάζοντας πιο βαθειά αυτό που ονομάζουμε «εγώ μου», «προσωπικότητά μου», «σώμα μου», διαπιστώνουμε ότι:

**Τα ανθρώπινα κύτταρα αποτελούν μόνο το 43% του συνολικού αριθμού των κυττάρων του σώματός μας.**

**Τι είναι το υπόλοιπο;**

**57% Μικροοργανισμοί**

**Το υπόλοιπο 57% είναι μικροσκοπικοί άποικοι, όπως βακτηρίδια, ιοί, μύκητες και παράσιτα κυρίως στο πεπτικό σύστημα.**



Έτσι, πάνω από το μισό του σώματός μας δεν είναι ανθρώπινο.



Αυτό που μας κάνει ανθρώπους είναι ο συνδυασμός του DNA μας, που το έχουμε κληρονομήσει από τους γονείς μας, μαζί με το DNA των μικροοργανισμών στο σώμα μας.



Και όσο κι αν το βρίσκουμε παράξενο, το 57% των μικροοργανισμών στο σώμα μας είναι απαραίτητοι για την ύπαρξή μας.

Η ανισορροπία των μικροοργανισμών, όπως η υπερβολική ποσότητα ή η ανεπάρκεια, μπορεί να επιφέρει ανισορροπία στην σωματική και ψυχική μας υγεία, αλλά και να οδηγήσει στην απώλεια της ζωής μας, στον θάνατο.



Επιπλέον, αυτές οι αποικίες μικροοργανισμών μπορούν να αλλάξουν και την διάθεσή μας, δηλαδή τις νοητικές ή ψυχικές μας λειτουργίες.

Η κατάθλιψη και το άγχος, λόγω χάρη, συνδέονται μερικές φορές με αυτά τα μικροσκοπικά πλάσματα.

Στην εποχή μας υπάρχουν προοδευτικοί ψυχίατροι και ψυχολόγοι που έχουν καταλάβει ότι δεν είναι μόνο οι ψυχολογικοί παράγοντες που καθορίζουν μια προσωπικότητα ή τις διαθέσεις ενός ανθρώπου, αλλά και αυτός ο μικρόκοσμος, συνιστώντας συνεπώς, μία συγκεκριμένη δίαιτα ώστε να επέλθει κάποια ισορροπία μεταξύ αυτών των μικροσκοπικών οργανισμών μέσα μας.

Η ψυχολογία λοιπόν αυτού που ονομάζουμε «εαυτός μας», δεν εξαρτάται μόνον από την συναναστροφή μας με τα άλλα άτομα στην καθημερινή μας ζωή, αλλά και από την βιολογική κληρονομιά και το DNA που κουβαλάμε όχι μόνον από τους γονείς μας αλλά και από αυτούς τους μικροσκοπικούς οργανισμούς.

Εξετάζοντας αυτούς τους πέντε πυλώνες της προσωπικότητας, μιλήσαμε στα προηγούμενα μαθήματα για το υλικό σώμα, τα αισθήματα και τις αντιλήψεις, και θα περάσουμε σήμερα στον τέταρτο πυλώνα, αυτόν των νοητικών λειτουργιών.

Όπως είχαμε πει την τελευταία φορά, αυτός αποτελείται από 50 είδη, συγκεκριμένα από 50 νοητικούς παράγοντες.

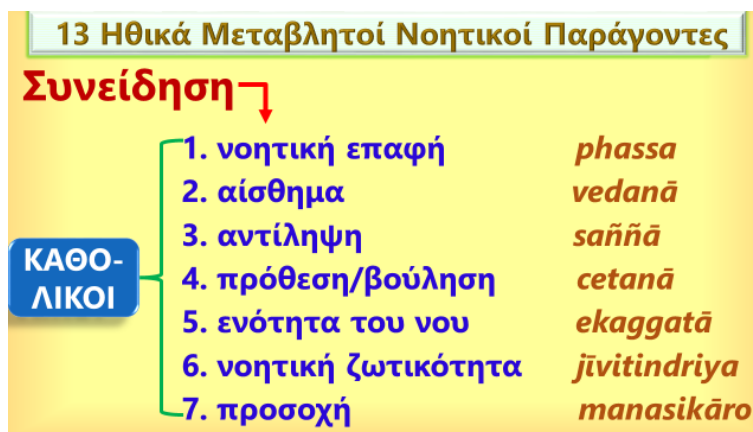


Τους λέμε παράγοντες διότι αυτοί, σαν ιδιότητες μέσα στον νου μας, συντελούν ώστε να κατανοήσουμε πράγματα και να έχουμε εμπειρίες στην ζωή μας. Επειδή το αίσθημα και η αντίληψη παίζουν επίσης μεγάλο ρόλο ως παράγοντες για να κατανοήσουμε πράγματα και να έχουμε εμπειρίες, τους προσθέτουμε στους προηγούμενους 50 φτάνοντας σε ένα σύνολο 52 νοητικών παραγόντων που ανήκουν στο συνάθροισμα των νοητικών λειτουργιών. Έτσι σήμερα θα εξετάσουμε τους 50 νοητικούς παράγοντες που ανήκουν στο συνάθροισμα των νοητικών λειτουργιών, αλλά και το αίσθημα και την αντίληψη ως νοητικούς παράγοντες.

Αυτοί οι παράγοντες διαίρονται σε διάφορες κατηγορίες:



Θα εξηγήσουμε πρώτα τους 13 Ηθικά Μεταβλητούς Νοητικούς Παράγοντες. Πριν καν να εγερθεί μέσα μας μια γνωστική διαδικασία ώστε να έχουμε εμπειρία ενός αντικείμενου ή μιας κατάστασης, πρέπει να εγερθεί η συνείδηση ώστε να συνειδητοποιήσουμε ότι υπάρχει ένα αντικείμενο ή μια κατάσταση μπροστά μας την οποία χρειάζεται να την κατανοήσουμε. Σε αυτή την περίπτωση έχουμε τους Καθολικούς Νοητικούς Παράγοντες που βοηθούν σε αυτή την εμπειρία, διότι η συνείδηση από μόνη της – όπως θα δούμε παρακάτω - δεν μπορεί να μας δώσει όλη την εμπειρία, αλλά χρειάζεται την βοήθεια ορισμένων νοητικών παραγόντων, ώστε να συνειδητοποιήσουμε ένα αντικείμενο ή μια κατάσταση από πολλές πλευρές:



Χρειάζεται πρώτα η νοητική επαφή με το αντικείμενο, μετά το αίσθημα που μας δίνει την «γεύση» αυτής της εμπειρίας (θετικής, αρνητικής ή ουδέτερης), μετά η αντίληψη που μας δίνει την εντύπωση για το αντικείμενο, η πρόθεση ή η βούληση που μας λέει τί θα κάνουμε με αυτό το αντικείμενο ή την κατάσταση, η ενότητα του νου που μας δίνει την ευκαιρία να συγκεντρωθούμε ξανά και ξανά πάνω στο αντικείμενο, μετά η νοητική ζωτικότητα που

διατηρεί τον νου μας πάνω στο αντικείμενο ή στην κατάσταση, και τέλος η προσοχή για να μπορέσουμε να έχουμε την όλη εμπειρία.

Αυτή ονομάζεται στοιχειώδης νοητική λειτουργία κατά την οποία η συνείδηση συνδιάζεται με αυτούς τους 7 νοητικούς παράγοντες.



Αυτοί λέγονται καθολικοί νοητικοί παράγοντες, διότι συνδιάζονται πάντα με μια συνείδηση. Ακόμα και στην πιο στοιχειώδη νοητική λειτουργία, πρέπει να υπάρχουν αυτοί οι 7 παράγοντες για να μας δώσουν έστω μια γεύση της εμπειρίας που έχουμε.

#### 7 Καθολικοί Νοητικοί Παράγοντες

Αυτοί είναι οι νοητικοί παράγοντες που είναι καθολικοί/κοινοί (*sādhāraṇa*) σε όλες τις συνειδήσεις (*sabba-citta*).

Εκτελούν τις πιο στοιχειώδεις και βασικές γνωστικές λειτουργίες, χωρίς τις οποίες η συνειδητοποίηση ενός αντικειμένου θα ήταν τελείως αδύνατη.



Στην μοντέρνα ψυχολογία που ονομάζεται Γνωστική (Cognitive Psychology) και η οποία εξετάζει πώς μπορούμε να έχουμε γνώση ή εμπειρία ενός αντικειμένου, συναντούμε τους όρους Ανθρώπινη Νοημοσύνη, Αντίληψη, Προσοχή, Μνήμη, Σκέψη και Επίλυση Προβλήματος, και τέλος Γλώσσα.

Εδώ βλέπουμε ότι σε αυτή την Γνωστική διαδικασία συμπεριλαμβάνονται η Αντίληψη και η Προσοχή. Την Μνήμη και την Σκέψη που είναι από τους καλούς νοητικούς παράγοντες θα τις αναφέρουμε αργότερα.

Η Γλώσσα βασικά, είναι ένα φαινόμενο μεταξύ Ανθρώπινης Νοημοσύνης και Σκέψης. Εάν δέν υπήρχαν η ανθρώπινη νοημοσύνη και η σκέψη δεν θα υπήρχε και το φαινόμενο της γλώσσας στους ανθρώπους. Θα εξετάσουμε αργότερα ποίοι είναι οι νοητικοί παράγοντες που παράγουν αυτή την γλωσσική ικανότητα μέσα μας.

Κάτι ανάλογο με τήν Γνωστική ψυχολογία κάνουμε κι εμείς εδώ με τις γνωστικές διαδικασίες όπως τις ονομάζουμε. Θα δούμε ότι για να επέλθει μια γνωστική διαδικασία είναι απαραίτητη η ύπαρξη ορισμένων νοητικών παραγόντων. Π.χ. η Αντίληψη και η Προσοχή, παρ' όλο που στην μοντέρνα ψυχολογία δεν ονομάζονται νοητικοί παράγοντες, είναι ιδιότητες του νου. Εάν δεν υπήρχαν αυτές οι ιδιότητες του νου τότε δεν θα είχαμε κάποια γνωστική διαδικασία ή εμπειρία γνώσης ενός αντικειμένου ή μιας κατάστασης.

Συνεχίζοντας με τους νοητικούς παράγοντες (μέχρι τώρα αναφέραμε τους επτά καθολικούς) βλέπουμε ότι το Αίσθημα δεν αναφέρεται εδώ, παρ' όλο που στο προηγούμενο μάθημα είχα πει πόσο μεγάλο ρόλο παίζει το αίσθημα για την σκέψη μας.

Περνάμε τώρα στους έξη περιστασιακούς νοητικούς παράγοντες.



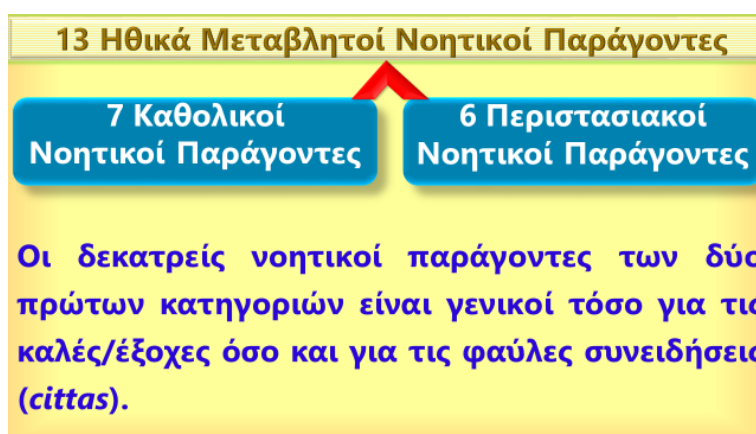
Ονομάζονται περιστασιακοί διότι άλλες φορές παρουσιάζονται σε μια εμπειρία και άλλες φορές όχι.

Ο λογισμός όμως και ο συλλογισμός είναι οι δύο παράγοντες που συντελούν στην γλωσσική λειτουργία. Σύμφωνα με την Βουδδιστική ψυχολογία, ο άνθρωπος λόγω του μεγαλύτερου βαθμού λογισμού και συλλογισμού, έχει την ιδιότητα να μπορεί να εκφραστεί δια μέσου των φωνητικών χορδών. Φυσικά τα ζώα έχουν κι αυτά φωνητικές χορδές, αλλά λόγω του υψηλότερου βαθμού λογισμού και συλλογισμού στον άνθρωπο, μπορεί να εκφραστεί η γλωσσική λειτουργία καλύτερα, ώστε ο άνθρωπος να αναπτύξει ένα ανώτερο λεξιλόγιο από τα ζώα.

Το ότι τα ζώα δεν έχουν γλωσσολόγιο, έχει αμφισβητηθεί από ορισμένους ζωολόγους και άλλους επιστήμονες. Τα ζώα έχουν το δικό τους γλωσσολόγιο, απλώς του ανθρώπου είναι πιο

ανεπτυγμένο λόγω του υψηλού βαθμού λογισμού και συλλογισμού. Αυτό που αποκαλούμε γλώσσα δεν είναι παρά οι δύο αυτοί παράγοντες που συνεισφέρουν στην γλωσσική ικανότητα.

Αυτοί οι 6 Περιστασιακοί Νοητικοί Παράγοντες διαφέρουν από τους Καθολικούς νοητικούς παράγοντες, στο ότι βρίσκονται σε συγκεκριμένα είδη συνείδησης και όχι σε όλα. Οι 7 καθολικοί βρίσκονται σε όλα τα είδη συνείδησης, ενώ οι περιστασιακοί βρίσκονται μόνο σε συγκεκριμένα είδη. Η χαρά για παράδειγμα, κάποιες φορές μπορεί να υπάρχει μέσα μας και κάποιες φορές όχι.



Αυτοί καθ' αυτοί είναι ηθικά ουδέτεροι, λαμβάνουν όμως την ηθική ποιότητα που τους παραχωρήθηκε μέσω της συνείδησης (*citta*) από τους καλούς ή τους φαύλους νοητικούς παράγοντες (*cetasika*), μεταβάλλοντας έτσι την ουδέτερή τους φύση.

Στις καλές συνειδήσεις (*cittas*) γίνονται καλοί νοητικοί παράγοντες,  
στις φαύλες συνειδήσεις γίνονται φαύλοι,  
και σε ηθικά/καρμικά απροσδιόριστες συνειδήσεις γίνονται ηθικά απροσδιόριστοι.

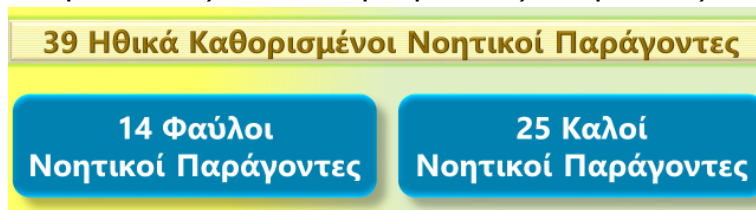
Γι' αυτόν τον λόγο ονομάζονται «ηθικά μεταβλητοί» (*aññāsamāna*).

Για παράδειγμα η αντίληψη αυτή καθ' εαυτή είναι ουδέτερη· δεν έχει καμία ηθική αξία μέσα μας. Εάν όμως συνδιαστεί με έναν καλό νοητικό παράγοντα όπως την μη-επιθετικότητα ή το μη-μίσος γίνεται καλή, σημαίνει δηλ. ότι το άτομο έχει αναπτύξει καλή αντίληψη για το τί σημαίνει μη-μίσος ή μη-επιθετικότητα.

Εάν όμως η αντίληψη συνδιαστεί με έναν φαύλο νοητικό παράγοντα όπως το μίσος, τότε γίνεται φαύλη, με αποτέλεσμα το άτομο να υποστηρίζει φαύλες συμπεριφορές. Η αντίληψη εν τέλει διαμορφώνεται σύμφωνα με τον ανάλογο νοητικό παράγοντα.

Ονομάζονται λοιπόν οι 13 αυτοί παράγοντες ηθικά μεταβλητοί, διότι μπορούν να μεταβάλλουν την φύση τους από την ουδέτερη κατάσταση, σε καλή ή φαύλη.

Περνάμε τώρα στους 39 Καθορισμένους Νοητικούς Παράγοντες.



Θα μιλήσουμε πρώτα για τους 14 φαύλους νοητικούς παράγοντες και θα δούμε γιατί τους ονομάζουμε έτσι.

14 Φαύλοι Νοητικοί Παράγοντες	
1. αυταπάτη	<i>moho</i>
2. μη ντροπή/αδιαντροπία	<i>ahirika</i>
3. μη ηθικός φόβος	<i>anottara</i>
4. ανησυχία	<i>uddhaca</i>
5. απληστία	<i>lobho</i>
6. λανθασμένη νόηση	<i>ditthi</i>
7. υπερηφάνεια/αλαζονεία	<i>māno</i>
8. μίσος	<i>doso</i>
9. ζήλια	<i>issā</i>
10. φιλαργυρία	<i>macchariya</i>
11. τύψη	<i>kukkucca</i>
12. νωθρότητα	<i>thīna</i>
13. υπνηλία	<i>middha</i>
14. αμφιβολία	<i>vicikicchā</i>

Αυταπάτη σημαίνει έλλειψη γνώσης. Το άτομο είναι συγχισμένο και δεν ξέρει πώς να κρίνει επακριβώς μια κατάσταση, έχει δηλ. έλλειψη κρίσης που μπορεί να τον οδηγήσει σε δυσάρεστες καταστάσεις.

Η μη-ντροπή/αδιαντροπία σημαίνει ότι μπορεί κάποιος να κάνει πράγματα που φαίνονται σοκαριστικά στους άλλους.

Ο μη-ηθικός φόβος είναι όταν κάποιος κάνει κακά πράγματα σε άλλους χωρίς να φοβάται την τιμωρία, την φυλάκιση κλπ.

Ακολουθούν η ανησυχία, η απληστία, η λανθασμένη νόηση, η υπερηφάνεια και η αλαζονεία, το μίσος, η ζήλεια, η φιλαργυρία, η τύψη, η νωθρότητα, η υπνηλία, και η αμφιβολία.

Όλοι αυτοί οι 14 νοητικοί παράγοντες μπορούν να συντελέσουν σε πολλές φαύλες πράξεις.

Στην συνέχεια έχουμε τους 25 Καλούς Νοητικούς Παράγοντες

25 Καλοί Νοητικοί Παράγοντες	
1. πίστη στην καλοσύνη	<i>saddhā</i>
2. μνήμη	<i>sati</i>
3. ηθική ντροπή	<i>hiri</i>
4. ηθικός φόβος	<i>ottappa</i>
5. μη απληστία	<i>alobho</i>
6. μη μίσος	<i>adoso</i>
7. αμεροληψία	<i>tatramajjhataṭṭā</i>
8. ηρεμία του σώματος	<i>kāyapassaddhi</i>
9. ηρεμία του νου	<i>cittapassaddhi</i>
10. ελαφρότητα του σώματος	<i>kāyalahutā</i>
11. ελαφρότητα του νου	<i>cittalahutā</i>
12. ευκαμψία του σώματος	<i>kāyamudutā</i>
13. ευκαμψία του νου	<i>cittamudutā</i>
14. ευστροφία του σώματος	<i>kāyakamaññatā</i>
15. ευστροφία του νου	<i>cittakamaññatā</i>
16. δυναμικότητα του σώματος	<i>kāyapāguññatā</i>
17. δυναμικότητα του νου	<i>cittapāguññatā</i>
18. ευθύτητα του σώματος	<i>kāyujjukatā</i>
19. ευθύτητα του νου	<i>cittujjukatā</i>
20. ορθός λόγος	<i>sammā-vācā</i>
21. ορθή πράξη	<i>sammā-kammanto</i>
22. ορθός βιοπορισμός	<i>sammā-ājivo</i>
23. συμπόνια	<i>karuṇā</i>
24. συμπαθητική χαρά	<i>muditā</i>
25. σοφία (νοημοσύνη)	<i>paññā</i>



Όλοι αυτοί είναι καλοί νοητικοί παράγοντες διότι παράγουν μία ευφορία στο σώμα και στον νου μας.

Όλους αυτούς τους νοητικούς παράγοντες που αναφέραμε μέχρι τώρα θα τους εξηγήσουμε αναλυτικά έναν προς έναν στα επόμενα μαθήματα. Για την ώρα παρουσιάσαμε μία περιληπτική εικόνα τους, για να πάρουμε μια ιδέα για τις διαφορές μεταξύ φαύλων και καλών. Προχωρώντας σταδιακά, θα καταλάβουμε το νόημα αυτών των λέξεων, των όρων, και των εννοιών πολύ περισσότερο, διότι θα δώσουμε παραδείγματα για το πώς εμφανίζονται αυτοί οι νοητικοί παράγοντες στην καθημερινή μας ζωή.

Για παράδειγμα μιλάμε για την συμπόνοια. Η συμπόνοια όμως είναι κάτι που για πολλούς ανθρώπους έχει κάνει φτερά από την ζωή τους! Κάποιοι άλλοι προσπαθούν να την καλλιεργήσουν, διότι για να εγερθεί η συμπόνοια ή η σοφία στην συνείδησή μας χρειάζεται καλλιέργεια.

Θα μιλήσουμε τώρα για την σχέση ανάμεσα στην συνείδηση και τους νοητικούς παράγοντες.

## Η ΣΥΝΕΙΔΗΣΗ ΚΑΙ ΟΙ ΝΟΗΤΙΚΟΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ

### Βασικά Αξιώματα

Οι νοητικοί παράγοντες δεν μπορούν να εγερθούν χωρίς την συνείδηση (*citta*),

ούτε μπορεί η συνείδηση να εγερθεί πλήρως διαχωρισμένη από τους νοητικούς παράγοντες (*cetasika*).

Οι νοητικοί παράγοντες (*cetasika*) εγείρονται σε άμεση σύνδεση με την συνείδηση (*citta*)

και βοηθούν την συνείδηση στην εκτέλεση πιο συγκεκριμένων λειτουργιών στην συνολική γνωστική διαδικασία.

Η συνείδηση από μόνη της δεν μπορεί να μας δώσει την εμπειρία ενός φαινομένου ή μιας κατάστασης, αλλά χρειάζεται την βοήθεια αυτών των συγκεκριμένων λειτουργιών για να έχουμε μια γνωστική διαδικασία ή μια εμπειρία.

**Αλλά αν και οι δύο είναι λειτουργικά αλληλοεξαρτώμενοι, η συνείδηση θεωρείται πρωτογενής**

**επειδή οι νοητικοί παράγοντες βοηθούν στην γνωστική λειτουργία ενός αντικειμένου εξαρτώμενοι από την συνείδηση (*citta*), που είναι το κύριο γνωστικό στοιχείο.**

Για να έχουμε μια εμπειρία, για να συνειδητοποιήσουμε ένα αντικείμενο ή μια κατάσταση, η συνείδηση προηγείται και ακολουθούν οι νοητικοί παράγοντες για να βοηθήσουν στην εμπειρική διαδικασία.

Οι νοητικοί παράγοντες (παρ' όλο που τους αναφέραμε ξεχωριστά), δεν είναι αποκομμένοι ο ένας από τον άλλον αλλά έχουν ορισμένα κοινά χαρακτηριστικά.

Τα Τέσσερα Κοινά Χαρακτηριστικά των Νοητικών Παραγόντων

**1. εγείρονται μαζί με την συνείδηση (*ekuppāda*)**

**2. παύουν μαζί με την συνείδηση (*ekanirodha*)**

**3. έχουν το ίδιο αντικείμενο με την συνείδηση (*ekālabana*)**

**4. έχουν το ίδιο αισθητήριο όργανο με την συνείδηση (*ekavatthuka*)**

**Αυτά τα τέσσερα χαρακτηριστικά οριοθετούν την σχέση μεταξύ της συνείδησης (*citta*) και των συνακόλουθων νοητικών παραγόντων (*cetasika*).**

Επαναλαμβάνουμε εδώ το παράδειγμα με το μάτι και το λουλούδι. Για να εγερθεί η επιθυμία μέσα μας χρειάζεται μία ορισμένη διαδικασία.



## ΕΠΙΘΥΜΙΑ

Εξαρτώμενη από το μάτι και τα ορατά αντικείμενα, εγείρεται η συνείδηση στο μάτι. Η συνάντηση των τριών είναι η νοητική επαφή.



Η συνείδηση λοιπόν προπορεύεται για να συνειδητοποιήσουμε τι είναι αυτό που βλέπουμε.

Η νοητική επαφή είναι το «τρέμουλο» που υπάρχει μέσα μας για να μας δώσει

την αίσθηση ότι υπήρξε σύγκρουση μεταξύ του ματιού, του λουλουδιού που είναι το αντικείμενο, και της συνείδησης.

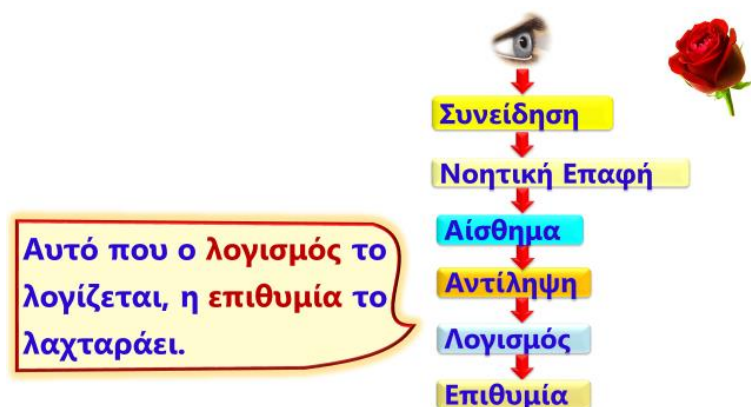
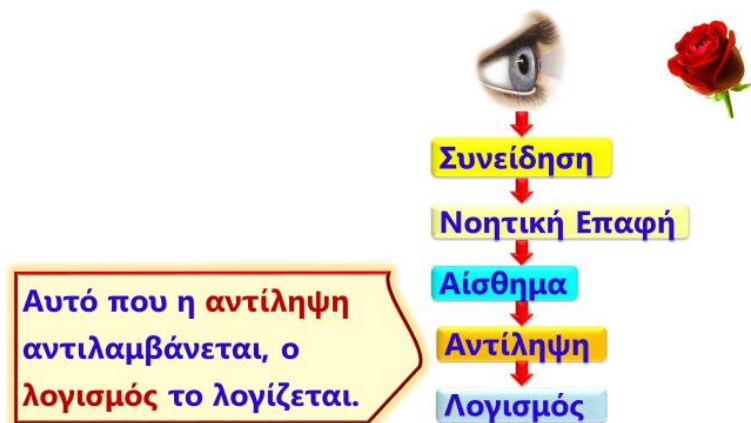


Με την νοητική επαφή ως συνθήκη εγείρεται το αίσθημα.

Το αίσθημα είναι αυτό που αισθάνεται ή «γεύεται» το αντικείμενο.

Αυτό που το αίσθημα αισθάνεται, η αντίληψη το αντιλαμβάνεται.





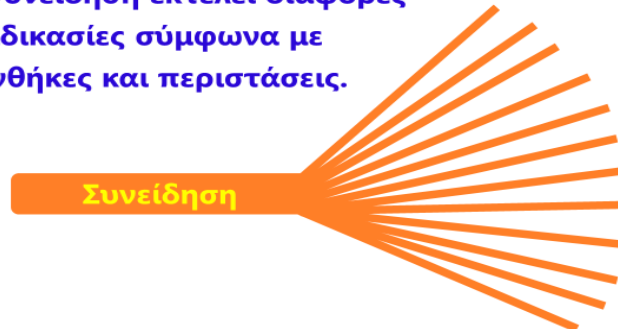
Αυτό ήταν ένα απλό παράδειγμα για το πώς οι νοητικοί παράγοντες βοηθούν στην εμπειρία μας: από το να δούμε ένα λουλούδι μέχρι και να το λαχταρίσουμε. Η συνείδηση από μόνη της δεν μπορεί να εκτελέσει όλες αυτές τις λειτουργίες αλλά χρειάζονται οι νοητικοί παράγοντες που την βοηθούν ώστε να έχουμε την εμπειρία.

Κατατάσσουμε λοιπόν τον νου στην κατηγορία μεταξύ συνείδησης και νοητικών παραγόντων, και παρ' όλο που οι νοητικοί παράγοντες έχουν διαφορετικά χαρακτηριστικά ο ένας από τον άλλον, εν τούτοις έχουν και τα τέσσερα προαναφερθέντα χαρακτηριστικά, όπως ότι εγείρονται πάντα μαζί με την συνείδηση, παύουν μαζί με την συνείδηση, έχουν το ίδιο αντικείμενο με την συνείδηση, και έχουν το ίδιο αισθητήριο όργανο με την συνείδηση.

Θα περάσουμε τώρα στο πέμπτο συνάθροισμα ή στον πέμπτο πυλώνα της προσωπικότητας που είναι οι συνειδήσεις. Αυτές είναι πάνω από 89 είδη.



Η συνείδηση εκτελεί διάφορες διαδικασίες σύμφωνα με συνθήκες και περιστάσεις.



**Ορισμός της Συνείδησης**

«Συνειδητοποιεί» (*vijānāti*) γι' αυτό ονομάζεται συνείδηση (*viññāṇa*).

**Και τι συνειδητοποιεί;**

Δίνουμε παρακάτω μερικά παραδείγματα σχετικά με την γλώσσα:

**Ορισμός της Συνείδησης**

«Συνειδητοποιεί το ξινό,  
συνειδητοποιεί το πικρό,  
συνειδητοποιεί το καυτερό,  
συνειδητοποιεί το γλυκό,  
συνειδητοποιεί το τσουχτερό,  
συνειδητοποιεί το μη τσουχτερό,  
συνειδητοποιεί το αλμυρό,  
συνειδητοποιεί το άγευστο.

Συνειδητοποιεί όμως και με άλλα όργανα:

### Ορισμός της Συνείδησης

«Συνειδητοποιεί:

- ‘Αυτό είναι ευχάριστο’
- ‘Αυτό είναι δυσάρεστο’
- ‘Αυτό είναι ούτε δυσάρεστο ούτε ευχάριστο’.

«‘Συνειδητοποιεί’ (*vijānāti*) γι’ αυτό ονομάζεται συνείδηση (*viññāṇa*)».

(SN *Khajjanīyasuttam*, MN *Mahāvedallasuttam*)

**6** κατηγορίες συνείδησης σύμφωνα με τα αισθητήρια όργανα:

συνείδηση στο μάτι,  
συνείδηση στο αυτί,  
συνείδηση στην μύτη,  
συνείδηση στην γλώσσα,  
συνείδηση στο σώμα,  
συνείδηση στον νοῦ

### Ορισμός της Συνείδησης

**1. Χαρακτηριστικό:** έχει το χαρακτηριστικό της επίγνωσης ή συνειδητοποίησης (*vijāṇana*) των νοητικών και υλικών αντικειμένων.

**2. Λειτουργία:** έχει την λειτουργία να είναι πρόδρομος (*pubbaṅgama*) των νοητικών παραγόντων (*cetasika*), διότι ηγείται και συνοδεύεται πάντα από αυτούς.

### Ορισμός της Συνείδησης

**3. Εκδήλωση:** έχει την εκδήλωση της συνθεσης ή της συνένωσης μιας συνέχειας νοητικών διαδικασιών (*sandahana / sandhāna -paccupaṭṭhānaṃ*).

**4. Εγγύτατη αιτία:** η εγγύτατη αιτία είναι το Νοητό, δηλ. οί νοητικοί παράγοντες και η ύλη (*nāma-rūpa-padaṭṭhānaṃ*).

Το χαρακτηριστικό της είναι η επίγνωση ή η συνειδητοποίηση των νοητικών και υλικών αντικειμένων, κάτι που τα υλικά φαινόμενα δεν έχουν. Όπως είχα αναφέρει σε προηγούμενα μαθήματα, εάν χτυπήσετε με το χέρι σας ένα τραπέζι ή έναν τοίχο, αυτά δεν θα πονέσουν ούτε θα διαμαρτυρηθούν· το χέρι σας είναι αυτό που θα πονέσει! Θα πονέσει διότι είναι ζωντανός οργανισμός που έχει κύτταρα, ευαισθησία, συνείδηση. Όταν βέβαια το σώμα μας είναι νεκρό, πεταμένο σαν κούτσουρο στο έδαφος, δεν έχει πλέον συνείδηση μέσα του και δεν καταλαβαίνει όσο και να το χτυπάει κάποιος. Όταν όμως είναι ζωντανό, τότε έχει συνείδηση και μπορεί να καταλάβει το ευχάριστο, το δυσάρεστο, ή και το ουδέτερο αίσθημα. Γι' αυτό το αίσθημα συγκαταλέγεται στους πρωταρχικούς νοητικούς παράγοντες που μας δίνει την γεύση μιας εμπειρίας.

Η λειτουργία της είναι να είναι ο πρόδρομος των νοητικών παραγόντων, διότι ηγείται και συνοδεύεται πάντα από αυτούς. Όπως είπαμε, είναι πρωτογενής και πρωτοπόρος για μια γνωστική λειτουργία.

Η εκδήλωσή της είναι η σύνθεση και η συνένωση μιας συνέχειας νοητικών διαδικασιών. Η συνείδηση είναι αυτή που συνενώνει μια νοητική διαδικασία. Εάν η συνείδηση απουσιάζει τότε δεν μπορούμε να συνδιάσουμε τις διάφορες νοητικές διαδικασίες. Στην απουσία της οφείλεται και το κενό που παρουσιάζεται στον νου μας όταν ξεχνάμε πράγματα ή καταστάσεις.

Η εγγύτατη αιτία της είναι το Νοητό, δηλ. οι νοητικοί παράγοντες και η ύλη. Λόγω των νοητικών παραγόντων εγείρεται η συνείδηση, αλλά και λόγω της ύλης εγείρεται επίσης η συνείδηση. Για παράδειγμα, όταν ανοίγουμε το μάτι μας και υπάρχει ένα ερέθισμα φωτός, αυτή η ίδια η ύλη μπορεί να παρακινήσει την συνείδησή μας να ενεργοποιηθεί ώστε να συνειδητοποιήσουμε τί είναι αυτό το φως. Επίσης αισθήματα που εγείρονται μέσα μας μπορούν να ενεργοποιήσουν την συνείδησή μας ώστε να αντιληφθούμε τί συμβαίνει μέσα μας.

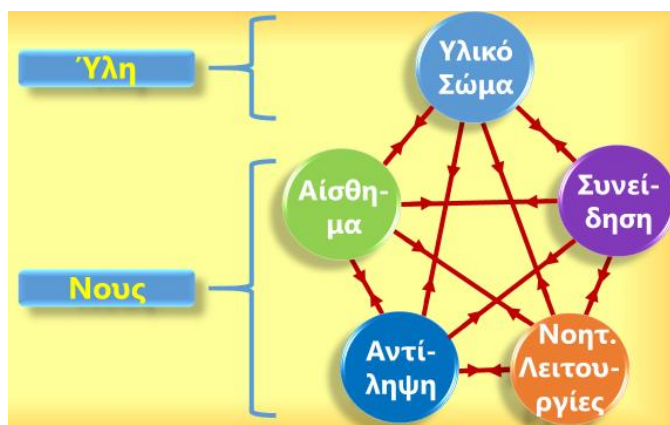
Στα επόμενα μαθήματα θα εξηγήσουμε πολλά περισσότερα πράγματα για την συνείδηση και για τις μορφές που μπορεί να πάρει.

## **Οι Νόμοι που διέπουν τόν Ψυχολογικό μας Κόσμο**

Χαίρετε και καλή ακρόαση. Όπως κάθε φορά, υπενθυμίζουμε ότι αυτή είναι μία σταδιακή ανάλυση πολλών μαθημάτων που πρόκειται να ακολουθήσουν. Ξεκινώντας από την βασική ανάλυση και προχωρώντας στην πιο λεπτομερή θα εμβαθύνουμε περισσότερο στον νου και στην ύλη και στο πώς συνδιάζονται αυτά τα δύο.

Για την ύλη είπαμε ότι είναι το υλικό μας σώμα, τα σώματα άλλων όντων, και κάθε άλλο υλικό σώμα που υπάρχει γύρω μας, μέσα και έξω από εμάς. Για τον νου είπαμε ότι αποτελείται από τέσσερις κατηγορίες: αίσθημα, αντίληψη, νοητικές λειτουργίες και συνείδηση. Αναφέραμε επίσης πώς η ύλη επηρεάζει αυτά τα τέσσερα, και πώς αυτά τα τέσσερα επηρεάζουν την ύλη αλλά και το ένα το άλλο.

Από αυτό καταλαβαίνουμε ότι δεν υπάρχει κάποιος δυϊσμός μεταξύ ύλης και νου όπως ισχυρίζονται και θέλουν να προωθήσουν μερικοί, αλλά αλληλοεξάρτηση και αλληλοσυσχέτιση μεταξύ υλικών και νοητικών φαινομένων.



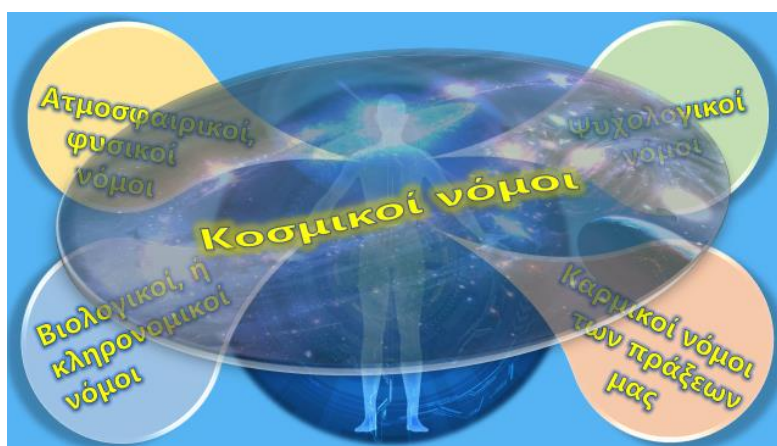
Είχαμε αναφέρει επίσης ότι αυτά είναι τα πέντε συναθροίσματα και ότι η έννοια του συναθροίσματος είναι η συσσώρευση στοιχείων που προστίθενται μαζί και μπορούν να αποτελέσουν μία ενότητα, ένα σύνολο, μία συγκρότηση. Τα ονομάζουμε πέντε συναθροίσματα της ύπαρξης, διότι σε τελική ανάλυση μπορούμε να κατατάξουμε όλα τα φαινόμενα, υλικά ή νοητικά, σ' αυτές τις πέντε κατηγορίες. Αργότερα θα τα εξετάσουμε με λεπτομέρειες και θα δούμε τις μορφές που μπορεί να πάρει το καθένα από αυτά, όπως τις νοητικές λειτουργίες που άλλες είναι παθητικές και άλλες δυναμικές. Όλα αυτά αποτελούν την προσωπικότητά μας. Και παρ' όλο που αποκαλούνται πυλώνες της προσωπικότητάς μας, το υλικό σώμα, τα αισθήματα, οι αντιλήψεις, οι νοητικές λειτουργίες και οι συνειδήσεις, δεν είναι στατικά αλλά παροδικά φαινόμενα που μεταβάλλονται διαρκώς, που εμφανίζονται και παρακμάζουν, εμφανίζονται και παρακμάζουν...κλπ.



Είχαμε αναφέρει επίσης ότι οι άνθρωποι προσκολλώνται σ' αυτά τα πέντε συναθροίσματα, και λόγω της προσκόλλησης επέρχεται και η ταλαιπωρία στην ύπαρξή μας.

Σήμερα πρόκειται να αναλύσουμε μερικούς νόμους που διέπουν τον ψυχολογικό μας κόσμο ώστε να καταλάβουμε τί είναι αυτό που ονομάζουμε ύπαρξη και από τί επηρεάζεται, αλλά και να καταλάβουμε ότι είμαστε εξαρτώμενα και όχι αυτόνομα όντα, που εξαρτώνται από ορισμένους νόμους οι οποίοι υπάρχουν πάντα γύρω μας. Αυτούς τους νόμους πρέπει να τους συνειδητοποιήσουμε, διότι έχουν να κάνουν και με την επιστήμη και με την βιολογία.

Η προσωπικότητά μας, ο ψυχολογικός μας κόσμος, η ύπαρξή μας στην παρούσα στιγμή επηρεάζονται από πέντε αιτιώδεις νόμους:



Ατμοσφαιρικοί, φυσικοί νόμοι: περιβαλλόμαστε από αυτούς ανά πάσα στιγμή σ' αυτόν τον πλανήτη, και εάν δεν υπήρχαν δεν θα μπορούσαμε να υπάρξουμε κι εμείς.

Βιολογικοί, ή κληρονομικοί νόμοι: αποτελούμαστε από τα κύτταρά μας που διέπονται από αυτούς τους νόμους.

Ψυχολογικοί νόμοι, Καρμικοί νόμοι των πράξεών μας, και τέλος Κοσμικοί νόμοι.

Όλους αυτούς θα τους εξετάσουμε σταδιακά, αρχίζοντας όμως από τους Κοσμικούς νόμους. Ο λόγος είναι ότι αυτοί οι Κοσμικοί νόμοι καλύπτουν όλους τους άλλους νόμους. Όταν τους καταλάβουμε θα δούμε ότι και όλοι οι άλλοι νόμοι υπόκεινται σ' αυτούς τους κοσμικούς νόμους και έχουν τα ίδια χαρακτηριστικά.

Όσο γι' αυτούς που ενδιαφέρονται να μάθουν αυτή την ορολογία και στην αρχαία γλώσσα Πάλι που ήταν η γλώσσα στην οποία μιλούσε ο Βουδδας, παραθέτουμε τον ακόλουθο πίνακα για να δείξουμε ότι η ορολογία που χρησιμοποιούμε δεν είναι αυθαίρετη αλλά έχει την βάση της σε αντίστοιχες Βουδδιστικές γραφές.



Ξεκινάμε με τα πέντε χαρακτηριστικά των Κοσμικών νόμων για να αποδείξουμε ότι αυτοί δεν συμβαίνουν τυχαία αλλά μπορούμε να τους καταλάβουμε μέσω συστηματικής παρατήρησης και να δούμε ότι τα χαρακτηριστικά τους είναι πανταχού παρόντα.

Αυτά είναι:



**Αιτιοκρατία:** Χαρακτηριστικό αποδεκτό και από την επιστήμη. Όλα τα είδη επιστημών, μαθηματικά, φυσική, βιολογία, χημεία, μιλάνε για τον νόμο της αιτιοκρατίας και βασίζονται σ' αυτόν.

**Συνθηκοκρατία:** Χαρακτηριστικό που σημαίνει ότι οι αιτίες δεν μπορούν να συμβούν χωρίς τις συνθήκες.

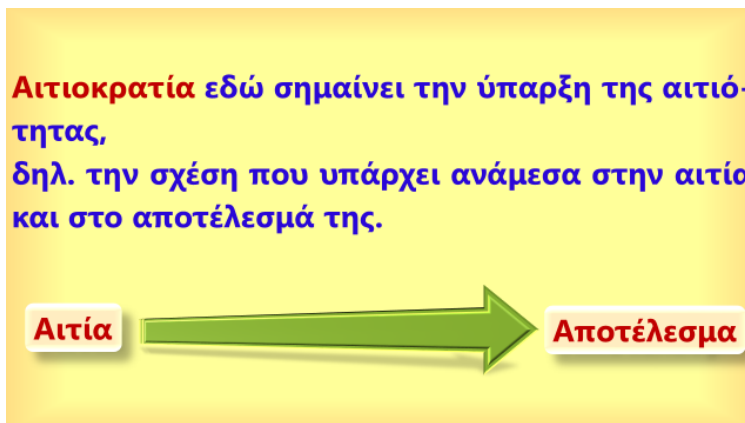
**Παροδικότητα:** Τίποτα σ' αυτούς τους νόμους δεν παραμένει στατικό αλλά όλοι βρίσκονται σε παροδική κατάσταση, και σε συνεχή μεταβολή. Όπως είπε ο Ηράκλειτος, «Πᾶν ρεῖ, οὐδέν μένει».

**Ταλαιπωρία:** Η παροδικότητα είναι αυτή που φέρνει την ταλαιπωρία στα έμβια όντα. Όλη η πάλη της ζωής από την εμφάνιση του ανθρώπου μέχρι σήμερα, όλη η ταλαιπωρία, οφείλεται στην παροδικότητα. Ό,που και να εμφανισθούν τα έμβια όντα και ο άνθρωπος επίσης, σε όποια μορφή ύπαρξης, θα υποστεί αυτή την ταλαιπωρία λόγω της παροδικής φύσης όλων των φαινομένων.

**Απροσωπία, Μη Εαυτός:** Όλοι αυτοί οι νόμοι είναι διαδικασίες και δεν υπάρχει κάποιο πρόσωπο από πίσω με μουστάκια και γένεια, που κάθεται και ορίζει εάν πρέπει να γίνει αυτό ή το άλλο.

Είναι απλώς διαδικασίες που συμβαίνουν κάτω από ορισμένες αιτίες και συνθήκες, και όταν οι συνθήκες αλλάξουν αλλάζουν κι αυτές. Είναι φυσικοί νόμοι και δεν υπάρχει Εαυτός, ή κάποια κοσμική ψυχή, ή κάποια μόνιμη Οντότητα από πίσω τους που τους δημιουργεί· έννοιες που προσπαθούν πολλές θρησκείες να δώσουν.

Ας αναλύσουμε το πρώτο χαρακτηριστικό, την Αιτιοκρατία:



Δεν σημαίνει όμως τον Ντετερμινισμό (*Determinism*) ως θεωρητικό σύστημα που πρεσβεύει πως όλα τα αντικείμενα και όλα τα συμβάντα είναι εκ των προτέρων απόλυτα καθορισμένα (*determined*) είτε λόγω κάποιων νόμων είτε κάποιων δυνάμεων (*forces*) που τα υποχρεώνουν να παραμένουν ως έχουν.



Στην περίπτωση μας λοιπόν, δεν ισχύει η θεωρία του Ντετερμινισμού ότι όλα είναι καθορισμένα εξ' αρχής ότι θα συμβούν έτσι και στο μέλλον, και ότι δεν υπάρχει τρόπος να αλλάξει κάτι. Αυτοί που βασίζονται φυσικά

στον Ντετερμινισμό και είναι σκληροπυρηνικοί αιτιοκράτες έχουν μια τέτοια άποψη.

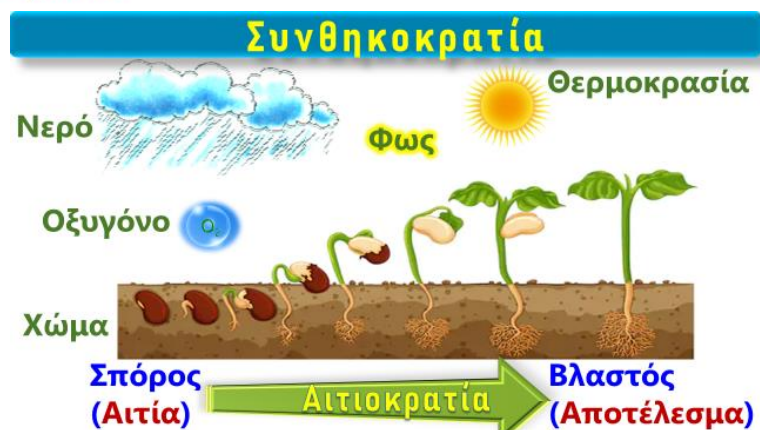
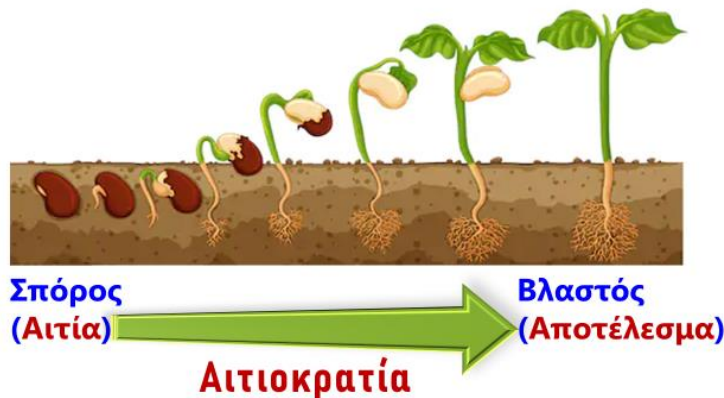
Όμως εμείς θα δούμε ότι η αιτιοκρατία δεν μπορεί να υπάρξει μόνη της χωρίς την συνθηκοκρατία, χωρίς δηλ. συνθήκες που επηρεάζουν τις αιτίες. Αυτό ισχύει για τις φυσικές δυνάμεις, όμως κάτι ανάλογο συμβαίνει και με την ψυχολογία.

Η ψυχολογία ως επιστήμη, προϋποθέτει την αιτιοκρατία των φαινομένων του ψυχικού βίου. Αυτά δε, που θα εξηγήσουμε, συμφωνούν και με την σημερινή επιστήμη της φυσικής και με αυτή της ψυχολογίας· διότι και οι ψυχολόγοι και οι ψυχίατροι της εποχής μας, έχουν καταλάβει την αιτιότητα και την αιτιοκρατία αυτού του φαινομένου του ψυχικού βίου.

Συνεχίζουμε με τον συνδυασμό της αιτιοκρατίας και συνθηκοκρατίας, μια και αυτά τα δύο δεν μπορούν να υπάρξουν χωριστά το ένα από το άλλο.

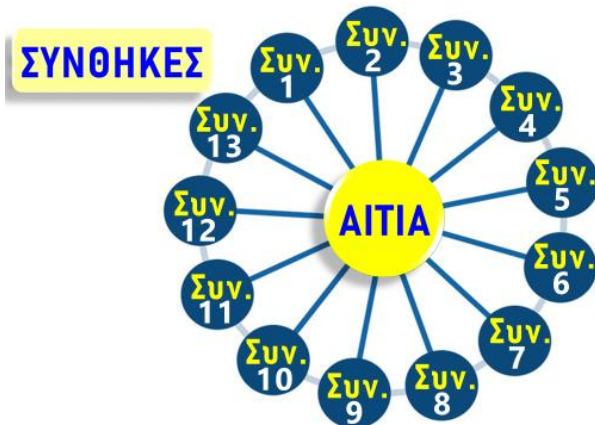


Όταν για παράδειγμα έχουμε μία αιτία, αυτή δεν μπορεί να υπάρξει από μόνη της εάν δεν υπάρχουν και συνθήκες που την υποστηρίζουν ώστε να εξελιχθεί. Αυτές οι συνθήκες επηρεάζουν την αιτία, την θρέφουν και την υποστηρίζουν, για να δώσει αποτελέσματα. Για να μη πάμε σε γαλαξίες και άλλους πλανήτες για να δούμε το φαινόμενο της αιτιοκρατίας και συνθηκοκρατίας, δίνουμε παρακάτω ένα πολύ απλό παράδειγμα, που μπορούμε να το δούμε ακόμα και στον κήπο μας ή σε μια γλάστρα.



Όπως βλέπουμε, η ίδια η αιτία δηλ. ο σπόρος, δεν μπορεί να ευδοκιμήσει και να εξελιχθεί εάν δεν υπάρχουν οι κατάλληλες συνθήκες στο περιβάλλον. Οι συνθήκες αυτές είναι το χώμα, το νερό, το οξυγόνο, το φως και η θερμότητα. Ένας σπόρος πάνω σε γυαλί για παράδειγμα, δεν μπορεί να αναπτυχθεί, αλλά πρέπει να περιβάλλεται από όλες τις κατάλληλες συνθήκες για να δώσει αποτέλεσμα. Εάν αφαιρέσουμε έστω και μία από τις συνθήκες, τότε η αιτία (σπόρος) και το αποτέλεσμα (βλαστός) μηδενίζονται.

Άλλο ένα παράδειγμα:



Έχουμε την αιτία, έχουμε και τις συνθήκες. Όσο πιο πολύπλοκο είναι το αποτέλεσμα, τόσο πιο πολλές είναι και οι συνθήκες, που μπορεί να είναι άπειρες.

Οι συνθήκες λοιπόν δεν στηρίζουν μόνο την αιτία αλλά και το αποτέλεσμα.

Ο βλαστός χρειάζεται και το φως, και το χώμα, και το νερό, κλπ. για να υπάρξει, ειδάλλως εξαφανίζεται.

Είναι λοιπόν πολύ σημαντικό να καταλάβουμε την συνθηκοκρατία ώστε να μην υποπέσουμε στον ντετερμινισμό πιστεύοντας ότι όλα είναι προκαθορισμένα, εφ' όσον εάν αλλάξει ή παραλειφθεί έστω και μια συνθήκη, όλη η αιτιοκρατία αλλάζει ή εξαφανίζεται.

Κάτι ανάλογο γίνεται και με τις συνθήκες της ζωής.



Όπως τα φυτά, έτσι κι εμείς είμαστε ζωντανοί οργανισμοί, και τα κύτταρά μας έχουν πολλές ομοιότητες με τα κύτταρα των φυτών. Όπως τα φυτά χρειάζονται συνθήκες ζωής χρειαζόμαστε κι εμείς συνθήκες ζωής. Κατά ένα

μέρος είμαστε βιοχημικοί οργανισμοί, και για την ζωή μας σ' αυτόν τον πλανήτη γη χρειάζονται ορισμένες συνθήκες. Όπως τα φυτά χρειάζονται φως, τροφή, νερό, θερμότητα, οξυγόνο, παρόμοια χρειαζόμαστε κι εμείς.

Υπάρχουν λοιπόν πολλές συνθήκες ζωής που πρέπει να συνδιαστούν για την ύπαρξή μας. Κι αυτές οι συνθήκες δεν είναι μία, δύο, ή τρεις, αλλά είναι πολλαπλές, χιλιάδες.

Η συνθηκοκρατία, όπως και η αιτιοκρατία, είναι αναπόσπαστο μέρος της ύπαρξης.

Όλα τα φαινόμενα στον υλικό, φυσικό και πνευματικό κόσμο παράγονται από έναν συνδυασμό αιτιών και συνθηκών.

Δεν είναι απόλυτα, αυθύπαρκτα, αμετάβλητα, ανεξάρτητα, άνευ σχέσεως με άλλα φαινόμενα.

Αλλά αποτελούνται, συγκροτούνται, διαμορφώνονται, σχηματίζονται, πλάθονται, και δημιουργούνται από συνθήκες.

Εξαρτώνται και αλληλεξαρτώνται από συνθήκες.

Έτσι λέγονται συνθηκοκρατημένα.

Μολαταύτα, και οι συνθήκες με τη σειρά τους, συνεχώς εγείρονται και παρακαμάζουν σύμφωνα με άλλες συνθήκες και αιτίες.

Έτσι η έγερση και η παρακμή αποκαλύπτουν την φύση των συνθηκών που τις κάνει να είναι παροδικές, προσωρινές, σύντομες, πρόσκαιρες, στιγμιαίες, φευγαλέες, περαστικές, ασταθείς, όχι μόνιμες.

Μόλις καταλάβουμε ότι υπάρχει αυτή η συνθηκοκρατία και η αιτιοκρατία, τότε εξετάζωντάς το από αυτή την πλευρά, διαπιστώνουμε ότι δεν υπάρχει τίποτα στατικό μέσα μας, είτε στο σώμα μας είτε στον νου μας.



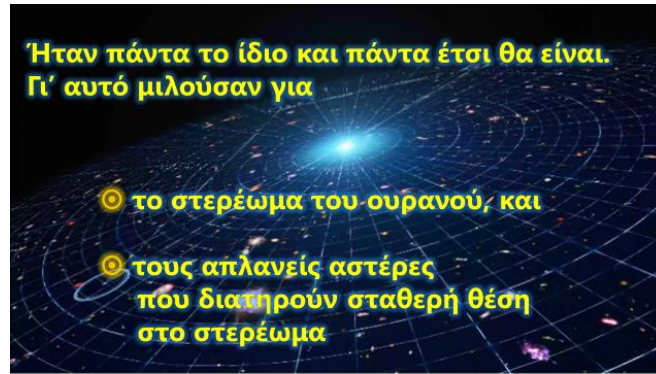
Μέχρι τον 19<sup>ο</sup> αιώνα μ.Χ. οι επιστήμονες θεωρούσαν ότι το σύμπαν είναι στατικό, ότι δεν αλλάζει, δεν μεταβάλλεται, και παραμένει πάντα το ίδιο. Η θεωρία του Στατικού Σύμπαντος ήταν διαδεδομένη και την είχε υποστηρίξει ακόμα και ο ίδιος ο Αϊνστάιν. Μετά το 1930 βέβαια, τα πράγματα άλλαξαν, η επιστήμη άρχισε να προχωρά περισσότερο, οι επιστήμονες αντελήφθησαν ότι η στατικότητα του σύμπαντος είναι μία ψευδαισθηση που έχουμε, και άλλαξαν κατά συνέπεια όλη την θεωρία τους. Σήμερα, μέσω της συστηματικής και μεθοδικής παρατήρησης, έχουμε την σύγχρονη φυσική που βασίζεται στην θεωρία του μη-στατικού σύμπαντος.

Ας ρίξουμε μια ματιά στην θεωρία του στατικού σύμπαντος για να κάνουμε μια σύγκριση και να καταλάβουμε πώς κι εμείς σαν έμβια όντα στην καθημερινή μας ζωή, έχουμε αυτή την αντίληψη της στατικότητας, του ότι δηλ. υπάρχει κάτι σταθερό μέσα μας.



Όλα δηλ. είναι σαν ένα ρολόι με τα γρανάζια του τοποθετημένα σε συγκεκριμένη θέση που δεν αλλάζει ποτέ. Αυτό πίστευε ο Νεύτων αλλά και ο Αϊνστάιν.

Ότι το σύμπαν:



Όμως το 1929, ο αστρονόμος Έντγουιν Χάμπλ (*Edwin Hubble*) στο Παρατηρητήριο Wilson στην Καλιφόρνια, διαπίστωσε, μετά από επίμονες παρατηρήσεις ότι ο σύμπαν δεν είναι στατικό αλλά διαστέλλεται.



**Αυτό το Παρατηρητήριο είναι το μέρος όπου, κυριολεκτικά, ανακαλύφθηκε η φύση του διαστελλόμενου σύμπαντος και η Θεωρία του Στατικού Σύμπαντος αποκηρύχθηκε.**



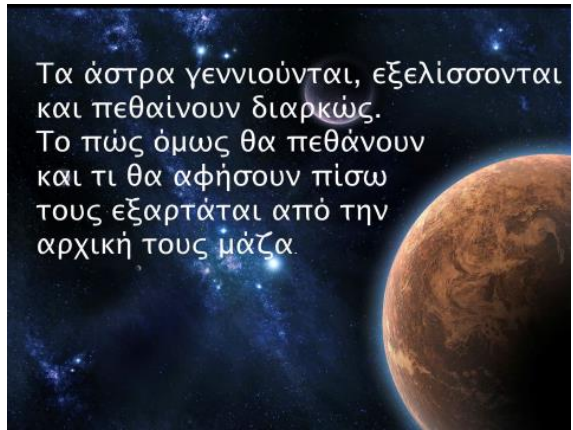
Σύμφωνα με τις ανακαλύψεις του, ο Χάμπλ κατάλαβε ότι οι προηγούμενες θεωρίες πρέπει να εγκαταλειφθούν.

Μέχρι και ο Αϊνστάιν το κατάλαβε αυτό. Όταν τον κάλεσαν να πάει στην Αμερική, πήγε στο παρατηρητήριο του Χάμπλ και μέσα από το τηλεσκόπιο διαπίστωσε ιδίοις όμμασι ότι το σύμπαν διαστέλλεται. Είπε τότε: «Έκανα το μεγαλύτερο λάθος της ζωής μου». Τελικά πέταξε τις εξισώσεις του τις οποίες μέχρι τότε τις προσαρμόζε έτσι ώστε να συμφωνούν με την θεωρία του στατικού σύμπαντος, και ακολούθησε την νέα θεωρία του διαστελλόμενου σύμπαντος και την θεωρία της σχετικότητας με την οποία έγινε διάσημος.

Αυτό που ανακαλύφθηκε βέβαια, δεν ήταν μόνο η διαστολή του σύμπαντος, αλλά και άλλα πράγματα τα οποία ήταν σοκαριστικά για την κοινή λογική του συγκεκριμένου ανθρώπου αλλά και πολλών άλλων φιλοσόφων και θρησκευτικών ηγετών.

Ένα από αυτά ήταν ότι τα άστρα γεννιούνται, εξελίσσονται και πεθαίνουν διαρκώς. Το πώς όμως θα πεθάνουν και τί θα αφήσουν πίσω τους εξαρτάται από την αρχική τους μάζα.






Τα νεφελώματα είναι Βρεφοκομεία Άστρων.

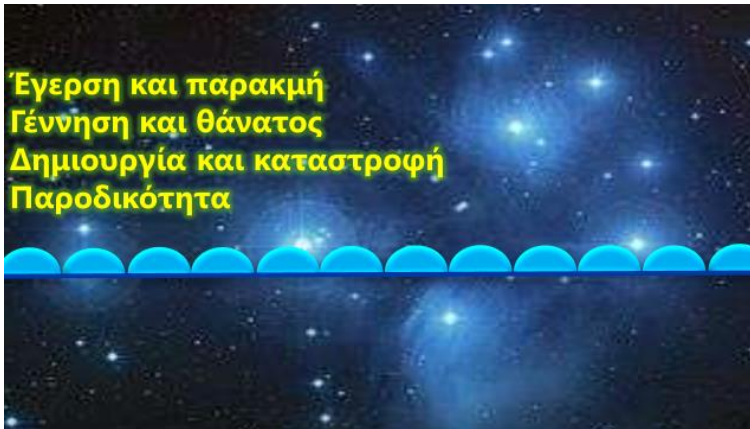


**Η Ζωή ενός Άστρου**

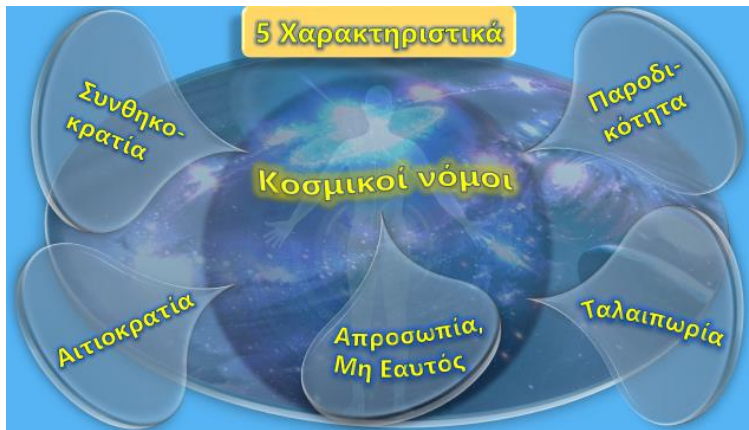
- 1. Γέννηση άστρου**  
σε αρχέγονο νέφος αερίου που συμπιέζεται από την βαρύτητα
- 2. Υδροστατική-Θερμική Ισορροπία**
- 3. Κατάρευση Πυρήνα**
- 4. Supernova – Υπερκαινοφάνεια-**  
(τεράστια έκρηξη στο τέλος της ζωής του.)



Έτσι σε γενικές γραμμές έχουμε:



Και όπως ήδη αναφέραμε, η Αιτιοκρατία και η Συνθηκοκρατία δεν



είναι κάτι στατικό όπως εμείς νομίζουμε, αλλά μεταβαλλόμενα φαινόμενα που αλλάζουν σύμφωνα με το περιβάλλον και τις περιστάσεις. Όλοι αυτοί οι νόμοι εμφανίζονται σε ένα ορισμένο

σημείο αναφοράς, σε ένα ορισμένο περιβάλλον, όταν συγκεκριμένες συνθήκες συνδιαστούν κατά ένα ορισμένο τρόπο. Μπορούν όμως και να εξαφανιστούν διότι δεν υπάρχει κάτι που μπορεί να τις κάνει να κρατήσουν για πάντα.

Στην συνέχεια έχουμε τα χαρακτηριστικά της Παροδικότητας, της Ταλαιπωρίας και του Μη-Εαυτού. Εμείς σαν έμβια όντα ζούμε μέσα στην Αιτιοκρατία και την Συνθηκοκρατία που διέπονται από την Παροδικότητα και την Ταλαιπωρία. Μοχθούμε να κρατήσουμε κάτι μόνιμο μέσα αλλά και έξω από εμάς. Παλεύουμε, μοχθούμε, και πονάμε προσπαθώντας να βιώσουμε κάτι σταθερό μέσα σ' αυτή την Παροδικότητα της ύπαρξης και του Μη-Εαυτού.

Η ύπαρξή μας διέπεται από ατμοσφαιρικούς και φυσικούς νόμους, βιολογικούς ή κληρονομικούς νόμους, ψυχολογικούς νόμους, καρμικούς νόμους των πράξεών μας, και φυσικά από κοσμικούς νόμους που μόλις τώρα τους εξηγήσαμε. Λόγω του ότι καταλάβαμε τους κοσμικούς νόμους που καλύπτουν όλους τους άλλους, θα πάμε τώρα να εξηγήσουμε τους υπόλοιπους τέσσερεις νόμους.

## Ατμοσφαιρικοί, Φυσικοί Νόμοι



Οι ατμοσφαιρικοί και οι φυσικοί νόμοι διέπονται όχι μόνον από τα πέντε χαρακτηριστικά των κοσμικών νόμων αλλά και από άλλες δομές.

Εμείς σαν άνθρωποι πάνω στον πλανήτη Γη, εν μέσω του ηλίου και των άλλων πλανητών του ηλιακού συστήματος, εξαρτώμεθα από αυτούς τους νόμους που μπορούμε να τους αποκαλέσουμε και θερμοστατικούς νόμους. Τους αποκαλούμε θερμοστατικούς διότι παίζουν ρόλο στις μεταβολές



της θερμοκρασίας εντός του ηλιακού συστήματος και από την θερμοκρασία που παίρνουν από τον ήλιο.



Έχουμε επίσης τις καιρικές συνθήκες που είναι αποτέλεσμα των θερμοστατικών αλλαγών, και τους κλιματολογικούς μετασχηματισμούς που επηρεάζουν τον οργανισμό μας με τις αλλαγές της θερμοκρασίας υποχρεώνοντάς τον να προσαρμοστεί για να επιβιώσει από αυτές τις αλλαγές.

Καιρικές Συνθήκες	Κλιματικοί Μετασχηματισμοί
<p>Ζέστη ↔ Κρύο</p> <p>Υγρασία ↔ Ξηρασία</p> <p>Αέρας ↔ Θύελλα</p>	

Η θερμοκρασία από τον ήλιο επηρεάζει τις εποχές. Αυτές δηλ. οι καιρικές συνθήκες δεν είναι σταθερές αλλά έχουν επίσης παροδική και μεταβλητή φύση. Στον παρακάτω πίνακα βλέπουμε την παροδικότητα της θερμοκρασίας και της υγρασίας όχι μόνον ανά μήνα αλλά και ανά ημέρα και νύχτα.



Ο ψυχολογικός μας κόσμος εξαρτάται και από την ισορροπία των καιρικών συνθηκών. Η ανισορροπία αυτών, όχι μόνον μπορεί να επιφέρει ανισορροπία στην σωματική και ψυχική μας υγεία αλλά και να οδηγήσει ακόμα και στην απώλεια της ζωής μας, στον θάνατο.



Οι ατμοσφαιρικές συνθήκες εμφανίζονται και με τους ανέμους που παίζουν μεγάλο ρόλο και επηρεάζουν την ατμόσφαιρα εντός της οποίας ζούμε



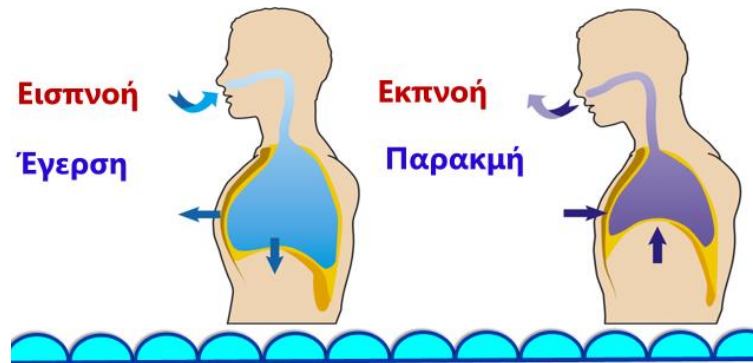
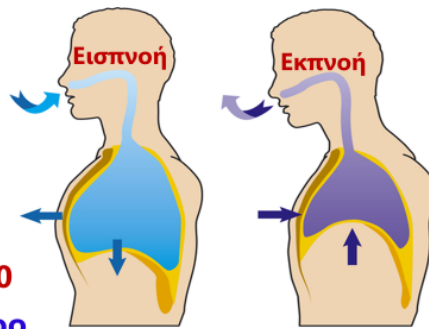
**Το σώμα μας και η ζωή μας είναι επίσης συνθηκοκρατημένα και εξαρτώμενα από τις ατμοσφαιρικές συνθήκες, όπως από το υδρογόνο, το οξυγόνο, κλπ. αέρια.**



Αλλά και τα αέρια παίζουν μεγάλο ρόλο, διότι παρ' όλο που είναι δηλητήρια χωρίς αυτά η ζωή μας καταστρέφεται.

Το ενήλικο σώμα  
χρειάζεται περίπου  
**40 λίτρα οξυγόνου**  
κάθε μέρα.

Αυτό σημαίνει **23.040**  
**ανάσες** κατά μέσο όρο  
καθημερινά.



*Συνεχής έγερση και παρακμή*

### Φυσικοί Νόμοι

Στους φυσικούς νόμους ανήκουν επίσης και οι νόμοι:

- του ηλεκτρομαγνητισμού,
- του φωτός,
- της ελξης της βαρύτητας, και
- των ισχυρών και ασθενών δυνάμεων που κυριαρχούν στον μικροσκοπικό χώρο του ατομικού πυρήνα.



Το σώμα μας αποτελείται από κύτταρα που έχουν μέσα τους ηλεκτρομαγνητισμό που ονομάζεται βιοηλεκτρομαγνητισμός, χωρίς τον οποίον δεν μπορούμε να υπάρξουμε.

Εδώ βλέπουμε μία φωτογραφία για το πώς το σώμα μας είναι ένας καλός αγωγός φόρτισης για τον ηλεκτρομαγνητισμό.



**Φυσικοί Νόμοι**

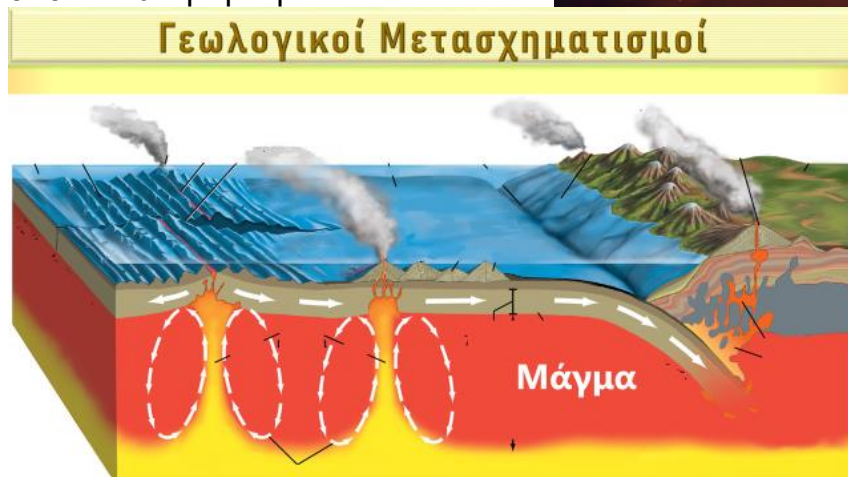
Έλξης της βαρύτητας

Οι ισχυρές και ασθενείς δυνάμεις που κυριαρχούν στον μικροσκοπικό χώρο του ατομικού πυρήνα.

Οι δυνάμεις αυτές πρέπει να βρίσκονται σε μια ισορροπία για να μπορούμε να υπάρχουμε. Διότι κι εμείς αποτελούμαστε από αυτά τα μικροσκοπικά σωματίδια όπως τα

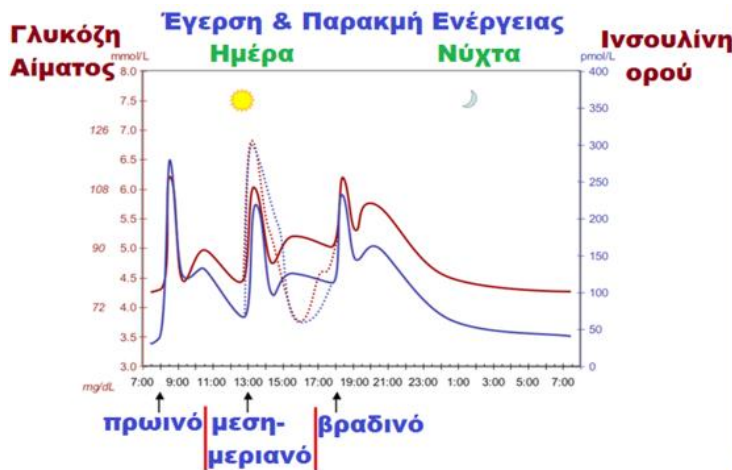
πρωτόνια, τα ηλεκτρόνια, κλπ. Στους φυσικούς νόμους ανήκουν επίσης:

Μετεωρολογικοί, γεωλογικοί, χημικοί, αστρονομικοί, κλπ. νόμοι, που κυβερνώνται από την αιτιοκρατία και την συνθηκοκρατία. Γνωρίζουμε ότι οι γεωλογικοί μετασχηματισμοί όπως τα ηφαιστεια συντελούν στην ύπαρξη της ζωής πάνω στον πλανήτη Γή.



Χημικοί Νόμοι	
Συστατικά Τροφής	Ενέργεια
	kJ/g
Λιπαρά	37
Ορυκτά	29
Πρωτεΐνες	17
Υδατάνθρακες	17
Οργανικά οξέα	13
Βιταμίνες	10
Φυτικές ίνες	8

Το σώμα μας παίρνει ενέργεια από αυτά τα συστατικά που υπάρχουν πάνω στον πλανήτη Γή.



Για την ενέργειά μας χρειαζόμαστε την γλυκόζη, οι τιμές της οποίας δεικνύουν την ποσότητα ενέργειας που έχουμε.

Βλέπουμε στους δείκτες ότι το πρωί η ενέργεια είναι υψηλή και το βράδυ χαμηλή. Αυτό οφείλεται στις

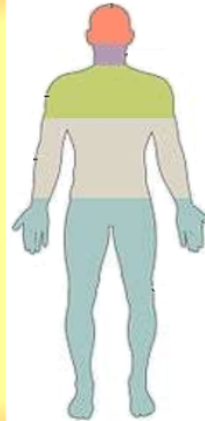
τιμές της γλυκόζης οι οποίες με την λήψη του πρωινού γεύματος μας δίνουν την ανάλογη ενέργεια για κινηθούμε και να δραστηριοποιηθούμε. Πριν το μεσημέρι η ενέργειά μας πέφτει, και πρέπει να φάμε το μεσημεριανό μας φαγητό για να την ανεβάσουμε ξανά. Το απόγευμα η ενέργειά μας πέφτει πάλι και πρέπει να φάμε το βραδινό μας φαγητό για να την ανεβάσουμε. Τέλος κατά την διάρκεια της νύχτας πέφτει πάλι μέχρι το επόμενο πρωί, κι αυτό επαναλαμβάνεται καθημερινά.

Δεν αρκεί να φάμε μια φορά και να διατηρηθούμε για ένα μήνα, αλλά κάθε μέρα πρέπει να τροφοδοτούμε το σώμα μας με αυτά τα συστατικά για να έχουμε ενέργεια. Διαπιστώνουμε για άλλη μια φορά εδώ, την έγερση και την παρακμή της ενέργειας, την παροδικότητά της, και την συνεχή ανάγκη μας για τροφοδοσία.



### Συνθήκες Διατροφής

Το σώμα μας και η ζωή μας συντηρείται και εξαρτάται από την **ισορροπία** των χημικών συστατικών τροφής στο σώμα μας, όπως πρωτεΐνες, λιπαρά, βιταμίνες, γλυκόζη, κλπ.



Η ανισορροπία των συστατικών της τροφής, όπως η υπερβολική ποσότητα ή η ανεπάρκεια, μπορεί να επιφέρει ανισορροπία στην σωματική και ψυχική μας υγεία, αλλά και να οδηγήσει στην απώλεια της ζωής μας, στον θάνατο.

### Συνθήκες Διατροφής

Όλα τα όντα στον πλανήτη γη δεν ζούν μόνο από τις καιρικές και ατμοσφαιρικές συνθήκες, όπως τον αέρα και τη θερμοκρασία.



Χρειάζονται επίσης τροφή για ενέργεια, συντήρηση και επιβίωση. Η τροφή των όντων είναι τα φυτά, αλλά και ο φόνος άλλων όντων για θρέψη. Η ύπαρξη στον πλανήτη Γη, σημαίνει να φας και να αποφεύγεις να μη σε φάνε.

Επομένως, ολόκληρη η γη είναι μουσκεμένη και λερωμένη από το αίμα αμέτρητων εκατομμυρίων πλασμάτων που σκοτώθηκαν και εξακολουθούν να σκοτώνονται για φαγητό, στην ξηρά, στην θάλασσα και στον αέρα.

Πολλά αρχαία είδη ζώων εξαφανίστηκαν και νέα είδη εξαφανίζονται επειδή δεν κατάφεραν και δεν μπορούν να αποφύγουν να πέσουν θύματα των αρπακτικών ζώων, συμπεριλαμβανομένου και του ανθρώπου.

Σχεδόν όλα τα πλάσματα ζουν με τον φόβο των αρπακτικών που τα σκοτώνουν και τα τρώνε.

## Συνθήκες Διατροφής

Έλλειψη τροφής  
σημαίνει έλλειψη ζωής.

Και ο άνθρωπος ως  
παμφάγος εξαρτάται  
όχι από ένα μόνο είδος  
τροφής, αλλά από  
πολλά είδη.



Ποιοί είμαστε εμείς τελικά; Ποιοί είμαστε στην πραγματικότητα;  
Η απάντηση είναι:  
Είμαστε συνθηκοκρατημένοι, εξαρτώμενοι από τις συνθήκες  
τροφής και θρέψης.

Όσο οι συνθήκες διαρκούν, είμαστε.

Όταν οι συνθήκες παύσουν, δεν είμαστε.

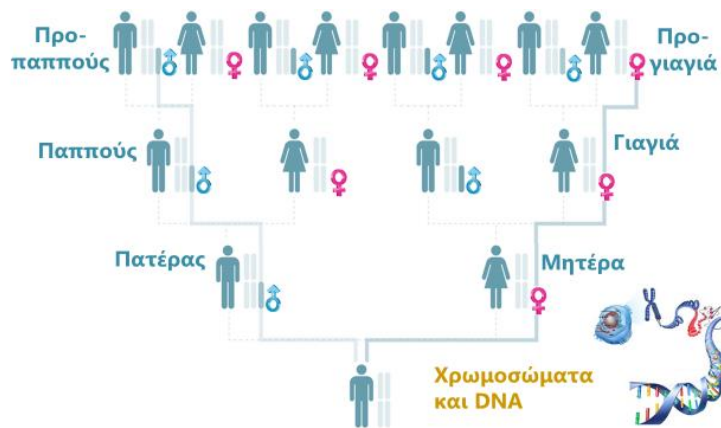
Έτσι, η ζωή μας εγείρεται και παρακμάζει σύμφωνα με τις  
συνθήκες που επικρατούν στο περιβάλλον διατροφής.

Μέχρι εδώ, εξηγήσαμε τους ατμοσφαιρικούς ή θερμοστατικούς,  
τους φυσικούς, τους χημικούς και τους διατροφικούς νόμους, (διότι  
η διατροφή υπάγεται κατά ένα μέρος στους χημικούς νόμους). Όλες  
οι τροφές που παίρνουμε είναι βασικά χημικές ουσίες και εμείς  
είμαστε ένας βιοχημικός οργανισμός που πρέπει να συνδιάζουμε  
αυτές τις χημικές ουσίες κατά τέτοιο τρόπο ώστε να μας δώσουν  
τα κατάλληλα αποτελέσματα. Διότι εάν πάρουμε λάθος έστω και μία  
ουσία, είτε σε υπερβολική είτε σε ανεπαρκή δόση, μπορεί να  
προξενήσουμε ανισορροπία στην υγεία μας και στον ψυχολογικό  
μας κόσμο.

Θα εξετάσουμε τώρα τους Βιολογικούς ή Κληρονομικούς νόμους  
οι οποίοι έχουν να κάνουν με τα κύτταρά μας και το DNA.

## Βιολογικοί, ή Κληρονομικοί Νόμοι





Εδώ έχουμε έναν άνθρωπο ο οποίος αποτελείται από χρωμοσώματα και από DNA. Το DNA βρίσκεται μέσα στα χρωμοσώματα τα οποία μεταδίδουν τα κληρονομικά χαρακτηριστικά, και περιέχει περιγραφές και κωδικοποιημένες οδηγίες για την ανάπτυξη του κάθε ατόμου. Αυτά τα χρωμοσώματα και το DNA που αποτελούν αυτό που ονομάζουμε σώμα ή εαυτό, δεν είναι δικά μας αλλά τα έχουμε κληρονομήσει από τους γονείς μας. Έτσι, όταν κάθεται κανείς μπροστά σε έναν καθρέφτη, αυτό που βλέπει δεν είναι ο εαυτός του αλλά αυτό που έχει δανεισθεί ή έχει κληρονομήσει από τους γονείς του. Τα χρωμοσώματα και το DNA επηρεάζουν πέρα από τον σωματικό, και τον ψυχικό μας κόσμο, την προσωπικότητά μας. Οι γονείς μας τώρα έχουν πάρει τα δικά τους χαρακτηριστικά από τους δικούς τους γονείς, δηλ. τους παππούδες και τις γιαγιάδες μας, αυτοί με την σειρά τους από τους δικούς τους γονείς, δηλ. τους προπάππους μας και τις προγιαγιάδες μας, και πάει λέγοντας επ' αόριστον.

Αυτό που λέγεται άνθρωπος είναι ένα εξαρτώμενο ον, ένα ον που εξαρτάται από βιολογικές ή κληρονομικές συνθήκες, τις οποίες έχει δανεισθεί από τους γονείς του. Έτσι μπορούμε να πούμε ότι υπάρχει κατά κάποιον τρόπο μια απροσωπία· διότι τελικά ποιανού είναι αυτό το DNA; Δεν είναι κανενός συγκεκριμένα αλλά είναι μία συνεχόμενη διαδικασία, μία φυσική διαδικασία, που εάν την εξετάσουμε βλέπουμε ότι δεν υπάρχει κανένα πρόσωπο που έχει φτιάξει αυτό το DNA, αλλά μια αιτιοκρατία και μια συνθηκοκρατία. Σύμφωνα δε με την θεωρία της εξέλιξης των ειδών, το DNA δεν υπήρχε εξ' αρχής αλλά εμφανίστηκε σταδιακά. Όλα αυτά τα πράγματα δεν δημιουργήθηκαν αλλά εξελίχθηκαν, και εμείς σήμερα είμαστε ένα μέρος αυτής της εξέλιξης. Βλέπουμε δηλ. μόνο διαδικασίες και όχι ένα πρόσωπο που υπάρχει πίσω από αυτές και τις δημιουργεί.

Κάτι άλλο που πρέπει να γνωρίζουμε είναι ότι εμείς σαν άτομα, δεν αποτελούμαστε μόνο από τα χρωμοσώματα και το DNA από τους γονείς μας, αλλά και από άλλους παράγοντες που δεν είναι δικόι μας. Εν ολίγοις, όχι μόνον τον σώμα μας δεν είναι δικό μας διότι το πήραμε από τους γονείς μας, αλλά επιπλέον μέσα του ζουν άλλοι οργανισμοί. Τα ανθρώπινα κύτταρα αποτελούν μόνο το 43% του συνολικού αριθμού των κυττάρων του σώματός μας.

Τί είναι το υπόλοιπο;


**57% Μικροοργανισμοί**

Το υπόλοιπο **57%** είναι μικροσκοπικοί άποικοι, όπως **βακτηρίδια, ιοί, μύκητες και παράσιτα** κυρίως στο πεπτικό σύστημα.



Έτσι, το περισσότερο από το μισό του σώματός μας δεν είναι ανθρώπινο.

Αυτό που μας κάνει ανθρώπους είναι ο συνδυασμός του DNA μας, που το έχουμε κληρονομήσει από τους γονείς μας, μαζί με το DNA των μικροοργανισμών στο σώμα μας.



Όσο δε κι αν το βρίσκουμε παράξενο το 57% των μικροοργανισμών στο σώμα μας είναι απαραίτητο για την ύπαρξή μας.

Η ανισορροπία των μικροοργανισμών, όπως η υπερβολική ποσότητα ή η ανεπάρκεια, μπορεί να επιφέρει ανισορροπία στην σωματική και ψυχική μας υγεία, αλλά και να οδηγήσει στην απώλεια της ζωής μας, στον θάνατο.

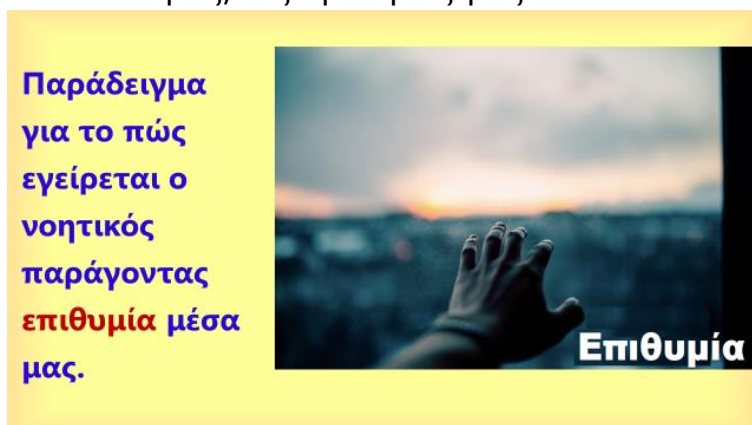


Επιπλέον, αυτές οι αποικίες μικροοργανισμών μπορούν να αλλάξουν και την διάθεσή μας, δηλαδή τις νοητικές ή ψυχικές μας λειτουργίες. Η κατάθλιψη και τό άγχος λόγω χάρη, συνδέονται μερικές φορές με αυτά τα μικροσκοπικά πλάσματα. Αυτό που έχουν ανακαλύψει οι ψυχίατροι και οι ψυχολόγοι είναι ότι υπάρχουν μικροοργανισμοί που μπορούν να αλλάξουν τις διαθέσεις μας, και ότι με την κατάλληλη διαίτα χωρίς φάρμακα, να επέλθει ισορροπία.

Τελικά, αυτό που ονομάζουμε άνθρωπο δεν είναι παρά ένας συνδυασμός αυτών των αιτιών και συνθηκών, των ατμοσφαιρικών νόμων, των βιολογικών νόμων, (που συνθέτουν την υλική πλευρά της προσωπικότητά μας) αλλά και άλλων νόμων όπως είναι οι ψυχολογικοί.



Έχουμε δηλαδή μέσα μας θυμό, έχουμε αυταπάτη, επιθυμία, έχουμε ιδέες, έχουμε πολλά συναισθήματα, και γενικά πράγματα που πρέπει να τα εξετάσουμε, διότι σ' αυτόν τον κόσμο υπάρχουν ορισμένες αιτίες και συνθήκες που διέπουν την προσωπικότητά μας, τον εαυτόν μας, τις εμπειρίες μας.

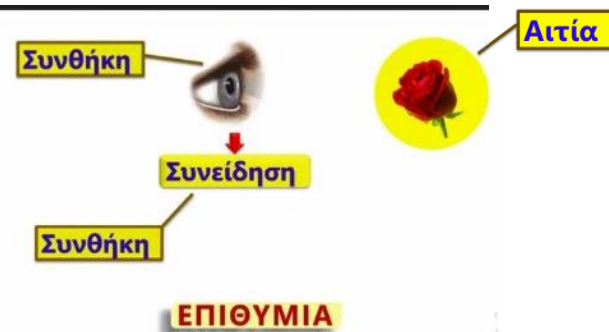


Όλοι έχουμε μέσα μας επιθυμίες αλλά πώς τις έχουμε; γιατί και πώς εγείρονται οι επιθυμίες μέσα μας; γιατί επιθυμούμε τα πράγματα που υπάρχουν γύρω μας; Τι είναι αυτό που μας δίνει την ορμή να τα επιθυμούμε; Υπάρχει μια ελκυστικότητα, υπάρχει ένα ερέθισμα;

Θα εξετάσουμε ότι η έγερση της επιθυμίας μέσα μας δεν είναι ένα τυχαίο γεγονός αλλά βασίζεται στην αιτιοκρατία και την συνθηκοκρατία, υπάρχουν δηλαδή αιτίες και συνθήκες. Έτσι αυτός ο κοσμικός νόμος για τον οποίον μιλήσαμε προηγουμένως ισχύει σ' αυτή την περίπτωση και για τους ψυχολογικούς νόμους.

Στην συνέχεια δίνουμε ένα χονδρικό παράδειγμα:

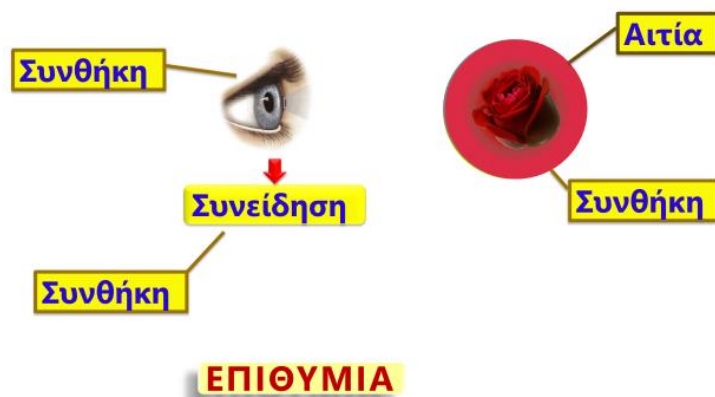
Έχουμε επιθυμία για το λουλούδι· βλέπουμε ένα όμορφο λουλούδι και έχουμε την επιθυμία να το θαυμάσουμε, να το απολαύσουμε, να πάμε κοντά του, να το αγγίξουμε, να το κόψουμε, να το βάλουμε σε ένα βάζο, κλπ. Κάτι μας ωθεί προς το λουλούδι. Τί είναι αυτό; Είναι η ομορφιά του. Το λουλούδι λοιπόν είναι η αιτία της επιθυμίας που εγείρεται μέσα μας. Εάν δεν το βλέπαμε δεν θα είχαμε επιθυμία.



Η αιτία όμως δεν μπορεί να υπάρχει χωρίς συνθήκες, δηλ. πέρα από το λουλούδι πρέπει να υπάρχει και το μάτι. Το μάτι είναι μία συνθήκη διότι εάν δεν υπήρχε, δεν θα βλέπαμε το λουλούδι και δεν θα εγείρονταν η επιθυμία μέσα μας. Άλλη μία συνθήκη είναι η συνείδηση, που μας βοηθάει να συνειδητοποιήσουμε ότι αυτό το λουλούδι είναι μπροστά μας. Εάν δεν το συνειδητοποιήσουμε δεν θα μπορεί να εγερθεί η επιθυμία μέσα μας.

Αναφορικά με το λουλούδι, άλλη μία συνθήκη είναι το φως. Εάν το λουλούδι βρισκόταν σε ένα πολύ σκοτεινό μέρος δεν θα μπορούσαμε να το δούμε, και η επιθυμία δεν θα εγείρονταν μέσα μας. Τα χρώματα επίσης παίζουν ρόλο, διότι εάν το φόντο πίσω από ένα κόκκινο λουλούδι είναι επίσης κόκκινο, τότε είναι δύσκολο να το ξεχωρίσουμε και να εγείρουμε επιθυμία. Πρέπει να υπάρχει αντίθεση χρωμάτων για να συνειδητοποιήσουμε ότι το λουλούδι βρίσκεται εκεί και να εγερθεί επιθυμία.

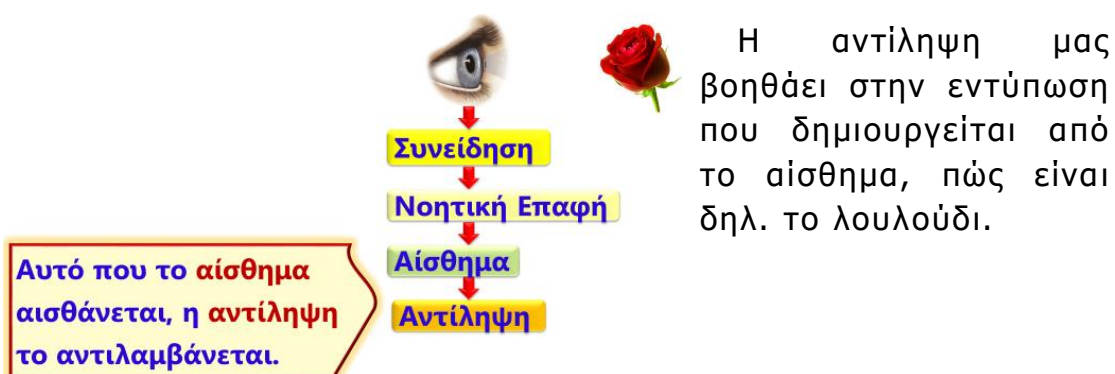
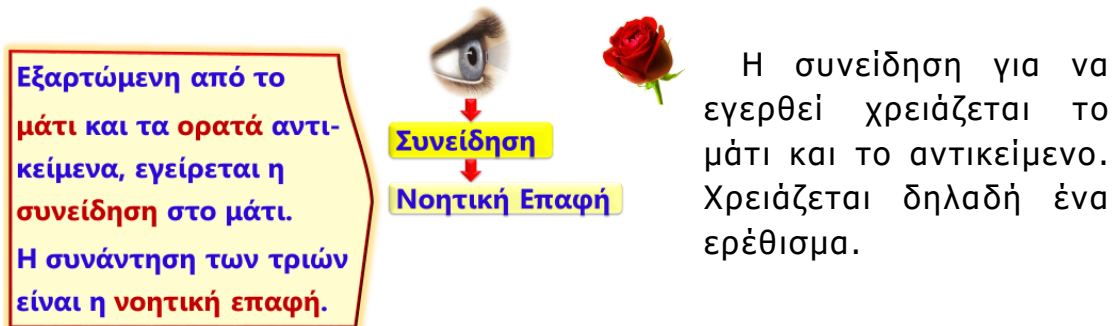
Βλέπουμε δηλ. εδώ, πέρα από την αιτία, πόσο μεγάλο ρόλο παίζουν οι συνθήκες για να εγερθεί η επιθυμία.

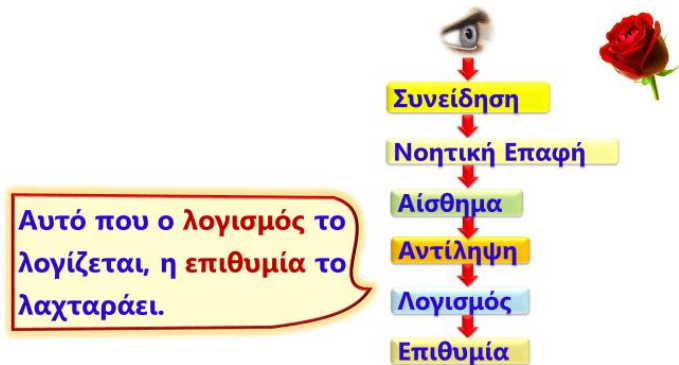
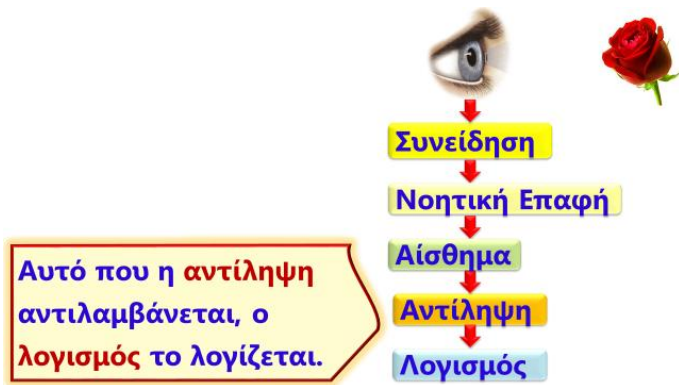


Κάτι ανάλογο συμβαίνει και με τα φυτά. Για να εγερθεί ο βλαστός πρέπει κατ' αρχάς να υπάρχει ο σπόρος που είναι η αιτία, αλλά και οι συνθήκες που είναι το χώμα, ο αέρας, το νερό, και το φως.

Τα φαινόμενα λοιπόν που εγείρονται μέσα μας, τα συναισθήματά μας, δεν εγείρονται τυχαία· αυτό είναι ψυχολογικός νόμος. Όταν νομίζουμε ότι κάτι συμβαίνει τυχαία, οφείλεται στο ότι δεν το ερευνούμε και δεν μπορούμε να δούμε εάν υπάρχουν αιτίες και συνθήκες· δεχόμαστε δηλ. το χάος. Τύχη ή τυχαίο σημαίνει χάος. Στην περίπτωση μας όμως δεν υπάρχει χάος. Εάν παρατηρήσουμε τα φαινόμενα, καταλαβαίνουμε ότι υπάρχει μια διαδικασία η οποία ακολουθεί μια ορισμένη σειρά συμβάντων. Αυτή την σειρά μπορούμε να την ξεχωρίσουμε δια μέσω συστηματικής παρατήρησης.

Συνεχίζουμε με ένα άλλο παράδειγμα:





Παρατηρούμε εδώ μία αλυσιδωτή αντίδραση για το πώς συμβαίνουν τα πράγματα μέσα στον νου μας, που καταλήγει τελικά σ' αυτό που ονομάζουμε επιθυμία. Το ίδιο συμβαίνει και με τις άλλες αισθήσεις.





Π.χ. επιθυμία για μυρωδιές: Μυρίζουμε καφέ και έχουμε επιθυμία. Αναλύουμε λοιπόν, πώς έρχεται αυτή η επιθυμία μέσα μας; Έτσι τυχαία; Εντάξει, υπάρχει η αιτία, το αντικείμενο που είναι ο καφές και η μυρωδιά. Όμως εάν δεν υπάρχει η μύτη, ή εάν η μύτη μας είναι βουλωμένη, τότε δεν θα είχαμε επιθυμία για μυρωδιά. Αυτές είναι κάποιες από τις συνθήκες. Στην συνέχεια έχουμε την συνείδηση με την οποία συνειδητοποιούμε ότι υπάρχει αυτή η μυρωδιά, και μετά την νοητική επαφή. Ακολουθεί το αίσθημα που μας λέει ότι εάν η μυρωδιά είναι ευχάριστη θα υπάρξει επιθυμία, εάν είναι δυσάρεστη φυσικά η επιθυμία δεν εγείρεται. Μετά έρχεται η αντίληψη που μας δημιουργεί την εντύπωση που προκαλείται από το αίσθημα, μετά ο λογισμός, και τέλος η έρχεται η επιθυμία που μας λέει να πάμε να πιούμε καφέ. Έχουμε δηλ. το φαινόμενο του ντόμινο.



**Ο ψυχολογικός μας κόσμος επηρεάζεται και εξαρτάται από**

**ορατά αντικείμενα**

Φως Χρώματα Σχήματα Σώματα

**ηχητικά αντικείμενα**

Μουσική Φωνή Κρότος Θόρυβος

**οσφρητικά αντικείμενα**

Μυρωδιά Ευωδία Κακοσμία Βρώμα

**γευστικά αντικείμενα**

Ξινό Αλμυρό Γλυκό Πικρό

**απτά αντικείμενα**

Απαλό Χνουδωτό Ζεστό Κρύο

**νοητικά αντικείμενα**

**ΙΔΕΕΣ**

## Νοητικές Συνθήκες

**Ποιοί είμαστε εμείς τελικά; Ποιοί είμαστε στην πραγματικότητα;**

**Η απάντηση είναι:**

**Είμαστε συνθηκοκρατημένοι, εξαρτώμενοι από τις νοητικές συνθήκες.**

Όσο διάστημα οι νοητικές συνθήκες διαρκούν, αισθανόμαστε ότι είμαστε. Όταν οι νοητικές συνθήκες παύσουν, αισθανόμαστε ότι δεν είμαστε. Αυτό που ονομάζουμε νου, είναι ένα ρεύμα, ένα ποτάμι από σκέψεις, αισθήματα, αντιλήψεις και αναμνήσεις που ρέουν μέσα μας. Εμείς παίρνουμε ένα κομμάτι από αυτό το ποτάμι και αισθανόμαστε ότι είμαστε τώρα η τάδε προσωπικότητα, και όταν αλλάξουμε και πάρουμε άλλο κομμάτι αισθανόμαστε ότι είμαστε η δείνα προσωπικότητα, κλπ. Ταυτιζόμαστε με αυτά τα αισθήματα και τις αντιλήψεις ή τις αναμνήσεις για ένα χρονικό διάστημα, και όταν αυτά ξεθωριάσουν, προσπαθούμε να πάρουμε άλλες σκέψεις, άλλες αντιλήψεις, άλλες εμπειρίες για να αισθανθούμε ότι υπάρχουμε.



Αυτές ήταν περιληπτικά οι εξηγήσεις για τους ψυχολογικούς νόμους: σε επόμενα μαθήματα θα μελετήσουμε αυτούς τους νόμους σε ένα ευρύτερο φάσμα και θα δώσουμε ιδιαίτερη έμφαση, διότι αυτά είναι μαθήματα ψυχολογίας και φιλοσοφίας όπως έχουμε ήδη αναφέρει.

Συνεχίζουμε με τους καρμικούς νόμους των πράξεών μας οι οποίοι είναι στενά συνδεδεμένοι με τους ψυχολογικούς νόμους: διότι ανάλογα με τους ψυχολογικούς νόμους κάνουμε και πράξεις.



Η λέξη *κάρμα* στα σανσκριτικά λέγεται *κάμμα* στα Πάλι και είναι οι πράξεις που κάνουμε, τα καμώματά μας δηλαδή, που παίζουν μεγάλο ρόλο για την διαμόρφωση της προσωπικότητάς μας. Οι πράξεις μας, τα καμώματά μας, πηγάζουν από τις ψυχικές μας διαθέσεις, από τις αντιλήψεις μας, από τις ιδέες που έχουμε. Κι οι πράξεις αυτές φέρνουν αποτελέσματα.

Θα δούμε ότι κι εδώ υπάρχει μια αλυσιδωτή αντίδραση, ένα ντόμινο, μεταξύ της δράσης και της αντίδρασης.

**Οι πράξεις μας σχετίζονται με τον μηχανισμό με τον οποίον είτε δημιουργούμε έναν κόσμο οδύνης για τον εαυτό μας και για τους άλλους, είτε μειώνουμε την οδύνη και οδηγούμαστε στην απελευθέρωση και στη φώτιση.**



Η προσωπικότητα και ο χαρακτήρας μας, είναι απλώς ένα συνάθροισμα όλων των εκούσιων ενεργειών και πράξεών μας: ένα αντιπροσωπευτικό δείγμα όλου του συσσωρευμένου μας Κάρμα (Πράξεων). Σαν άτομα, συνειδητοποιούμε τον εαυτόν μας από τις πράξεις που κάνουμε.

Οί συνήθειές μας διαμορφώνουν τον χαρακτήρα μας και τις πράξεις μας. Καθώς αλλάζουμε βαθμιαία τις συνήθειές μας, αλλάζουμε τον χαρακτήρα μας, και, καθώς αλλάζουμε τον χαρακτήρα μας, αλλάζουμε όλη την ύπαρξή μας.

Οι άλλοι δεν μπορούν να δούν τις σκέψεις μας ή τις ιδέες μας. Τις καταλαβαίνουν όμως και μας κρίνουν από τις πράξεις μας. Οι πράξεις μας είναι μία χονδροειδής απεικόνιση του εσωτερικού μας κόσμου, της προσωπικότητάς μας και του χαρακτήρα μας.

Η ζωή μας εγείρεται, συντηρείται και εξαρτάται από την ισορροπία των συνθηκών των Πράξεών μας. Η ανισορροπία αυτών, μπορεί να επιφέρει ανισορροπία στην σωματική και ψυχική μας υγεία, αλλά και να οδηγήσει στην απώλεια της ζωής μας, στον θάνατο.

**Αυτό που είναι σπουδαίου ενδιαφέροντος είναι ότι ο φυσικός νόμος**

- της αιτίας και του αποτελέσματος,
- της δράσης και της αντίδρασης, και
- της συνθηκοκρατίας γενικά,

**επικρατεί όχι μόνο στις φυσικές διαδικασίες, αλλά είναι εξίσου αυστηρά ισχυρός και στις πράξεις μας.**

Ένα από τα αξιώματα της επιστήμης είναι ότι το σύμπαν κυβερνάται από θεμελιώδεις φυσικούς νόμους οι οποίοι λειτουργούν όσο οι δυνάμεις ή οι ενέργειες της φύσης είναι σε εκδήλωση.

Οι φυσικοί νόμοι ανακαλύπτονται μέσω παρατηρήσεων και κατανοούνται από συγκεκριμένα γεγονότα. Σε όλες τις περιπτώσεις βασίζονται άμεσα ή έμμεσα σε εμπειρικά αποδεικτικά στοιχεία. Είναι γενικά κατανοητό ότι αντικατοπτρίζουν αιτιώδεις σχέσεις που είναι οι θεμελιώδεις αρχές για την πραγματικότητα των φαινομένων, και αυτοί οι νόμοι ανακαλύπτονται μάλλον, παρά εφευρίσκονται.

Έτσι, οι λέξεις «τύχη» και «σύμπτωση» δεν έχουν θέση στο λεξιλόγιο ενός επιστήμονα ή ενός ανθρώπου που χρησιμοποιεί ως εργαλείο την μεθοδική και συστηματική παρατήρηση των φαινομένων.

**Όπως ο Γάλλος φιλόσοφος Voltaire δήλωσε:**

**«Λέξεις όπως η τύχη, το τυχαίο, και η σύμπτωση εφευρέθηκαν για να εκφράσουν τα γνωστά αποτελέσματα των άγνωστων αιτιών».**



Voltaire - François-Marie Arouet (1694 - 1778)

Όταν οι άνθρωποι έχουν ένα αποτέλεσμα που δεν γνωρίζουν από πού προέρχεται επικαλούνται την τύχη ή την σύμπτωση.

Εδώ μπορούμε να προσθέσουμε και άλλες λέξεις που εφευρέθηκαν για τις άγνωστες αιτίες, όπως :

- η μοίρα,
- το κισμέτ,
- η Θεία θέληση,
- Θεού θέλοντος,
- η Θεία Χάρις,
- το γραμμένο,
- το τυχερό,
- ο κλήρος,
- το αστέρι,
- το ζώδιο, κ.λπ.

Θεωρούν ότι υπάρχει μια ανώτερη, αόρατη, αθέατη, μυστήρια, μυστηριώδης, ανεξήγητη δύναμη, που θεωρείται υπεύθυνη για ότι συμβαίνει στον κάθε άνθρωπο – για την ευτυχία του ή την δυστυχία του – καθώς και για ό,τι αυτή η δύναμη έχει ορίσει για κάθε άνθρωπο, δηλαδή το πεπρωμένο του.



Οι Μοίρες στην αρχαία ελληνική μυθολογία ως τρεις αθάνατες αδελφές που καθορίζουν το πεπρωμένο του καθενός.

Όχι μόνον στην αρχαία ελληνική θρησκεία, αλλά και μέχρι σήμερα έχουμε ανθρώπους που πιστεύουν στην μοίρα, που είναι μοιρολάτρες.

Η πρώτη Μοίρα, η **Κλωθώ**, «αυτή που κλώθει», γνέθει το νήμα της ζωής, (συμβολίζει το παρόν), η δεύτερη, η **Λάχεσις** (το παρελθόν), το ξετυλίγει, (μοιράζει τους κλήρους, καθορίζει τι θα «λάχει» στον καθένα, εξ'ού και το λαχείο), ενώ η τρίτη, η **Άτροπος** το κόβει, όταν έρθει η ώρα (συμβολίζει το μέλλον).



**Η Τύχη** ως θεότητα της αρχαίας ελληνικής μυθολογίας, προσωποποίηση της ευμάρειας και του πλούτου μιας πόλης.



Ιδιαίτερα στην Ελληνιστική εποχή, οι πόλεις είχαν ως προστάτιδα την δική τους Τύχη, η οποία απεικονιζόταν συχνά σε νομίσματα, έχοντας ως κορώνα τα τείχη της πόλης. Στην πόλη των Αθηνών υπήρχε ένας μεγάλος ναός της θεάς Τύχης κάτω από τον Παρθενώνα.

Τέτοιες αντιλήψεις αναπτύχθηκαν από πρωτόγονους απλοϊκούς, ευκολόπιστους ανθρώπους, και επικρατούν ακόμη και σήμερα. Δεν βασίζονται σε παρατηρήσεις και πειράματα ή σε εμπειρικά αποδεικτικά στοιχεία. Αντιθέτως, ολόκληρη η ιστορία της επιστήμης είναι η σταδιακή συνειδητοποίηση ότι τα γεγονότα δεν συμβαίνουν με αυθαίρετο, τυχαίο τρόπο, χωρίς συγκεκριμένες αιτίες και αποτελέσματα, αλλά ότι αντικατοπτρίζουν μια συγκεκριμένη υποκείμενη τάξη.

Έτσι, από την άποψη αυτού του συγκεκριμένου νόμου, κάθε αποτέλεσμα έχει μια αιτία ή μία αλυσίδα αιτιών, και συμβαίνει σύμφωνα με μια καθορισμένη τάξη. Συχνά τα πράγματα είναι μια σειρά αιτιών και αποτελεσμάτων. Πρόκειται για μία συνέχεια, όπου όλα συνδέονται και αλληλοσχετίζονται.

Οι φυσικοί νόμοι υπονοούν μια αιτία και ένα αποτέλεσμα, καθώς και μιά αδιάκοπη αλληλουχία δράσης και αντίδρασης μεταξύ των παρατηρούμενων στοιχείων. Κάθε αποτέλεσμα πρέπει να έχει μια επιβεβαιωμένη και επαληθευμένη αιτία, και με την σειρά της αυτή η αιτία πρέπει να έχει κάποιο επιβεβαιωμένο αποτέλεσμα. Είναι ο διαρκής, ατέλειωτος κύκλος αιτίας και αποτελέσματος.

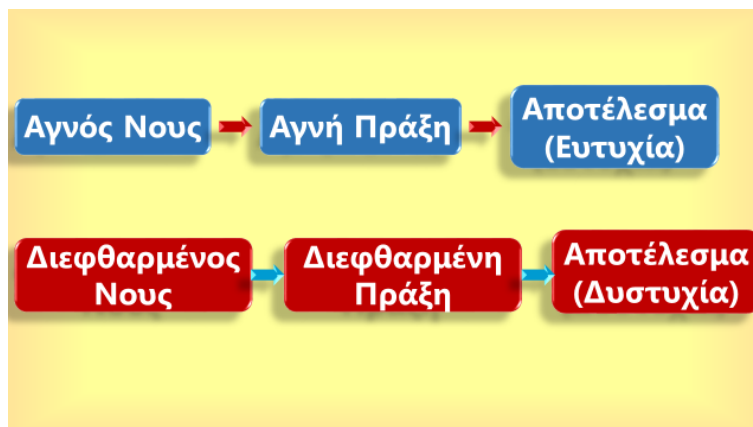


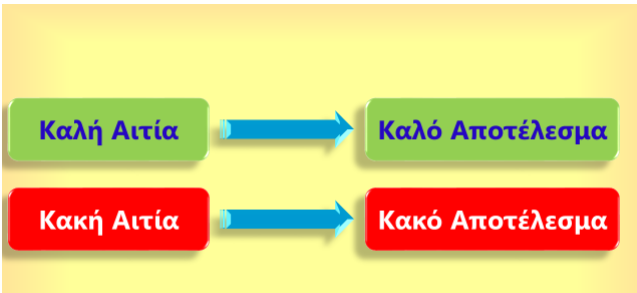
Ο φυσικός νόμος της αιτίας και του αποτελέσματος, επικρατεί όχι μόνο στις φυσικές διαδικασίες, αλλά και στις πράξεις μας. Κατά συνέπεια, η ηθικώς επιδέξια σκέψη, ομιλία, και πράξη, φέρνουν σαν αποτέλεσμα ευτυχία στον πράττοντα σε κάποια δεδομένη στιγμή. Αντίθετα όμως, οι πράξεις που είναι ηθικά αδέξιες φέρνουν σαν αποτέλεσμα μελλοντικό πόνο, ταλαιπωρία και βάσανα.

**Γ' αυτό λέει ο Βούδας:**



Δηλαδή, εάν προβάλλει κάποιος κάτι θετικό, θα πάρει πίσω κάτι θετικό. Αντιθέτως, εάν προβάλλει κάτι αρνητικό, θα πάρει πίσω κάτι αρνητικό.





Αυτός ονομάζεται ο φυσικός νόμος του Κάρμα, δηλ. ο φυσικός νόμος της αιτίας και του αποτελέσματος, της δράσης και αντίδρασης των πράξεών μας.

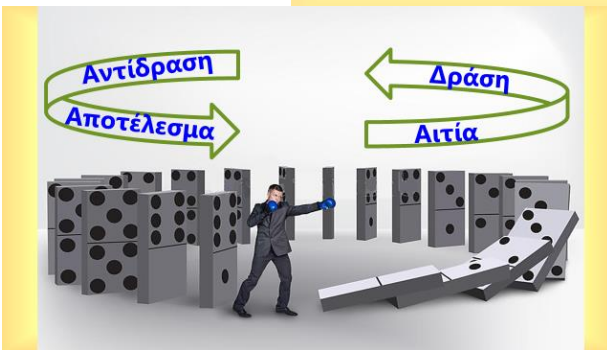


**Δράση** → **Αντίδραση**

Ονομάζεται επίσης και «ο νόμος της ηθικής αιτιότητας».



**Αιτία** → **Αποτέλεσμα**



Παρόμοια με τους ως άνω φυσικούς νόμους, υπάρχει και ο νόμος της αιτίας και του αποτελέσματος, της δράσης και αντίδρασης στον ανθρώπινο νου και στις ανθρώπινες πράξεις, που λέγεται «ηθικός νόμος», ή «ηθική αιτιότητα».



## Ο Ηθικός Νόμος

Πώς λειτουργεί αυτός ο νόμος; Γιατί γινόμαστε αυτό που σκεφτόμαστε; Πώς βιώνουμε τα αποτελέσματα των πράξεών μας;

Ας υποθέσουμε ότι ένας γεωργός έχει ένα κομμάτι γης που είναι καλή, εύφορη γη. Η γη δίνει στον γεωργό μία επιλογή: Μπορεί να φυτεύσει στην γη ό,τι αυτός επιλέξει. Η γη θα επιστρέψει αυτό που ο γεωργός φυτεύει, αλλά δεν νοιάζεται για το τί φυτεύεται σ' αυτήν. Εξαρτάται από τον γεωργό να πάρει την απόφαση.



Εδώ συγκρίνουμε τον ανθρώπινο νου με την γη, επειδή ο νους όπως και η γη, δεν νοιάζεται γι' αυτό που φυτεύουμε σ' αυτόν. Θα επιστρέψει αυτό που του φυτεύουμε, αλλά δεν νοιάζεται για το τί του φυτεύουμε.



Ας πούμε τώρα ότι ο γεωργός έχει δύο σπόρους στο χέρι του: ο ένας είναι ένας σπόρος από καλαμπόκι, και ο άλλος από στρύχνο, ένα φυτό με τοξικούς καρπούς. Σκάβει δύο μικρές τρύπες στην γη και φυτεύει τους δύο σπόρους – στην μία το καλαμπόκι και στην άλλη το στρύχνο. Σκεπάζει τις τρύπες, ποτίζει τους δύο σπόρους και φροντίζει για την γη. Τί θα συμβεί...; Κατά κανόνα, η γη θα του επιστρέψει καρπό από τους σπόρους που της φύτεψε.



Θυμηθείτε ότι η γη δεν νοιάζεται. Θα επιστρέψει τοξικό καρπό με την ίδια αφθονία που θα επιστρέψει καλαμπόκι. Και νά... εμφανίζονται και τα δύο φυτά και ο καρπός τους: ένα καλαμπόκι και ένας στρύχνος με τοξικό καρπό.



Κάτι ανάλογο γίνεται με τον νου μας. Εάν ο σπόρος είναι καλός τότε έχουμε καλό αποτέλεσμα (όπως το καλαμπόκι που μπορούμε να το χρησιμοποιήσουμε επωφελώς). Εάν έχουμε κακή αιτία, δηλ. τοξικό σπόρο, τότε θα έχουμε κακό αποτέλεσμα (όπως το στρύχνο που όταν το χρησιμοποιήσουμε μπορεί να μας βλάψει).

Ο ανθρώπινος νους είναι πολύ πιο εύφορος, και απίστευτα πιο γόνιμος από την γη, αλλά λειτουργεί με τον ίδιο τρόπο. Δεν τον νοιάζει τί φυτεύουμε... την επιτυχία ή την αποτυχία..., το καλό ή το κακό..., έναν συγκεκριμένο, αξιόλογο στόχο..., ή την σύγκριση, τον φόβο, το άγχος, και ούτω καθεξής. Αυτό όμως που φυτεύουμε πρέπει να το επιστρέψει σε εμάς.



Γι' αυτό και στα Βουδδιστικά κείμενα αναφέρεται:

**«'Ο,τι σπόρο σπέρνει κάποιος,**

**Τέτοιον καρπό θερίζει.**

**Ο πράττων το καλό, θερίζει το καλό**

**Και ο πράττων το κακό, το κακό.**

**Σπείρατε τον σπόρο,**

**Θα βιώσετε τον καρπό του».**

*(SN Samuddakasuttam)*

Εκατονταετίες αργότερα, η σχέση της αιτίας και του αποτελέσματος και συνεπώς η ηθική συνέπεια του νόμου του κάρμα, εκφράστηκε και στην ρήση του αποστόλου Παύλου όπου επισημαίνεται:

**«ὁ γὰρ ἐὰν σπείρῃ ἄνθρωπος,  
τοῦτο καὶ θερίσει».**

**(Προς Γαλάτες 6:7)**

Στα Ελληνικά υπάρχει και η έκφραση:

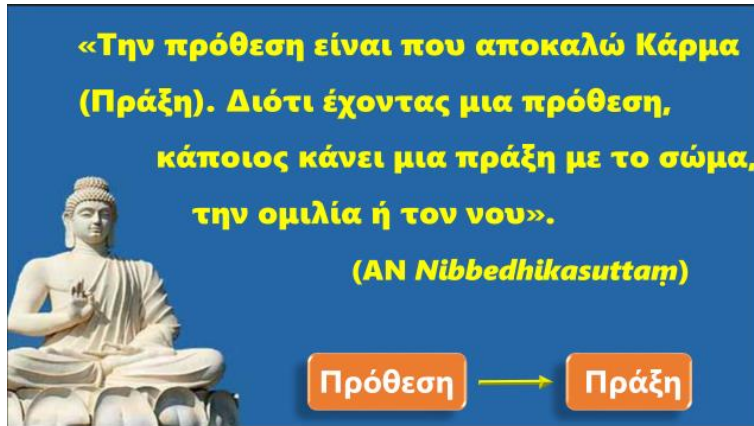
**«'Ο,ποιος σπέρνει ανέμους, θερίζει θύελλες».**

Τελικά, ο ανθρώπινος νους θα μας επιστρέψει ό,τι θέλουμε, ό,τι επιλέγουμε, ό,τι έχουμε πρόθεση να φυτεύσουμε, δηλ. ό,τι έχουμε πρόθεση να πράξουμε· το καλό ή το κακό.

## Η ΠΡΟΘΕΣΗ

Είναι βασικά η πρόθεση που καθορίζει τις πράξεις μας ως καλές και επιδέξιες, ή ως κακές και αδέξιες.

Γι' αυτό λέει ο Βούδδας:



Εάν κάποιος έχει σκοπό να κάνει μια πράξη πρέπει να έχει και μια πρόθεση, δηλ. με τί τρόπο θα κάνει αυτή την πράξη για να πετύχει τον σκοπό του.



Έτσι, αυτό που πραγματικά βρίσκεται πίσω από όλες τις πράξεις μας, δηλ. η ουσία όλων των πράξεών μας, είναι η πρόθεσή μας, η δύναμη της θέλησής μας, της βούλησής μας.

Είναι αυτή η πρόθεση που εκφράζεται ως πράξη του σώματος, της ομιλίας, και του νου, που ο Βούδδας αποκαλεί Κάρμα (Πράξη). Και εδώ πρόθεση και πράξη σημαίνει «ηθική πρόθεση» και «ηθική πράξη». Αυτό σημαίνει ότι η ακούσια πράξη, δηλ. η πράξη άνευ προθέσεως, δεν θεωρείται ως Κάρμα, ως «ηθική πράξη». Εάν π.χ. μας πέσει κατά λάθος ένα χαρτονόμισμα στο σκεύος ενός ζητιάνου, αυτό δεν θεωρείται ως Κάρμα (Πράξη) γενναιοδωρίας, επειδή δεν υπήρχε πρόθεση να το δωρίσουμε.

Μη Πρόθεση



Μη Ηθική Πράξη

Εάν όμως το δώσουμε με πρόθεση γενναιοδωρίας, σκόπιμα και εσκεμμένα, τότε αυτό θεωρείται ως Κάρμα (Πράξη) γενναιοδωρίας.



Κατ' αυτόν τον τρόπο μπορούμε να διακρίνουμε εδώ το ηθικό περιεχόμενο μιας πράξης, σύμφωνα με την καλή ή την κακή πρόθεση. Έτσι, Κάρμα βασικά σημαίνει ηθικά εκούσιες, ή εκ προθέσεως καλές ή κακές πράξεις. Συνεπώς, μπορούμε να πούμε ότι ο πράττων το κακό με κακή πρόθεση, θερίζει το κακό, και ο πράττων το καλό με καλή πρόθεση, θερίζει το καλό.

Παρακάτω βλέπουμε την διαδικασία:

Η πρόθεση μπορεί να φέρει την πράξη, η πράξη μπορεί να φέρει το αποτέλεσμα, και το αποτέλεσμα μπορεί να δημιουργήσει ξανά πρόθεση που θα επιφέρει πράξη και αποτέλεσμα, σε μια συνεχόμενη διαδικασία μεταξύ πρόθεσης, πράξης, και αποτελέσματος.



Εάν έχουμε φαύλη πρόθεση, τότε με αυτή θα κάνουμε μία φαύλη πράξη που θα φέρει ένα φαύλο αποτέλεσμα, δηλαδή ένα επώδυνο αποτέλεσμα, το οποίο (εάν έχουμε ασύνετη προσοχή) μπορεί να προξενήσει άλλη φαύλη πρόθεση, επαναλαμβάνοντας φαύλες πράξεις ξανά και ξανά με φαύλα αποτελέσματα. Αυτός λέγεται φαύλος κύκλος από τον οποίον είναι δύσκολο να ξεφύγουν οι άνθρωποι, διότι το φαύλο αποτέλεσμα μπορεί να εγείρει μέσα τους φαύλες προθέσεις με τις οποίες θα κάνουν φαύλες πράξεις.

Εάν όμως έχουμε καλή πρόθεση, τότε αυτό θα επιφέρει καλές πράξεις με καλό αποτέλεσμα. Όταν κάποιος αρχίζει να αρέσκεται στο καλό αποτέλεσμα τότε εγείρεται ξανά η καλή πρόθεση για να κάνει καλές πράξεις με καλό αποτέλεσμα, δημιουργώντας έτσι έναν ενάρετο κύκλο.

Έτσι στον Βουδδισμό, δεν αξιολογούμε απλώς την εξωτερική εκδήλωση μιας πράξης ορίζοντάς την ως ηθική ή ανήθικη, αλλά αξιολογούμε και την εσωτερική της εκδήλωση ως πρόθεση. Συνεπώς, ο νόμος του Κάρμα (της Πράξης), δηλ. της αιτίας και του αποτελέσματος των πράξεων, εξηγεί την δύναμη της πρόθεσής μας.

**Οι προθέσεις μας δημιουργούν αιτίες.**

Μέσα στον σπόρο των προσωπικών μας προθέσεων, βρίσκονται οι ρίζες των αιτιών. Αυτές οι αιτίες δημιουργούν αποτελέσματα που τα βιώνουμε στην ζωή μας ως συνθήκες ζωής. Αυτή η εξήγηση του Κάρμα (της Πράξης) θέτει έτσι την τελική ευθύνη του ανθρώπινου πεπρωμένου στα χέρια μας και όχι στην τύχη.

Μας αποκαλύπτει πως οι ηθικές μας επιλογές και πράξεις μπορούν να γίνουν είτε αιτία πόνου και δεσμών, είτε μέσον για πνευματική ελευθερία. Έτσι το Κάρμα (η Πράξη) είναι η Βουδδιστική αντίληψη της εκούσιας πράξης ως μιας δύναμης που διαμορφώνει και μεταμορφώνει το ανθρώπινο πεπρωμένο. Και το μήνυμα εδώ είναι:

#### **Η ΠΡΟΘΕΣΗ**

**Αλλάξτε τις προθέσεις σας και αλλάξτε τη ζωή σας ...**

**Μεταμορφώστε τις πράξεις σας και θα δημιουργήσετε μια ολοκαίνουρια μοίρα.**

Μέχρι εδώ εξηγήσαμε τους ατμοσφαιρικούς και φυσικούς νόμους, τους βιολογικούς ή κληρονομικούς νόμους, και τους ψυχολογικούς νόμους οι οποίοι επηρεάζουν τους καρμικούς νόμους των πράξεών μας. Όλοι αυτοί οι νόμοι επικαλύπτονται όπως είπαμε από τους κοσμικούς νόμους. Στα επόμενα μαθήματα θα δώσουμε περισσότερη έμφαση στους ψυχολογικούς νόμους, διότι αυτοί επηρεάζουν τις πράξεις που κάνουμε καθημερινά, αλλά και στους καρμικούς νόμους των πράξεών μας. Θα εξετάσουμε επίσης την συνείδηση που παίζει καθοριστικό ρόλο για τους ψυχολογικούς νόμους, τις διαστάσεις που μπορεί να πάρει..., και ποιοί είναι οι νόμοι που την επηρεάζουν.

## **Οι Διαστάσεις της Συνείδησης**

Καλησπέρα σας και καλώς ορίσατε σ' αυτό το μάθημα που είναι το πέμπτο κατά σειρά μαθημάτων ψυχολογίας και φιλοσοφίας πάνω στις Υπέρτατες Πραγματικότητες, όπως αναφέρονται στις Ομιλίες του Βούδδα.

Σήμερα θα εξετάσουμε τις διαστάσεις της συνείδησης και το πόσο μεγάλο ρόλο παίζουν στον ψυχολογικό μας κόσμο. Θα δούμε πόσες διαστάσεις μπορεί να πάρει η συνείδηση και πόσα είδη συνείδησης υπάρχουν, δίνοντας περισσότερη έμφαση στην ουσία του ψυχολογικού μας κόσμου.

Είχαμε πει ότι η συνείδηση επηρεάζεται από την ύλη και τα υλικά σώματα, και από τον νου που αποτελείται από τις κατηγορίες του αισθήματος, της αντίληψης, των νοητικών λειτουργιών και της ίδιας της συνείδησης, καθώς και το πώς η ύλη επηρεάζει τις κατηγορίες του νου, που με την σειρά τους επηρεάζουν την ύλη, αλλά και το πώς το αίσθημα, η αντίληψη, οι νοητικές λειτουργίες, η συνείδηση και η ύλη αλληλοεπηρεάζονται. Αυτά τα ονομάσαμε «Πέντε Συναθροίσματα» που υπόκεινται στην προσκόλληση.



Εμείς σαν άνθρωποι αποτελούμαστε από το σώμα, το αίσθημα, την αντίληψη, τις νοητικές λειτουργίες, και την συνείδηση, και είμαστε προσκολλημένοι σε αυτά. Η προσκόλληση παίζει μεγάλο ρόλο στην υπαρξιακή ταλαιπωρία, στον υπαρξιακό πόνο, και για το πώς αντιλαμβανόμαστε τον κόσμο μας.

Γι' αυτό ο Βούδδας λέε:



Αυτό σημαίνει ότι στην Βουδδιστική ψυχολογία, δεν μαθαίνουμε αυτά τα πράγματα απλά για να καταλάβουμε τί συμβαίνει στον νου σε γενικές γραμμές, αλλά να καταλάβουμε ότι δια μέσου αυτού του νου μπορούμε και αισθανόμαστε τον πόνο και την εμπειρία του πόνου, και ότι ο ίδιος ο νους είναι αυτός που μπορεί να μας φέρει πόνο, η ίδια η συνείδησή μας μπορεί να μας φέρει πόνο.



Από τους πέντε πυλώνες της προσωπικότητας για τους οποίους είχαμε μιλήσει στα περασμένα μαθήματα, σήμερα (αλλά και σε επόμενα μαθήματα) θα επικεντρωθούμε στον πυλώνα των συνειδήσεων οι οποίες όταν συνδιασθούν με τους υπόλοιπους πυλώνες μπορούν να μας δώσουν μία πληθώρα εμπειριών. Διότι οι πυλώνες δεν είναι κάτι μόνιμο και σταθερό ώστε να μπορούμε να επικαλεσθούμε έναν μόνιμο Εαυτό, αλλά μεταβάλλονται συνεχώς.

Είχαμε αναφέρει ότι η προσωπικότητά μας, ο ψυχολογικός μας κόσμος, η ύπαρξή μας στην παρούσα στιγμή, καθώς και η συνείδησή μας επηρεάζονται από πέντε αιτιώδεις νόμους: ατμοσφαιρικούς φυσικούς νόμους, βιολογικούς ή κληρονομικούς νόμους, ψυχολογικούς νόμους, καρμικούς νόμους, και κοσμικούς νόμους

## ΤΟ ΣΥΝΑΘΡΟΙΣΜΑ ΤΗΣ ΣΥΝΕΙΔΗΣΗΣ

Αποτελείται από 89 + είδη συνείδησης.

Πριν όμως προχωρήσουμε στην ανάλυση της συνείδησης, είναι απαραίτητο να δούμε πρώτα τις τέσσερις μεθόδους με τις οποίες εξετάζουμε ένα φαινόμενο, συμπεριλαμβανομένου και της συνείδησης.

Υπάρχουν τέσσερις μέθοδοι για να καθορίσουμε και να ορίσουμε την έννοια ενός φαινομένου που ανήκει στην υπέρτατη πραγματικότητα:

### Τέσσερις Μέθοδοι για Ορισμούς

1. Το **χαρακτηριστικό** (*lakṣhaṇa*), δηλ. η κυριότερη ιδιότητα ενός φαινομένου
2. Η **λειτουργία** (*rasa*), δηλ. η εκτέλεση μίας συγκεκριμένης δράσης του ή το επίτευγμα ενός στόχου
3. Η **εκδήλωση** (*raccuratṭhāna*), δηλ. ο τρόπος με τον οποίο παρουσιάζεται μέσα στην εμπειρία, και
4. Η **εγγύτατη αιτία** (*pradaṭṭhāna*), δηλ. η πρωταίτια προϋπόθεση από την οποία εξαρτάται.

Η συνείδηση για παράδειγμα, εμφανίζεται έτσι τυχαία; όχι, αλλά για να εμφανισθεί η συνείδηση στο μάτι ή σε κάποιο άλλο αισθητήριο όργανο χρειάζεται μια αιτία, ένα ερέθισμα. Όλα αυτά πρέπει να τα εξετάσει κανείς χωρίς μεροληψία και με μια ολιστική μορφή για να καταλάβουμε τί εννοούμε με τον όρο συνείδηση, ή αίσθημα, ή αντίληψη, κλπ.

Ένας απλός ορισμός της συνείδησης είναι ότι:

### Ορισμός της Συνείδησης

«Συνειδητοποιεί» (*vijānāti*) γι' αυτό ονομάζεται συνείδηση (*viññāṇa*).


Και τί συνειδητοποιεί;



Δίνουμε ένα παράδειγμα με το αισθητήριο όργανο της γεύσης:

**Ορισμός της Συνείδησης**

«Συνειδητοποιεί το ξινό,  
συνειδητοποιεί το πικρό,  
συνειδητοποιεί το καυτερό,  
συνειδητοποιεί το γλυκό,  
συνειδητοποιεί το τσουχτερό,  
συνειδητοποιεί το μη τσουχτερό,  
συνειδητοποιεί το αλμυρό,  
συνειδητοποιεί το άγευστο.



**Ορισμός της Συνείδησης**

«Συνειδητοποιεί:  
'Αυτό είναι ευχάριστο'  
'Αυτό είναι δυσάρεστο'  
'Αυτό δεν είναι ούτε δυσάρεστο ούτε ευχάριστο'.  
«'Συνειδητοποιεί' (*vijānāti*) γι' αυτό ονομάζεται  
συνείδηση (*viññāṇa*)».

*(SN Khajjanīyasuttam, MN Mahāvedallasuttam)*

Εν αντιθέσει με την γλώσσα, το κουτάλι ως άψυχο αντικείμενο δεν έχει συνείδηση όλων αυτών. Αυτή είναι και η διαφορά μεταξύ ύλης και έμβιων οργανισμών. Η ύλη αυτή καθ' εαυτή δεν έχει συνείδηση για να καταλάβει αυτά τα φαινόμενα της γεύσης ή άλλα φαινόμενα όπως ήχους, οσμές, οπτικά αντικείμενα, κλπ. όπως εμείς που

είμαστε έμβιοι οργανισμοί και διαθέτουμε όργανα μέσα από τα οποία η συνείδηση μπορεί να συνειδητοποιήσει τα φαινόμενα που υπάρχουν γύρω μας.

**Ορισμός της Συνείδησης**

- 1. Χαρακτηριστικό:** έχει το χαρακτηριστικό της επίγνωσης ή συνειδητοποίησης (*vijāṇana*) των νοητικών και υλικών αντικειμένων.
- 2. Λειτουργία:** έχει την λειτουργία να είναι πρόδρομος (*pubbaṅgama*) των νοητικών παραγόντων (*cetasika*), διότι ηγείται και συνοδεύεται πάντα από αυτούς.

Ως προς τα χαρακτηριστικά, η συνείδηση δεν συνειδητοποιεί μόνον υλικά φαινόμενα όπως οι οσμές, οι γεύσεις, κλπ. αλλά και νοητικά φαινόμενα όπως οι σκέψεις, οι ιδέες, οι αντιλήψεις, κλπ.

Ως προς την λειτουργία, οι νοητικοί παράγοντες όπως η επιθυμία, ο φόβος, η ζήλεια, κλπ. έπονται της συνείδησης. Π.χ. μόλις συνειδητοποιήσουμε ένα φαινόμενο μπορεί να νιώσουμε φόβο, ή να

νιώσουμε χαρά, ή να μας προκαλέσει επιθυμία. Έτσι η συνείδηση είναι ο πρόδρομος για να εμφανισθούν άλλα συναισθήματα μέσα μας.

**Ορισμός της Συνείδησης**

**3. Εκδήλωση:** έχει την εκδήλωση της σύνθεσης ή της συνένωσης μιας συνέχειας νοητικών διαδικασιών (*sandahana / sandhāna -raccupaṭṭhānaṃ*).

**4. Εγγύτατη αιτία:** η εγγύτατη αιτία είναι το Νοητό, δηλ. οί νοητικοί παράγοντες και η ύλη (*nāma-rūpa-padaṭṭhānaṃ*).

Λαμβάνει δηλ. ερεθίσματα είτε από υλικά φαινόμενα είτε από νοητικά. Όταν για παράδειγμα βλέπουμε ένα χρώμα, αυτό είναι ένα ερέθισμα για να εγερθεί η συνείδηση και να συνειδητοποιήσουμε αυτό το χρώμα. Όταν έχουμε μια ιδέα μέσα μας που είναι έντονη, αυτό είναι ένα ερέθισμα για να εγερθεί η συνείδηση και να συνειδητοποιήσουμε αυτή την ιδέα. Η συνείδηση εκτελεί διάφορες διαδικασίες σύμφωνα με συνθήκες και περιστάσεις.

Αυτό σημαίνει ότι δεν έχει μόνο μία μορφή αλλά μπορεί να πάρει διάφορες αποχρώσεις. Ανάλογα δε με τις περιστάσεις της δίνουμε και διαφορετικό όνομα. Για παράδειγμα, η συνείδηση στο μάτι είναι διαφορετική από την συνείδηση στο αυτί, η συνείδηση στην μύτη είναι διαφορετική από την συνείδηση στην γλώσσα κλπ.

**Η συνείδηση εκτελεί διάφορες διαδικασίες σύμφωνα με συνθήκες και περιστάσεις.**



**6 κατηγορίες συνείδησης σύμφωνα με τα αισθητήρια όργανα:**

- συνείδηση στο μάτι,
- συνείδηση στο αυτί,
- συνείδηση στην μύτη,
- συνείδηση στην γλώσσα,
- συνείδηση στο σώμα,
- συνείδηση στον νου



Από την καρμική ή ηθική άποψη, διακρίνονται 89 είδη συνείδησης.

**54** είδη συνείδησης που ανήκουν στην «ηδονική σφαίρα» της ύπαρξης, σχετιζόμενες με τις πέντε αισθήσεις, καθώς και με την επιθυμία για ηδονική ευχαρίστηση.

**15** είδη συνείδησης που ανήκουν στην «σφαίρα της λεπτοφυούς ύλης», σχετιζόμενες με τον ηρεμιστικό διαλογισμό και τις εκστάσεις (τζάνα) που βασίζονται σε αντικείμενα λεπτοφυούς ύλης.

**12** είδη συνείδησης που ανήκουν στην «άυλη σφαίρα», σχετιζόμενες με τον ηρεμιστικό διαλογισμό και τις εκστάσεις (τζάνα) που βασίζονται σε άυλα αντικείμενα, και τέλος

**8** είδη συνείδησης που ανήκουν στην «υπερκόσμια σφαίρα», σχετιζόμενες με τον διορατικό διαλογισμό (βιπάσσανα) και με τις υπερκόσμιες εκστάσεις (λοκουττάρα-τζάνα), που βασίζονται στην κατανόηση των τριών χαρακτηριστικών της ύπαρξης που είναι η αστάθεια, η ταλαιπωρία, και ο μη Εαυτός.



Μέσω του διορατικού διαλογισμού μπορεί κανείς να αναπτύξει την γνώση του σε μεγάλο βαθμό, να δει αυτά τα χαρακτηριστικά της ύπαρξης, να τα υπερβεί και να πραγματοποιήσει την Νιρβάνα σε τέσσερα στάδια.



Επανερχόμαστε στο θέμα μας που είναι οι διαστάσεις της συνείδησης. Η συνείδηση μπορεί να πάρει διάφορες μορφές και να εμφανισθεί σε διάφορες σφαίρες ύπαρξης. Παρακάτω δίνουμε μια ολοκληρωμένη εικόνα για το πού μπορεί να εμφανισθεί η συνείδηση.

## Κατάταξη της Συνείδησης σε Επίπεδα & Σφαίρες Ύπαρξης

<b>31 Επίπεδα Ύπαρξης</b>	Οδός & Καρπός της Αξιότητας (arahatta) Οδός & Καρπός της Μη Επιστροφής (anāgāmi) Οδός & Καρπός της Άπαξ Επιστροφής (sakadāgāmi) Οδός & Καρπός της Εισόδου στο Ρεύμα (sotāpatti)	<b>8 Είδη Υπερκόσμιας Συνείδησης (loluttara)</b>	
↓ <b>Άυλο Υλικό Επίπεδο (Arūra-bhūmi)</b> 4 Κόσμοι	- Ούτε Αντίληψη ούτε Μη Αντίληψη - Αντίληψη της Μηδαμινότητας - Άπειρη Συνείδηση - Άπειρο Διάστημα	<b>12 Είδη Συνείδησης της Άυλης Σφαίρας (Arūpāvacara-citta)</b>	Καλό- τυχοι Κόσμοι (Sugati)
<b>Λεπτοφυές Υλικό Επίπεδο (Rūpa-bhūmi)</b> 16 Κόσμοι	5 Άγνές Διαμονές για Μη Επιστρέφοντες 1 Κόσμος του Υλικού Σώματος μόνο 10 Κόσμοι των Θεών Βράχμα	<b>15 Είδη Συνείδησης της Λεπτοφυούς Υλικής Σφαίρας (Rūpāvacara-citta)</b>	
<b>Ηδονικό Επίπεδο (Kāma-bhūmi)</b> 11 Κόσμοι	6 Ηδονικοί Ουράνιοι Θεϊκοί Κόσμοι 1 Ανθρώπινος Κόσμος  4 Κόσμοι του Ξεπεσμού Ζώα, Φαντάσματα, Δαίμονες, Κόλαση	<b>54 Είδη Συνείδησης της Ηδονικής Σφαίρας (Kāmāvacara-citta)</b>	Κακό- τυχοι Κόσμοι

Από τον ανθρώπινο κόσμο και πάνω έχουμε τους ηδονικούς καλότυχους κόσμους, και αυτοί που γεννιούνται εκεί είναι αυτοί που έχουν κάνει καλές πράξεις. Αυτοί οι κόσμοι είναι προσιτοί μόνον από αυτούς που είναι ηθικά ανεπτυγμένοι, έχουν κάνει πολλές καλές πράξεις, και έχουν συσσωρεύσει μια καλή αποσκευή από αυτές, οι οποίες έχουν την δυναμικότητα μέσα τους να οδηγήσουν κάποιον σε επαναγέννηση σ' αυτούς τους ουράνιους κόσμους. Ο ανθρώπινος κόσμος είναι ένα μίγμα ευτυχίας και δυστυχίας, και είναι μία ενδιάμεση κατάσταση μεταξύ των ουράνιων θεϊκών κόσμων και των κόσμων του ξεπεσμού. Οι κόσμοι του ξεπεσμού ονομάζονται κακότυχοι διότι σ' αυτούς υπάρχει πολλή μιζέρια και δυστυχία.

Στους κόσμους του λεπτοφυούς και του άυλου επιπέδου γεννιούνται όσοι έχουν αναπτύξει τις εκστάσεις του ηρεμιστικού διαλογισμού. Στο άυλο επίπεδο γεννιέται κάποιος εάν πάρει ως αντικείμενο διαλογισμού κάποια από τις τέσσερις σφαίρες αυτού του επιπέδου όπως π.χ. το άπειρο διάστημα.

Στα επίπεδα της υπερκόσμιας συνείδησης γεννιούνται όσοι έχουν αναπτύξει τον διορατικό διαλογισμό. Όλα αυτά σε πολλούς ανθρώπους φαίνονται αδιανόητα, αλλά αυτοί που έχουν κάνει βαθύ διαλογισμό μπορούν να καταλάβουν την κατάσταση αυτών των κόσμων, οι οποίοι πρέπει να πούμε, δεν είναι κάτι σταθερό. Ανάλογα με τις πράξεις του μπορεί κανείς να γεννηθεί στο ένα ή στο άλλο επίπεδο, αλλά δεν μένει εκεί παντοτεινά. Υπάρχει ένα όριο στο διάστημα που μπορεί να μείνει κάποιος σε ένα επίπεδο. Ακόμα κι αν έχει γεννηθεί στο ανώτερο άυλο υλικό επίπεδο, μόλις ο χρόνος του εξαντληθεί, μπορεί να υποπέσει σε μία κατώτερη γέννηση όπως σαν άνθρωπος ή ακόμα και στους κόσμους του ξεπεσμού.

Αυτός ο κύκλος της επαναγέννησης σ' αυτούς του κόσμους ονομάζεται σανσάρα· ίσως έχετε ακούσει αυτή την λέξη που σημαίνει την συνεχή περιπλάνηση στον επώδυνο κύκλο του θανάτου και της επαναγέννησης μέσα στον πάντα ανήσυχο και κυματώδη ωκεανό της ζωής. Η αντίθεση σ' αυτή την περιπλάνηση είναι η ανάπτυξη των υπερκόσμιων συνειδήσεων μέσω του διορατικού διαλογισμού, έτσι ώστε να ελευθερωθεί απ' αυτή την συνεχή περιπλάνηση.

Εκεί ακριβώς αποσκοπεί η Βουδδιστική ψυχολογία και φιλοσοφία.

Κατάταξη της Συνείδησης σε Επίπεδα & Σφαίρες Ύπαρξης			
31 Επίπεδα Ύπαρξης	<ul style="list-style-type: none"> <li>Οδός &amp; Καρπός της Αξιότητας (arahatta)</li> <li>Οδός &amp; Καρπός της Μη Επιστροφής (anāgāmi)</li> <li>Οδός &amp; Καρπός της Απαξ Επιστροφής (sakadāgāmi)</li> <li>Οδός &amp; Καρπός της Εισόδου στο Ρεύμα (sotāpatti)</li> </ul>	8 Είδη Υπερκόσμιας Συνείδησης (loluttara)	
<b>Αυλο Υλικό Επίπεδο (Arūpa-bhūmi)</b> 4 Κόσμοι	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ούτε Αντίληψη ούτε Μη Αντίληψη</li> <li>- Αντίληψη της Μηδανιότητας</li> <li>- Άπειρη Συνείδηση</li> <li>- Άπειρο Διάστημα</li> </ul>	12 Είδη Συνείδησης της Αυλής Σφαίρας (Arūpāvacara-citta)	Καλό-τυχοι Κόσμοι
<b>Λεπτοφυές Υλικό Επίπεδο (Rūpa-bhūmi)</b> 16 Κόσμοι	<ul style="list-style-type: none"> <li>5 Άγνές Διαμονές</li> <li>1 Κόσμος του Υλικού Σώματος μόνο</li> <li>10 Κόσμοι των Θεών</li> </ul>	15 Είδη Συνείδησης της Λεπτοφυούς Υλικής Σφαίρας (Rūpāvacara-citta)	Καλοί Κόσμοι (Sugati)
<b>Ηδονικό Επίπεδο (Kāma-bhūmi)</b> 11 Κόσμοι	<ul style="list-style-type: none"> <li>1 Ανθρώπινο Κόσμος</li> <li>4 Κόσμοι του Σεξουαλικού</li> <li>6 Ηδονικοί Ουράνιοι Θεϊκοί Κόσμοι</li> <li>1 Ανθρώπινο Κόσμος</li> <li>4 Κόσμοι του Σεξουαλικού</li> <li>Ζωά, Φαντάσματα, Δαίμονες, Κόλαση</li> </ul>	54 Είδη Συνείδησης της Ηδονικής Σφαίρας (Kāmāvacara-citta)	Κακο-τυχοι Κόσμοι

Κατάταξη της Συνείδησης σε Επίπεδα & Σφαίρες Ύπαρξης			
31 Επίπεδα Ύπαρξης	<ul style="list-style-type: none"> <li>Οδός &amp; Καρπός της Αξιότητας (arahatta)</li> <li>Οδός &amp; Καρπός της Μη Επιστροφής (anāgāmi)</li> <li>Οδός &amp; Καρπός της Απαξ Επιστροφής (sakadāgāmi)</li> <li>Οδός &amp; Καρπός της Εισόδου στο Ρεύμα (sotāpatti)</li> </ul>	8 Είδη Υπερκόσμιας Συνείδησης (loluttara)	
<b>Αυλο Υλικό Επίπεδο (Arūpa-bhūmi)</b> 4 Κόσμοι	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ούτε Αντίληψη ούτε Μη Αντίληψη</li> <li>- Αντίληψη της Μηδανιότητας</li> <li>- Άπειρη Συνείδηση</li> <li>- Άπειρο Διάστημα</li> </ul>	12 Είδη Συνείδησης της Αυλής Σφαίρας (Arūpāvacara-citta)	Καλό-τυχοι Κόσμοι
<b>Λεπτοφυές Υλικό Επίπεδο (Rūpa-bhūmi)</b> 16 Κόσμοι	<ul style="list-style-type: none"> <li>5 Άγνές Διαμονές</li> <li>1 Κόσμος του Υλικού Σώματος μόνο</li> <li>10 Κόσμοι των Θεών</li> </ul>	15 Είδη Συνείδησης της Λεπτοφυούς Υλικής Σφαίρας (Rūpāvacara-citta)	Καλοί Κόσμοι (Sugati)
<b>Ηδονικό Επίπεδο (Kāma-bhūmi)</b> 11 Κόσμοι	<ul style="list-style-type: none"> <li>1 Ανθρώπινο Κόσμος</li> <li>4 Κόσμοι του Σεξουαλικού</li> <li>6 Ηδονικοί Ουράνιοι Θεϊκοί Κόσμοι</li> <li>1 Ανθρώπινο Κόσμος</li> <li>4 Κόσμοι του Σεξουαλικού</li> <li>Ζωά, Φαντάσματα, Δαίμονες, Κόλαση</li> </ul>	54 Είδη Συνείδησης της Ηδονικής Σφαίρας (Kāmāvacara-citta)	Κακο-τυχοι Κόσμοι

**«Η συνεχής περιπλάνηση» στον επώδυνο κύκλο του θανάτου και της επαναγέννησης μέσα στον πάντα ανήσυχο και κυματώδη ωκεανό της ζωής.**

Έτσι, παρ' όλο που αναφερθήκαμε στο λεπτοφυές των κοσμικών και υπερκόσμιων συνειδήσεων, στην πραγματικότητα αυτές είναι παροδικές, είναι εύθραυστες, και υπάρχει χρονικό όριο μέσα στις οποίες μπορεί να παραμείνει κάποιος που θα γεννηθεί εκεί.

Επαναλαμβάνουμε εδώ, ότι οι κοσμικές συνειδήσεις είναι 54 στην ηδονική σφαίρα, 15 στην λεπτοφυή σφαίρα, 12 στην άυλη σφαίρα, ενώ έχουμε και 8 υπερκόσμιες.



Θα δούμε αργότερα ότι αυτές οι 8 υπερκόσμιες συνειδήσεις αναλύονται περισσότερο, έτσι ώστε να φτάσουμε να έχουμε συνολικά 121 είδη συνείδησης.

Τρία βασικά  
σκαλοπάτια  
για τη γέννηση  
σε καλότυχους  
κόσμους:



Βασική προϋπόθεση για να γεννηθεί κάποιος σε καλότυχους κόσμους είναι η γενναιοδωρία, η ηθική διαγωγή και ο διαλογισμός.

Όλες οι συνειδήσεις που αναφέραμε μέχρι τώρα, κοσμικές και υπερκόσμιες, έχουν τέσσερεις φύσεις.

Κατάταξη της Συνείδησης σε 4 Φύσεις	
Φαύλη Συνείδηση	<i>akusala-citta</i>
Καλή Συνείδηση	<i>kusala-citta</i>
Επακόλουθη Συνείδηση	<i>vipāka-citta</i>
Λειτουργική Συνείδηση	<i>kiriya-citta</i>

(Η λειτουργική συνείδηση έχει κάποια λειτουργία χωρίς όμως να επιφέρει αλλαγή μέσα στον ψυχολογικό μας κόσμο.)

Αρχίζουμε από την φαύλη συνείδηση, λόγω του ότι αυτή είναι πιο πρόδηλη μέσα στον ανθρώπινο κόσμο, εν αντιθέσει με το καλό το οποίο σπανίζει ανάμεσα στους περισσότερους ανθρώπους τουλάχιστον.



Ονομάζεται φαύλη διότι συνδιάζεται με 14 φαύλους νοητικούς παράγοντες. Θα θυμάστε από προηγούμενα μαθήματα που είχαμε πει ότι η συνείδηση αυτή καθ' εαυτή δεν έχει ηθική αξία, αλλά απλώς την ικανότητα να συνειδητοποιεί ότι υπάρχει ένα αντικείμενο μπροστά μας. Παίρνει όμως την απόχρωση της καλής ή της φαύλης από τους νοητικούς παράγοντες που την ακολουθούν. Δίνουμε παρακάτω τους 14 φαύλους νοητικούς παράγοντες που δίνουν στην συνείδηση την απόχρωση της φαυλότητας.

14 Φαύλοι Νοητικοί Παράγοντες	
1. αυταπάτη	<i>moho</i>
2. μη ντροπή/αδιαντροπιά	<i>ahirika</i>
3. μη ηθικός φόβος	<i>anottara</i>
4. ανησυχία	<i>uddhaca</i>
5. απληστία	<i>lobho</i>
6. λανθασμένη νόηση	<i>ditthi</i>
7. υπερηφάνεια/αλαζονεία	<i>māno</i>
8. μίσος	<i>doso</i>
9. ζήλια	<i>issā</i>
10. φιλαργυρία	<i>macchariya</i>
11. τύψη	<i>kukkucca</i>

## 14 Φαύλοι Νοητικοί Παράγοντες

12. νωθρότητα

*thīna*

13. υπνηλία

*middha*

14. αμφιβολία

*vicikicchā*

Θα μιλήσουμε τώρα όχι μόνον για την φύση αλλά και για τις ρίζες της φαύλης συνείδησης.



### Οι Ρίζες της Φαύλης Συνείδησης



απληστία, μίσος,  
αυταπάτη

*lobha, dosa,  
moha*

Βλέπουμε εδώ ότι η φαύλη συνείδηση έχει ως ρίζες της την απληστία, το μίσος, και την αυταπάτη. Στις ομιλίες του Βούδδα βρίσκουμε τον ορισμό του τί σημαίνει φαύλη ρίζα, πώς δηλαδή εγείρεται η φαύλη συνείδηση μέσα μας.

Στο ερώτημα ποιά είναι η ρίζα του φαύλου, έχουμε ως απάντηση: την απληστία, το μίσος, και την αυταπάτη.



«Και ποιά είναι η ρίζα του φαύλου (*akusala-mūla*);

- Η **απληστία** (*lobho*) είναι η ρίζα του φαύλου,
- το **μίσος** (*dosō*) είναι ρίζα του φαύλου,
- η **αυταπάτη** (*moḥo*) είναι η ρίζα του φαύλου.

Αυτή ονομάζεται η ρίζα του φαύλου».

(MN 11, *Sammā-ditṭhi-sutta*)

### Οι Ρίζες της Φαύλης Συνείδησης



απληστία, μίσος,  
αυταπάτη

Επειδή είναι νοητικά  
ανθυγιεινή, ηθικά  
κατακριτέα και  
παραγωγός οδυνηρών  
αποτελεσμάτων.

Ονομάζεται φαύλη επειδή είναι νοητικά ανθυγιεινή, ηθικά κατακριτέα, και παραγωγός οδυνηρών αποτελεσμάτων. Ανάλογα λοιπόν με τα αποτελέσματα που παράγονται από τον συνδιασμό της με διάφορους νοητικούς παράγοντες, κρίνουμε εάν μια συνείδηση είναι φαύλη ή όχι. Όταν είναι παραγωγός οδυνηρών αποτελεσμάτων, όταν μας φέρνει πόνο και ταλαιπωρία, θλίψη και άγχος, σημαίνει ότι κάτι δεν πάει καλά, ότι κάτι φαύλο συμβαίνει μέσα μας που πρέπει να το εξετάσουμε.

Έτσι στον Βουδδισμό, δεν ονομάζουμε αυθαίρετα μία συνείδηση ως φαύλη, παρά μόνον εάν φέρνει πόνο και οδύνη σε μας και στους άλλους.

### Οι Ρίζες της Φαύλης Συνείδησης



απληστία, μίσος,  
αυταπάτη

**Απληστία:** Στην περίπτωση ενός επιθυμητού αντικειμένου, προκύπτει κατά κανόνα, προσκόλληση.

**Μίσος:** Στην περίπτωση ενός ανεπιθύμητου αντικειμένου, συνήθως υπάρχει αποστροφή.

Η απληστία και το μίσος είναι δύο αντίθετες δυνάμεις, όπου στην πρώτη νιώθουμε επιθυμία και προσκόλληση ενώ στην δεύτερη νιώθουμε αποστροφή.

<b>Συνώνυμες Λέξεις της Απληστίας</b>		
πλεονεξία, λαχτάρα, πόθος, πάθος, έλξη, σφοδρά επιθυμία, άμετρος επιθυμία, καημός, αρέσκεια, ορμή, λαγνεία, ασέλγεια, ηδονισμός,	λαιμαργία, ορέξεις, φιλαυτία, στοργή, αγάπη, προσκόλληση, προσμονή, προσδοκία, ζήτηση, απαίτηση,	ελπίδα, αδημονία, ανυπομονησία αγωνία, επιδίωξη, ενθουσιασμός, φιλοδοξία, ...

<b>Συνώνυμες Λέξεις του Μίσους</b>	
έχθρα, οργή, τσαντίλα, εξοργισμός, εκνευρισμός, αποστροφή, αντιπάθεια, απέχθεια, αηδία, αποκρουστικότητα, φθόνος,	αποτροπιασμός, απώθηση, μνησικακία, κακοβουλία, δυσαρέσκεια, άχτι, μοχθηρία, κακία, χαιρεκακία, σαδισμός, επιθετικότητα

Άλλες μορφές μίσους είναι:

ο φόβος (διότι όταν έχουμε μία αποστροφή για κάτι, βλέπουμε ενδόμυχα και μία απειλή άρα υπάρχει φόβος), η ζήλεια (διότι έχουμε κάποια αντιπάθεια για μερικούς ανθρώπους που έχουν πετύχει ή νομίζουμε ότι έχουν πετύχει καλύτερα από εμάς), η λύπη (διότι είναι μια δυσαρέσκεια που έχουμε μέσα μας και μισούμε το γεγονός ότι χάσαμε κάτι ή κάποιον), η θλίψη το ίδιο, η κατάθλιψη και το άγχος (διότι αισθανόμαστε πίεση μέσα μας για κάτι και αυτό είναι δυσάρεστο).

<b>Συνώνυμες Λέξεις της Αυταπάτης</b>	
σύγχυση, αμηχανία, αβεβαιότητα, αοριστία, πελάγωμα, άγνοια, έλλειψη γνώσης, έλλειψη κατανόησης,	ψευδαίσθηση, φαντασία, φαντασιοκοπία, φαντασιοπληξία, ονειροπόληση

### Αυταπάτη **Moha**

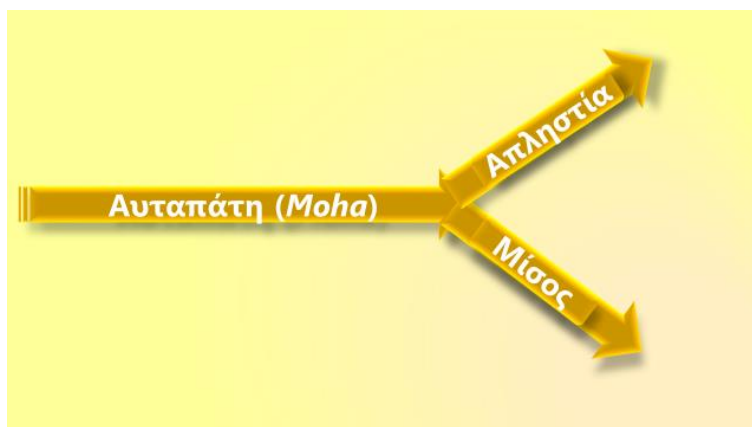
Η αυταπάτη (*moha*) είναι κοινή και για την απληστία (*lobha*) και για το μίσος (*dosa*).

Έτσι η απληστία και το μίσος δεν εμφανίζονται μόνα τους, αλλά πάντα σε συνδυασμό με την αυταπάτη.

Ο άνθρωπος που έχει αυταπάτη, είναι συνήθως και άπληστος, εχθρικός και οξύθυμος.

### Αυταπάτη **Moha**

Η αυταπάτη (*moha*), από την άλλη πλευρά, μπορεί να εγερθεί και μεμονωμένα — επομένως ονομάζεται «*motūha*», έντονη αυταπάτη.



Καλή Συνείδηση  
*kusala-citta*

25 Καλοί  
Νοητικοί Παράγοντες

25 Καλοί Νοητικοί Παράγοντες

1. πίστη στην καλοσύνη	<i>saddhā</i>
2. μνήμη	<i>sati</i>
3. ηθική ντροπή	<i>hiri</i>
4. ηθικός φόβος	<i>ottappa</i>
5. μη απληστία	<i>alobho</i>
6. μη μίσος	<i>adoso</i>
7. αμεροληψία	<i>tatramajjhataṭṭā</i>

8. ηρεμία του σώματος	<i>kāyapassaddhi</i>
9. ηρεμία του νου	<i>cittapassaddhi</i>
10. ελαφρότητα του σώματος	<i>kāyalahutā</i>
11. ελαφρότητα του νου	<i>cittalahutā</i>
12. ευκαμψία του σώματος	<i>kāyamudutā</i>
13. ευκαμψία του νου	<i>cittamudutā</i>

14. ευστροφία του σώματος	<i>kāyakamaññatā</i>
15. ευστροφία του νου	<i>cittakamaññatā</i>
16. δυναμικότητα του σώματος	<i>kāyapāguññatā</i>
17. δυναμικότητα του νου	<i>cittapāguññatā</i>
18. ευθύτητα του σώματος	<i>kāyujjukatā</i>
19. ευθύτητα του νου	<i>cittujjukatā</i>

20. ορθός λόγος	<i>sammā-vācā</i>
21. ορθή πράξη	<i>sammā-kammanto</i>
22. ορθός βιοπορισμός	<i>sammā-ājīvo</i>
23. συμπόνια	<i>karuṇā</i>
24. συμπαθητική χαρά	<i>muditā</i>
25. σοφία (νοημοσύνη)	<i>paññā</i>

Δίνουμε παρακάτω τους 25 καλούς νοητικούς παράγοντες που δίνουν στην συνείδηση την απόχρωση της καλωσύνης.



Οι Ρίζες της Καλής Συνείδησης



μη απληστία, μη μίσος, *alobha, adosa,*  
μη αυταπάτη *amoha*

Στις ομιλίες του Βούδδα τίθεται το ακόλουθο ερώτημα:

«Και ποιά είναι η ρίζα του καλού (*kusala-mūla*);

- Η μη απληστία (*alobho*) είναι η ρίζα του καλού,
- το μη μίσος (*adoso*) είναι ρίζα του καλού,
- η μη αυταπάτη (*amoho*) είναι η ρίζα του καλού.

Αυτή ονομάζεται η ρίζα του καλού».  
(MN 11, *Sammā-ditṭhi-sutta*)

Οι Ρίζες της Καλής Συνείδησης



μη απληστία = γενναιοδωρία  
μη μίσος = φιλικότητα (*mettā*)  
μη αυταπάτη = γνώση, σοφία

## Οι Ρίζες της Καλής Συνείδησης



μη απληστία, μη  
μίσος, μη αυταπάτη

Επειδή είναι νοητικά  
υγιεινή, ηθικά ακατάκριτη  
και παραγωγός ευχάρι-  
στων αποτελεσμάτων.

Εκ του αποτελέ-  
σματος βλέπουμε ότι  
όποιος έχει αυτές τις  
ρίζες μέσα του,  
νιώθει χαρά, ευφο-  
ρία, ευτυχία.



Οι νοητικοί παράγοντες και στις δύο περιπτώσεις δεν εγείρονται αναγκαστικά όλοι μαζί αλλά μπορεί να εγερθούν μόνο με την απληστία στην φαύλη συνείδηση για παράδειγμα. Στην περίπτωση της καλής συνείδησης, αυτή μπορεί να συνδιασθεί με μη απληστία αλλά ποτέ συγχρόνως και με μη μίσος· αυτά τα δύο συνδιάζονται ξεχωριστά. Η μη αυταπάτη όμως πρέπει οπωσδήποτε να υπάρχει ώστε να εγερθεί η καλή συνείδηση.

## Εκούσιες Πράξεις (Kamma)



Μέσω της καλής και της φαύλης συνείδησης γίνονται οι εκούσιες πράξεις, το κάρμα ή κάμμα όπως το ονομάζουμε. Μπορεί να κάνουμε μία πράξη απληστίας ή μη απληστίας. Μπορεί να κάνουμε μια πράξη με μίσος αλλά και χωρίς μίσος.

Τυπικά καθορισμένη, μια ρίζα είναι ένας νοητικός παράγοντας που εγκαθιστά εμμονή και σταθερότητα στις συνειδήσεις και στους νοητικούς παράγοντες με τους οποίους συνδέεται.

Έτσι λέγεται ότι εκείνες οι συνειδήσεις που έχουν ρίζες είναι έμμονες και σταθερές, όπως τα δέντρα, ενώ εκείνες που είναι άρριζες είναι αδύναμες και ασταθείς, όπως τα βρύα.



#### Κατάταξη της Συνείδησης σε 4 Φύσεις

##### Επακόλουθη Συνείδηση (*viṛāka*)

Αυτός ο τύπος συνείδησης εγείρεται ως αναπόφευκτο επακόλουθο, αποτέλεσμα, ή συνέπεια, των φαύλων και καλών συνειδήσεων και ονομάζεται επακόλουθη συνείδηση (*viṛāka*).

Όταν εμφανίζονται τα επακόλουθα ή τα αποτελέσματα του *Kamma*, είναι αυτές οι επακόλουθες συνειδήσεις (*cittas*) που βιώνουν την ωρίμανση του *Kamma* (δηλ. των φαύλων ή καλών εκούσιων πράξεων).

Στα προηγούμενα μαθήματα είχαμε μιλήσει για τον νόμο του κάρμα, ότι δηλ. πίσω από κάθε πράξη υπάρχει μια πρόθεση, και αυτή η πρόθεση μπορεί να καλή ή φαύλη.





Η φαύλη πρόθεση φέρνει φαύλη πράξη με φαύλο επακόλουθο το οποίο με την σειρά του δίνει ξανά φαύλη πρόθεση, κάνοντας έτσι τον φαύλο κύκλο να συνεχίζεται.



Μετά έχουμε την καλή πρόθεση και την καλή πράξη που φέρνει καλό επακόλουθο, το οποίο με την σειρά του δίνει ξανά καλή πρόθεση, δημιουργώντας έτσι έναν ενάρετο κύκλο.

Η τέταρτη και τελευταία φύση της συνείδησης είναι η λειτουργική.

**Κατάταξη της Συνείδησης σε 4 Φύσεις**

**Λειτουργική (kiriya)**

Ο τέταρτη φύση συνείδησης ονομάζεται *Kiriya*, η οποία μεταφράζεται ως «καρμικά αναποτελεσματική» «αδρανής», ή «απλά λειτουργική».

Η λειτουργική συνείδηση έχει κατά κάποιον τρόπο μια μηχανική φύση η οποία δεν συνεισφέρει απ' ευθείας σε καρμικές πράξεις.


**Επακόλουθη Συνείδηση (virāka)**      **Λειτουργική (kiriya)**

Η επακόλουθη και η λειτουργική συνείδηση δεν είναι ούτε καλές ούτε φαύλες.



Η επακόλουθη και η λειτουργική συνειδηση δεν είναι ούτε καλές ούτε φαύλες. Αντ' αυτού, και οι δύο ταξινομούνται ως απροσδιόριστες (*αμπιάκατα*), δηλαδή, συνειδήσεις που δεν μπορούν να προσδιορισθούν από την άποψη της διχοτόμησης των καλών και φαύλων συνειδήσεων.

Είναι με λίγα λόγια παθητικές συνειδήσεις, καλές ή κακές, ανάλογα με την πράξη που έχει κάνει κάποιος. Η ενεργητική πλευρά είναι η ίδια η πράξη.

Κατάταξη της Συνειδησης σε Επίπεδα & Σφαίρες Ύπαρξης			
	Οδός & Καρπός της Αξιότητας Οδός & Καρπός της Μη Επιστροφής Οδός & Καρπός της Άπαξ Επιστροφής Οδός & Καρπός της Εισόδου στο Ρεύμα	( <i>arahatta</i> ) ( <i>anāgāmi</i> ) ( <i>sakadāgāmi</i> ) ( <i>sotāpatti</i> )	<b>8 Είδη Υπερκόσμιας Συνειδησης (<i>loluttara</i>)</b>
<b>31 Επίπεδα Ύπαρξης</b>	- Ούτε Αντίληψη ούτε Μη Αντίληψη - Αντίληψη της Μηδαμινότητας - Άπειρη Συνειδηση - Άπειρο Διάστημα	12 Είδη Συνειδησης της Άυλης Σφαίρας ( <i>Arūpāvacara-citta</i> )	Καλό-τυχοι Κόσμοι ( <i>Sugati</i> )
<b>Άυλο Υλικό Επίπεδο (<i>Arūpa-bhūmi</i>)</b> 4 Κόσμοι	5 Άγνές Διαμονές για Μη Επιστρέφοντες 1 Κόσμος του Υλικού Σώματος μόνο 10 Κόσμοι των Θεών Βράχμα	15 Είδη Συνειδησης της Λεπτοφυούς Υλικής Σφαίρας ( <i>Rūpāvacara-citta</i> )	 Κακό-τυχοι Κόσμοι
<b>Λεπτοφυές Υλικό Επίπεδο (<i>Rūpa-bhūmi</i>)</b> 16 Κόσμοι	6 Ηδονικοί Ουράνιοι Θεϊκοί Κόσμοι 1 Ανθρώπινος Κόσμος 4 Κόσμοι του Ξεπεσμού <i>Ζωα, Φαντάσματα, Δαίμονες, Κόλποση</i>	54 Είδη Συνειδησης της Ηδονικής Σφαίρας ( <i>Kāmañvacara-citta</i> )	
<b>Ηδονικό Επίπεδο (<i>Kāma-bhūmi</i>)</b> 11 Κόσμοι			

### **Οι Φαύλες Συνειδήσεις (Α' μέρος)**

Καλησπέρα σε όλους εσάς. Όπως κάθε Πέμπτη, συνεχίζουμε τα μαθήματα ψυχολογίας και φιλοσοφίας πάνω στις Υπέρτατες Πραγματικότητες όπως αναφέρονται στις Ομιλίες του Βούδδα. Σήμερα θα κάνουμε μια μερική ανακεφαλαίωση, ένα επαναληπτικό μάθημα για τις διαστάσεις που μπορεί να πάρει η συνείδηση και για τους διάφορους νοητικούς παράγοντες. Παρ' όλο που έχουμε την εντύπωση ότι η συνείδηση είναι ένα πράγμα, εν τούτοις αυτή μπορεί να πάρει πολλές μορφές λόγω του ότι συνδιάζεται με διάφορους παράγοντες. Έτσι μπορούμε να έχουμε καλές ή φαύλες συνειδήσεις και είχαμε μιλήσει για τους κόσμους που εμφανίζονται αυτές οι συνειδήσεις. Την συνείδηση την είχαμε κατατάξει σε επίπεδα ή σε σφαίρες και είχαμε πει ότι υπάρχουν 31 επίπεδα ύπαρξης.

*(Ο Μπάντε κάνει εδώ μια επαναληπτική εξήγηση πάνω στα 31 επίπεδα ύπαρξης, όπως παρουσιάζονται στον χάρτη της διπλανής σελίδας).*

Οι Κοσμικές συνειδήσεις είπαμε ότι είναι 54 στο ηδονικό επίπεδο, 15 στο λεπτοφυές υλικό επίπεδο, και 12 στο άυλο επίπεδο= 81 είδη συνείδησης. Οι Υπερκόσμιες συνειδήσεις είναι 8, και προστιθέμενες στις 81 έχουμε συνολικά 89 είδη συνείδησης που μπορεί να συμβούν στον νου ενός ανθρώπου, ανάλογα με το πώς έχει αναπτύξει κανείς αυτόν τον νου. Είχαμε κατατάξει επίσης την συνείδηση σε 4 φύσεις.

#### **Κατάταξη της Συνείδησης σε 4 Φύσεις**

**Φαύλη Συνείδηση**

*akusala-citta*

**Καλή Συνείδηση**

*kusala-citta*

**Επακόλουθη Συνείδηση**

*vipāka-citta*

**Λειτουργική Συνείδηση**

*kiriya-citta*

Θα μιλήσουμε σήμερα για την φαύλη συνείδηση που είναι τόσο συνηθισμένη στον ανθρώπινο κόσμο και τόσο πρόδηλη.

Όπως έχουμε αναφέρει και σε προηγούμενα μαθήματα, η συνείδηση αυτή καθ' εαυτή είναι ουδέτερη, χωρίς να έχει μέσα της κανένα είδος ηθικής αξίας. Όταν όμως συνδιαστεί με ορισμένους νοητικούς παράγοντες οι οποίοι την τροποποιούν και της δίνουν αποχρώσεις τότε ονομάζεται καλή ή φαύλη. Οι φαύλοι νοητικοί παράγοντες είναι 14 και οι καλοί είναι 25.

Π.χ. ένας συνδιασμός νοητικών παραγόντων με την συνείδηση ριζωμένη στην απληστία. Πρώτα έχουμε την συνείδηση που είναι ουδέτερη. Μόλις όμως συνδιαστεί με ένα αίσθημα ευαρέσκειας, στην συνέχεια με πρόθεση και απληστία, και τέλος με λανθασμένη νόηση, τότε γίνεται φαύλη.

14 Φαύλοι Νοητικοί Παράγοντες	
1. <b>αυταπάτη</b>	<i>moha</i>
2. <b>μη ντροπή/αδιαντροπία</b>	<i>ahirika</i>
3. <b>μη ηθικός φόβος</b>	<i>anottapa</i>
4. <b>ανησυχία</b>	<i>uddhaca</i>
5. <b>απληστία</b>	<i>lobha</i>
6. <b>λανθασμένη νόηση</b>	<i>ditṭhi</i>
7. <b>υπερηφάνεια/αλαζονεία</b>	<i>māna</i>
8. <b>μίσος</b>	<i>dosa</i>
9. <b>ζήλια</b>	<i>issā</i>
10. <b>φιλαργυρία</b>	<i>macchariya</i>
11. <b>τύψη</b>	<i>kukkucca</i>
12. <b>νωθρότητα</b>	<i>thīna</i>
13. <b>υπνηλία</b>	<i>middha</i>
14. <b>αμφιβολία</b>	<i>vicikicchā</i>

Η Αυταπάτη είναι η έλλειψη γνώσης και μία από τις ρίζες των φαύλων νοητικών παραγόντων. Η Απληστία είναι ένας σημαντικός νοητικός παράγοντας για να αποκαλέσουμε μία συνείδηση φαύλη. Το Μίσος επίσης είναι μία ρίζα και ένας σημαντικός φαύλος νοητικός παράγοντας. Είχαμε μιλήσει για τις ρίζες των συνειδήσεων, ότι όταν ριζώνουν σε φαύλους νοητικούς παράγοντες λέγονται φαύλες.

## Οι Ρίζες της Φαύλης Συνείδησης



### Φαύλη Συνείδηση



απληστία, μίσος,  
αυταπάτη

Επειδή είναι νοητικά  
ανθυγιεινή,  
ηθικά κατακριτέα  
και παραγωγός  
οδυνηρών  
αποτελεσμάτων.

**lobha, dosa,  
moha**

Λέγεται φαύλη διότι είναι νοητικά ανθυγιεινή, ηθικά κατακριτέα και παραγωγός οδυνηρών αποτελεσμάτων όπως ταλαιπωρία και ψυχολογικά προβλήματα.

### Φαύλη Συνείδηση



απληστία, μίσος,  
αυταπάτη

**Απληστία:** Στην περίπτωση ενός επιθυμητού αντικειμένου, προκύπτει κατά κανόνα προσκόλληση.

**Μίσος:** Στην περίπτωση ενός ανεπιθύμητου αντικειμένου, προκύπτει συνήθως αποστροφή.

Εδώ έχουμε τις δύο αντίθετες δυνάμεις: την έλξη και την απώθηση. Ο νους μας ελκύεται και απωθείται από πράγματα και καταστάσεις σύμφωνα με τους νόμους της φυσικής.

Όταν η έλξη είναι έντονη χρησιμοποιούμε όρους όπως η απληστία, όπου στην περίπτωση ενός επιθυμητού αντικειμένου, προκύπτει κατά κανόνα προσκόλληση. Όταν η απώθηση είναι έντονη μιλάμε για μίσος, όπου στην περίπτωση ενός ανεπιθύμητου αντικειμένου, προκύπτει συνήθως αποστροφή.

Όταν αυτές λοιπόν οι δυνάμεις είναι έντονες, μπορεί να εμφανισθούν με την μορφή προσκόλλησης ή αποστροφής και να φέρουν αναταραχή μέσα στον νου. Αυτή η αναταραχή μπορεί να θολώσει τον νου και να ωθήσει το άτομο να κάνει φαύλες πράξεις.

Η απληστία καλύπτει όλους τους βαθμούς της εγωιστικής επιθυμίας, της λαχτάρας, και της προσκόλλησης. Μερικές φορές είναι η επιδίωξη περισσότερων από όσα αναλογούν σε κάποιον, συνήθως εις βάρος τρίτων.

### Απληστία

1. Το χαρακτηριστικό της είναι το άρπαγμα/τσάκωμα / γράπωμα ενός αντικειμένου.
2. Η λειτουργία της είναι να κολλάει, όπως το κρέας κολλάει σε ένα καυτό τηγάνι.
3. Η εκδήλωσή της είναι η μη παραίτηση.
4. Η εγγύτατη αιτία της είναι να βλέπει την απόλαυση σε πράγματα που οδηγούν στον δεσμό.

### Μη Απληστία

1. Το χαρακτηριστικό της είναι η έλλειψη επιθυμίας του νου για το αντικείμενο του, ή η μη προσκόλληση στο αντικείμενο· όπως μία σταγόνα νερό σε ένα φύλλο λωτού.



2. Η λειτουργία της είναι να μη κολλάει.
3. Η εκδήλωσή της είναι το ξεκόλλημα.
4. Η εγγύτατη αιτία της είναι το αντικείμενο του ξεκολλήματος ή η συνετή προσοχή.

Τέτοιου είδους συνείδηση που περιλαμβάνει τον νοητικό παράγοντα της μη απληστίας, συμβαίνει καμιά φορά μέσα μας. Βλέπουμε για παράδειγμα κάτι επιθυμητό, αλλά μετά από λίγο παύει να μας επηρεάζει και να θέλουμε να το αποκτήσουμε.

Θα πρέπει επίσης να γίνει κατανοητό, ότι η μη απληστία δεν είναι μόνο η απλή απουσία της απληστίας, αλλά και η παρουσία θετικών αρετών, όπως η γενναιοδωρία, ο αλτρουϊσμός και η απάρνηση υλικών και νοητικών αποκτημάτων.



### Μίσος

1. Το χαρακτηριστικό του είναι η αγριότητα.
2. Η λειτουργία του είναι η εξάπλωση, ή το κάψιμο της δικιάς του υποστήριξης, δηλαδή του νου και του σώματος εντός του οποίου εγείρεται.
3. Η εκδήλωσή του είναι η βλάβη, όπως ένας εχθρός που βρίσκει την ευκαιρία του να βλάψει.
4. Η εγγύτατη αιτία του είναι η αφορμή για μνησικακία.

### Μη Μίσος

1. Το χαρακτηριστικό του είναι η έλλειψη αγριότητας ή η μη εναντιότητα, όπως ένας ευγενικός φίλος.
2. Η λειτουργία του είναι η αφαίρεση της μνησικακίας ή η αφαίρεση του πυρετού του νου, όπως το δροσιστικό και καταπραυντικό βάλαμο.
3. Η εκδήλωσή του είναι η τερπνότητα, όπως η θέαση της πανσέληνου.
4. Η εγγύτατη αιτία του είναι η συνετή προσοχή.

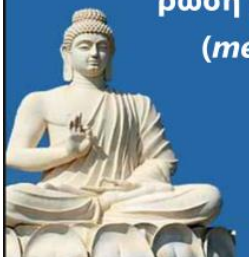
Όταν δεν έχουμε μίσος αλλά μια φιλική διάθεση προς τους άλλους, όταν δεν έχουμε αγριότητα μέσα μας, τότε δεν αισθανόμαστε και ενόχληση. Έτσι μπορούμε να συγ-

χωρίσουμε πολύ εύκολα όχι μόνον άλλα άτομα, αλλά και τον ίδιον μας τον εαυτό.

Το μη μίσος περιλαμβάνει θετικές αρετές όπως:  
την φιλικότητα (*μέττα*),  
την ευγένεια,  
την πραότητα, κλπ.

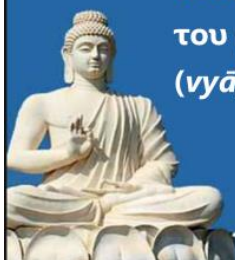
Γι' αυτό λέει ο Βούδδας:

«Αυτή είναι η διαφυγή από το μίσος /την  
κακοβουλία (*vyāpāda*), δηλαδή η απελευθέ-  
ρωση του νου μέσω της φιλικότητας  
(*mettā ceto-vimutti*)».



(AN Nissāraṇīyasutta)

«Η φιλικότητα (*mettā*) πρέπει να  
αναπτυχθεί για την εγκατάλειψη  
του μίσους / της κακοβουλίας,  
(*vyāpāda*)».



(AN Sambodhisuttaṃ)

Ο άνθρωπος που καλλιεργεί την φιλική διάθεση μέσα του δεν αισθάνεται μίσος. Η φιλικότητα είναι συνώνυμη λέξη με το μη μίσος κι αυτός που είναι φιλικός σημαίνει ότι δεν είναι εχθρός, δεν έχει μέσα του εχθρότητα και αγριότητα.

#### Η Φιλικότητα (*mettā*)—Το Μη Μίσος

1. Το **χαρακτηριστικό** της είναι να προάγει την ευημερία των έμβιων όντων.
2. Η **λειτουργία** της είναι να προτιμά την ευημερία τους.
3. Η **εκδήλωση** της είναι η εξαφάνιση της ενόχλησης, της κακοβουλίας και του θυμού.
4. Η **εγγύτατη αιτία** της είναι να βλέπει την ευχάριστη ή την θετική πλευρά των όντων (*manārabhāva*).

Υπάρχουν τέτοιες στιγμές στην ζωή μας (αν και σπάνιες για μερικούς) που δεν ενοχλούμαστε από τους άλλους, και προτιμούμε να βλέπουμε την θετική και ευχάριστη πλευρά τους παρά την αρνητική και δυσάρεστη αυτών, καταφέρνοντας έτσι να μην αγχωνόμαστε και να μην εκνευριζόμαστε μαζί τους.

Περνάμε τώρα στην τρίτη φαύλη ρίζα, την αυταπάτη.



Ποιές είναι οι άλλες λέξεις για την αυταπάτη; Άγνοια, μη γνώση, σύγχυση, μη κατανόηση, απερισκεψία, ψευδαισθηση, φαντασία, φαντασιοκόπημα, ονειροπόληση, αμηχανία. Συνδιάζεται με άλλες φαντασιώσεις που έχουμε για τον εαυτόν μας, όπως:



### **Αυταπάτη (Moha)**

- 1. Το χαρακτηριστικό** της είναι η νοητική τυφλότητα ή η μη γνώση (aññāṇa)
- 2. Η λειτουργία** της είναι η μη διείσδυση στην πραγματική φύση ενός αντικειμένου ή η απόκρυψη της πραγματικής του φύσης.
- 3. Η εκδήλωσή** της είναι η απουσία της σωστής πρακτικής ή το νοητικό σκοτάδι.
- 4. Η εγγύτατη αιτία** της είναι η ασύνετη προσοχή (ayoniso manasikāra).

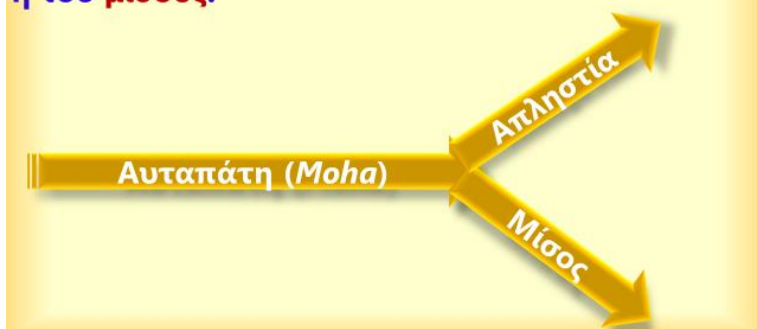
Η αυταπάτη θα πρέπει να θεωρηθεί ως η κύρια ρίζα όλων αυτών των συνειδησεων που είναι φαύλες.



Για παράδειγμα, όταν έχουμε αυταπάτη μπορεί να έχουμε και αβεβαιότητα ή αμφιβολία για κάτι: «Πώς να το κάνω αυτό; γιατί να το κάνω; για ποιόν λόγο;» Ο νους βρίσκεται σε ένα νοητικό σκοτάδι, σε μια θολότητα, χωρίς να έχει την κατάλληλη γνώση για να κάνει αυτό που πρέπει, ή να κάνει κάτι λανθασμένα λόγω της ασύνετης προσοχής.

Αυτός που έχει συγχισμένο νου μπορεί να επιθυμεί πράγματα ή να μισεί πράγματα, τα οποία μπορούν να τον οδηγήσουν στην οδύνη, στην ταλαιπωρία και στην μιζέρια.

**Η αυταπάτη οδηγεί στην έγερση της απληστίας ή του μίσους.**



Η αυταπάτη οδηγεί στην έγερση της απληστίας ή του μίσους.

Είναι πάντα παρούσα ως ρίζα σε συνειδήσεις που συνοδεύονται από απληστία και μίσος.

Έτσι η απληστία και το μίσος δεν εμφανίζονται μόνα τους, αλλά πάντα σε συνδιασμό με την αυταπάτη! Η αυταπάτη από την άλλη πλευρά, μπορεί να εγερθεί και μεμονωμένα· τότε ονομάζεται *μομούχα*, δηλ. έντονη αυταπάτη.

Σε αντιπαράθεση έχουμε την μη αυταπάτη.

#### **Μη Αυταπάτη (Amoha)**

**1. Το χαρακτηριστικό** της είναι η διεισδυτική κατανόηση των φαινομένων σύμφωνα με την έμφυτη φύση τους (*yathā-sabhāva*).

**2. Η λειτουργία** της είναι να φωτίζει το αντικειμενικό πεδίο όπως ένας λύχνος, με το να καταργεί το σκοτάδι της αυταπάτης που κρύβει την έμφυτη φύση των φαινομένων.

**3. Η εκδήλωσή** της είναι η μη σύγχυση, δηλ. η σαφήνεια, η διαύγεια ή η σαφής διάκριση.

**4. Η εγγύτατη αιτία** της είναι η συνετή προσοχή (*yoniso manasikāra*).

Για παράδειγμα, εάν ένας άνθρωπος που μισεί διάφορα πράγματα γύρω του, διάφορες καταστάσεις, που βρίσκει συνεχώς σφάλματα στους άλλους, αρχίζει να σκέφτεται συνετά, δηλ. αρχίζει να καταλαβαίνει πόσο υποφέρει κουβαλώντας τέτοιο μίσος μέσα του, αρχίζει να βλέπει την ταλαιπωρία μέσα στην οποία βρίσκεται ο ίδιος, κι ότι αυτό το μίσος που θρέφει μέσα του στρέφεται τελικά εναντίον του, τότε σταδιακά αρχίζει να αποβάλλει αυτό το μίσος από μέσα του· και αντιλαμβανόμενος ότι όλες οι καταστάσεις της ζωής στις οποίες εμπλεκόμαστε, αγχωνόμαστε, και εκνευριζόμαστε, είναι παροδικές και έχουν μια φευγαλέα φύση, τότε για ποιόν λόγο να αγχώνεται και να εκνευρίζεται; Έτσι, με την συνετή προσοχή είναι πολύ εύκολο για κάποιον να αποβάλλει το μίσος από μέσα του.

**Συνώνυμες λέξεις της μη αυταπάτης είναι:**

**σοφία (ραῖḥā),  
καθαρή γνώση (ñāṇa)**

Το να είναι κάποιος σοφός, σημαίνει ότι δεν είναι άπληστος, δεν έχει μίσος μέσα του, και έχει διαύγεια και σαφήνεια στον νου του.

Περνάμε τώρα στις φαύλες συνειδήσεις τις οποίες είχαμε αναφέρει και σε προηγούμενο μάθημα, αλλά αυτή την φορά θα δώσουμε παραδείγματα από την καθημερινή ζωή και θα είμαστε πιο συγκεκριμένοι. Αυτές είναι 12 στον αριθμό.



Από αυτές, 8 είναι ριζωμένες στην Απληστία, 2 είναι ριζωμένες στο μίσος, και 2 είναι ριζωμένες στην Αυταπάτη.



Θα εξετάσουμε πρώτα τις 8 συνειδήσεις που είναι ριζωμένες στην απληστία.

### 8 Φαύλες Συνειδήσεις Ριζωμένες στην Απληστία

#### 1. Μια συνείδηση, συνοδευόμενη από

- αίσθημα ευαρέσκειας (*somanassa*),
- σχετιζόμενη με λανθασμένη νόηση (*ditṭhi*),
- και αυθόρμητη (χωρίς προτροπή – *asaṅkhārika*).

#### Φαύλη Συνείδηση Ριζωμένη στην Απληστία

- Με αίσθημα ευαρέσκειας,
- διατηρώντας την λανθασμένη νόηση ότι δεν υπάρχει κακό στην κλοπή
- κάποιος αυθόρμητα κλέβει λεφτά από την τσάντα ενός άλλου.



Το αίσθημα παίζει μεγάλο ρόλο εδώ, διότι για να γεννηθεί η απληστία μέσα μας πρέπει να υπάρχει πρώτα ένα αίσθημα ευαρέσκειας, δηλ. να μας αρέσει κάτι· διότι εάν δεν μας αρέσει δεν έχουμε και την επιθυμία να το αποκτήσουμε. Η φαύλη λοιπόν πράξη γίνεται με φαύλη συνείδηση, η οποία συνείδηση έγινε φαύλη διότι συνδιάστηκε με δύο φαύλους νοητικούς παράγοντες· την απληστία και την λανθασμένη νόηση. Έχουμε έτσι τον συνδυασμό διάφορων νοητικών παραγόντων με την αρχικά ουδέτερη συνείδηση. Δηλ. το αίσθημα ευαρέσκειας, την πρόθεση (πρόθεση σημαίνει ότι κάποιος εκτελεί την πράξη αυθόρμητα και χωρίς προτροπή από άλλον), την

απληστία και την λανθασμένη νόηση. Οι δύο τελευταίοι νοητικοί παράγοντες είναι αυτοί που καθορίζουν την συνείδηση ως φαύλη. Εξετάζοντας βαθύτερα, βλέπουμε ότι για να γίνει μια συνείδηση φαύλη προηγείται μία αλυσιδωτή αντίδραση από διάφορους νοητικούς παράγοντες και όχι μόνον από αυτούς τους τρεις τέσσερεις που αναφέραμε ώστε να φτάσει να κλέψει κάποιος κάτι. Αναφέρουμε εδώ την κλοπή σαν παράδειγμα, διότι οι άνθρωποι κάνουν τόσες φαύλες πράξεις καθημερινά που δεν μπορούμε να τις αναφέρουμε όλες. Βλέπουμε παρακάτω την αλυσιδωτη αντίδραση:



Να τί γίνεται στον νου ενός τέτοιου ανθρώπου που κλέβει:



Λόγω του ότι το αίσθημα παίζει μεγάλο ρόλο για να εγερθεί η επιθυμία ή η απληστία μέσα σ' έναν άνθρωπο, θα το εξετάσουμε παρακάτω:

Έξι Είδη Αισθήματος	
<b>ΣΩΜΑΤΙΚΟ</b>	
1. Ευχάριστο αίσθημα	<i>sukha-vedanā</i>
2. Δυσάρεστο αίσθημα	<i>dukkha-vedanā</i>
3. Ούτε-δυσάρεστο, ούτε-ευχάριστο αίσθημα	<i>adukkhamasukha-vedanā</i>
<b>ΝΟΗΤΙΚΟ</b>	
1. Αίσθημα ευαρέσκειας	<i>somanassa-vedanā</i>
2. αίσθημα δυσαρέσκειας	<i>domanassa-vedanā</i>
3. ουδέτερο αίσθημα	<i>upekkha-vedanā</i>

#### Εξαρτώμενη Προέλευση (*Paṭicca Samuṃpāda*)

Στην διδασκαλία της 'Εξαρτώμενης Προέλευσης', το αίσθημα (*vedanā*) δρά ως η πιο εγγύτατη συνθήκη (*raccaya*) για την προέλευση της επιθυμίας (*taṇhā*) ή της απληστίας (*lobha*).

Έτσι λέγεται:

«Με το αίσθημα ως συνθήκη προέρχεται η επιθυμία (*vedanā-raccayā taṇhā*)».

Επίσης λέγεται:

«Με την επιθυμία ως συνθήκη προέρχεται η προσκόλληση (*taṇhā-raccayā upadāna*)».

Η προσκόλληση (*upadāna*), είναι ένας έντονος βαθμός επιθυμίας (*taṇhā*).

Υπάρχουν 4 είδη προσκόλλησης:

## Εξαρτώμενη Προέλευση (*Paṭicca Samuppāda*)

1. Η ηδονική προσκόλληση (*kāmarādhāna*),
2. Η προσκόλληση σε μία άποψη, σε μία νόηση, σε μία ιδέα, σε μία έννοια, σε μία ιδεολογία, φιλοσοφία, κλπ. (*ditṭhurarādhāna*),
3. Η προσκόλληση σε ηθικούς κανόνες, αυστηρές πρακτικές ή τελετές, με την πεποίθηση ότι μόνο αυτές επιφέρουν την τελική απελευθέρωση, λύτρωση ή φώτιση (*sīlabbaturādhāna*),
4. Η προσκόλληση στην ιδέα ενός μόνιμου εαυτού ή μιάς ψυχής (*atta-vādurādhāna*).

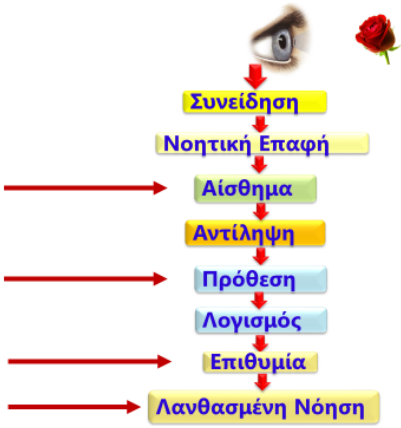
Η απληστία είναι μία μορφή προσκόλλησης και μπορεί να πάρει πολλές διαστάσεις όπως οι ανωτέρω.

### 14 Φαύλοι Νοητικοί Παράγοντες

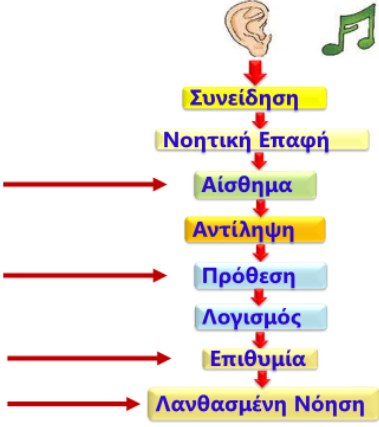
5. απληστία	} <i>lobho</i>	Ομάδα Απληστίας	
6. λανθασμένη νόηση			} <i>ditṭhi</i>
7. υπερηφάνεια/αλαζονεία			} <i>māno</i>
8. μίσος	} <i>doso</i>	Ομάδα Μίσους	
9. ζήλεια			} <i>issā</i>
10. φιλαργυρία			} <i>macchariya</i>
11. τύψη			} <i>kukkucca</i>



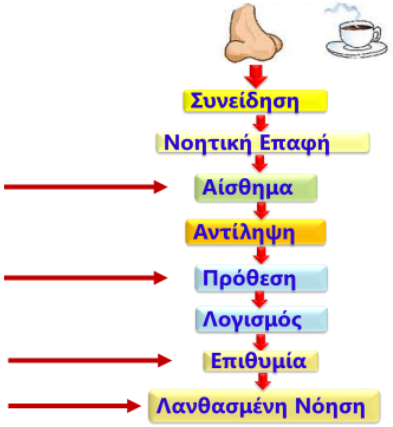
Οι σημαντικότεροι νοητικοί παράγοντες για μια πράξη με απληστία



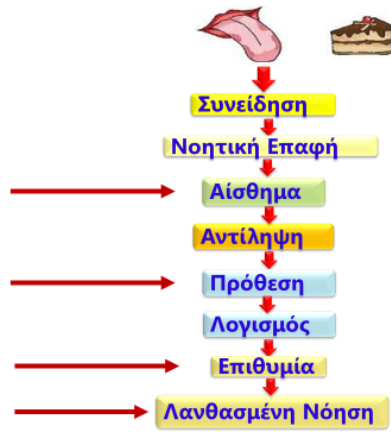
Οι σημαντικότεροι νοητικοί παράγοντες για μια πράξη με απληστία



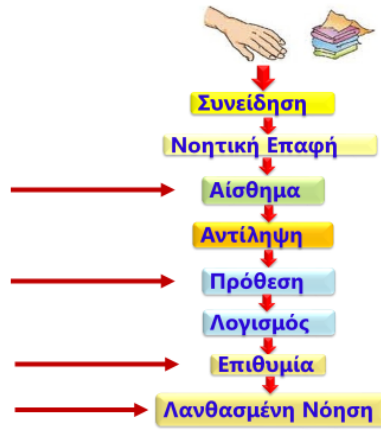
Οι σημαντικότεροι νοητικοί παράγοντες για μια πράξη με απληστία



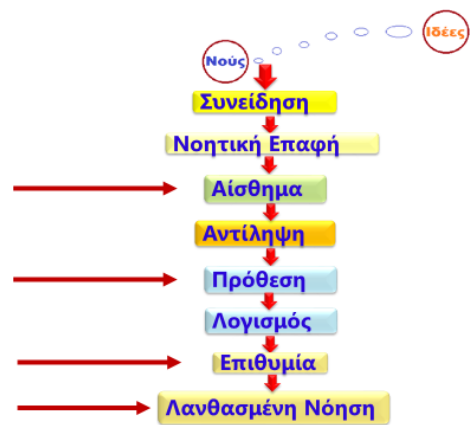
Οι σημαντικότεροι νοητικοί παράγοντες για μια πράξη με απληστία



Οι σημαντικότεροι νοητικοί παράγοντες για μια πράξη με απληστία



Οι σημαντικότεροι νοητικοί παράγοντες για μια πράξη με απληστία





Εξηγήσαμε μέχρι τώρα κάποια πράγματα για το αίσθημα, κάποια πράγματα για την απληστία, και τώρα θα εξηγήσουμε κάποια πράγματα και για την λανθασμένη νόηση.

### **Η Λανθασμένη Νόηση (*Micchā Diṭṭhi*)**

**Η λανθασμένη νόηση κηρύσσεται από τον Βούδα ως απόλυτα απορριπτέα και μη αποδεκτή.**

επειδή αποτελεί πηγή λανθασμένων και φαύλων επιδιώξεων και συμπεριφορών, πηγή ταλαιπωρίας και πόνου, και επειδή είναι υπεύθυνη κατά καιρούς στο να οδηγεί τους ανθρώπους στις βαθύτερες αβύσσους του ξεπεσμού.

Έτσι λέει ο Βούδας:

«Δεν ξέρω τίποτε άλλο όπως την λανθασμένη νόηση, με την οποία φαύλες καταστάσεις που δεν εμφανίσθηκαν εμφανίζονται, και φαύλες καταστάσεις που ήδη εμφανίσθηκαν αυξάνονται·

με την οποία καλές καταστάσεις που δεν εμφανίσθηκαν εμποδίζονται, και καλές καταστάσεις που ήδη εμφανίσθηκαν εξαφανίζονται·

με την οποία τα ανθρώπινα όντα μετά τον θάνατο, περνούν σε μια πορεία ταλαιπωρίας και πόνου, σε έναν κόσμο θλίψης.

### **Η Λανθασμένη Νόηση (*Micchā Diṭṭhi*)**

**Αυτός είναι ο λόγος για τον οποίο ο Βούδας επισημαίνει:**

**«Δεν βλέπω τίποτα τόσο αξιόμημπο και κατακριτέο όπως την λανθασμένη νόηση. Η λανθασμένη νόηση είναι η πιο αξιόμημπτη από όλα τα άλλα».**  
(AN 30)

**Η «λανθασμένη νόηση» περιλαμβάνει εσφαλμένες φιλοσοφίες που απαρτίζουν τις «τρεις κακοήθεις φιλοσοφίες με σιγουρότατη κακή επαναγέννηση» (*niyata-micchā-diṭṭhi*) για όποιον εμμένει και προσκολλάται σ' αυτές.**

**Αυτές είναι:**

**(1) Ο μηδενισμός (*natthika-ditthi*)**

Αρνείται την επιβίωση της προσωπικότητας ενός ατόμου σε οποιαδήποτε μορφή μετά τον θάνατο, αναιρώντας έτσι και την ηθική σημασία των πράξεων. Αυτή είναι η φιλοσοφική κατεύθυνση του ηθικού μηδενισμού.

Ο ηθικός μηδενισμός ή νιχιλισμός, απορρίπτει τις ηθικές αξίες του καλού και του κακού και ισοδυναμεί με τον αμοραλισμό. Είναι η άρνηση και της αιτίας (*χέτου*) αλλά και του αποτελέσματος (*βιπάκα*) των καλών και των κακών πράξεων (*κάρμα*).

Υποστηρίζει ότι κάθε πίστη στην καλή πράξη και στην ανταμοιβή της, είναι μια απλή ψευδαισθηση, και ότι ο άνθρωπος μετά τον θάνατό του διαλύεται στα στοιχεία της φύσης και δεν θα υπάρξει σε άλλη ζωή.

**(2) Η αναποτελεσματικότητα των πράξεων (*akiriya-ditthi*),**

Ισχυρίζεται ότι οι πράξεις δεν έχουν καμία αποτελεσματικότητα στην παραγωγή αποτελεσμάτων (*βιπάκα*), ακυρώνοντας έτσι τις ηθικές διαφοροποιήσεις.

Αυτή είναι η φιλοσοφική σκέψη της μη δυναμικότητας των καλών και των κακών πράξεων. Είναι η ολοκληρωτική άρνηση του αποτελέσματος (*βιπάκα*) των καλών και των κακών πράξεων.

Υποστηρίζει π.χ. ότι: «Γι' αυτόν που σκοτώνει, κλέβει, ληστεύει, κλπ. τίποτα κακό δεν θα συμβεί. Για την γενναιοδωρία, την αυτο-συγκράτηση, την αλήθεια κλπ. δεν επέρχεται καμία ανταμοιβή».

**(3) η μη αιτιότητα (*ahetuka-ditthi*)**

Δηλώνει ότι δεν υπάρχει αιτία ή συνθήκη για την μόλυνση και την εξάγνιση των όντων, και ότι τα όντα είναι μολυσμένα και εξαγνισμένα τυχαία από την μοίρα.

Αυτή είναι η μοιρολατρική ή φαταλιστική φιλοσοφία.

Υποστηρίζει ότι όλα είναι λεπτομερώς προκαθορισμένα από την μοίρα ή την τύχη. Η μοιρολατρία ή ο φαταλισμός ως φιλοσοφική σκέψη, παρουσιάζει το ηθικό μέρος των καλών η των κακών πράξεων σαν συμβολή απάθειας για την πορεία των γεγονότων.

Και οι τρεις από τις άνω κακοήθεις φιλοσοφίες συμπεριλαμβάνουν και την φιλοσοφική θεωρία του υλισμού (αγγλ. *materialism*).

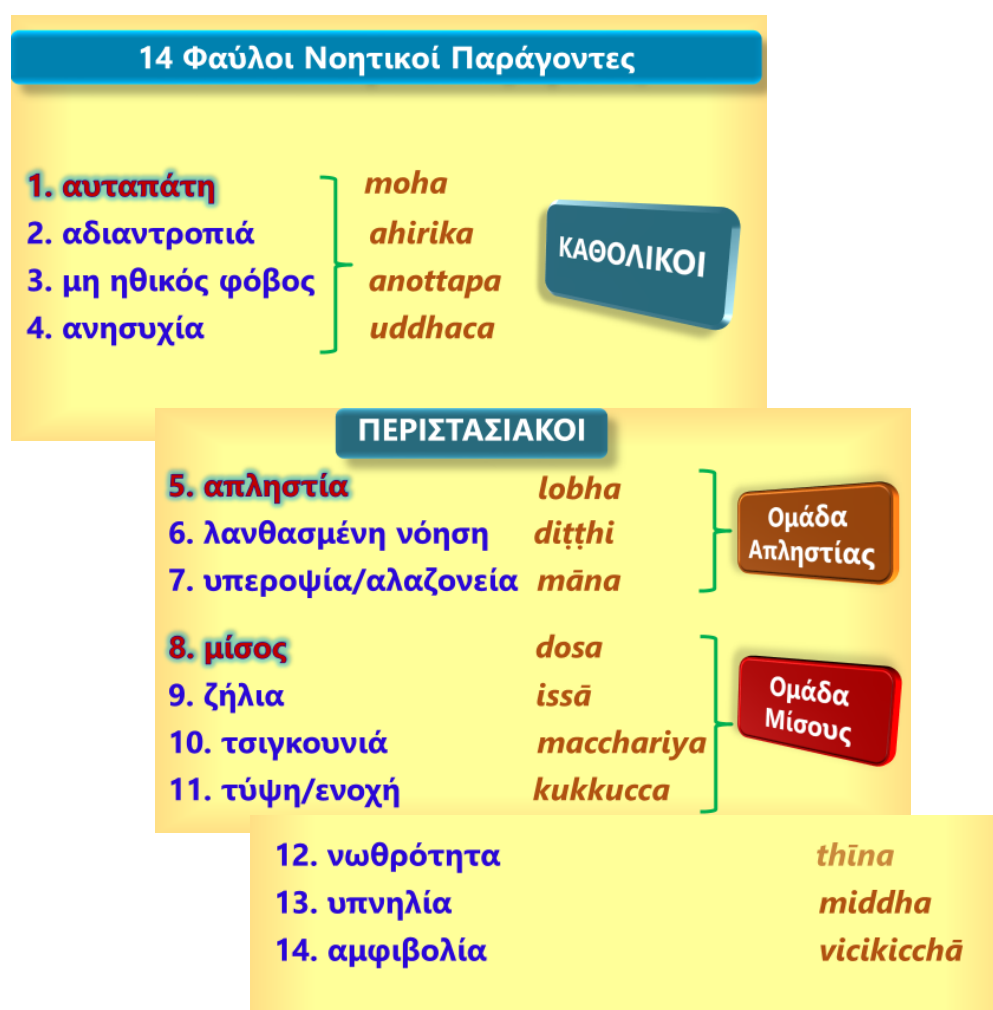
Ο υλισμός αφορά την σχέση μεταξύ του ανθρώπου και του εξωτερικού κόσμου, ή της συνείδησης και της ύλης, και παίρνει θέση υπέρ της πρωταρχικότητας της ύλης, υποβαθμίζοντας μάλιστα και την ηθική αξία των πράξεων.

Τέτοιες σκέψεις βασιζόμενες σ' αυτά τα τρία είδη κακοήθους φιλοσοφίας, αναδύονται μερικές φορές μέσα μας, περιστασιακά, χωρίς να ανήκουμε ιδιαίτερα σε κάποια από αυτές τις φιλοσοφίες.

## **Οι Φαύλες Συνειδήσεις (Β΄ μέρος) - Απληστία (Λόμπα)**

Καλησπέρα σας. Στα προηγούμενα μαθήματα είχαμε αρχίσει να μιλάμε για τις διαστάσεις της συνείδησης έχοντας φτάσει τώρα στις φαύλες συνειδήσεις.

Όπως έχουμε πει, η συνείδηση αυτή καθ' εαυτή είναι ουδέτερη, δεν έχει καμιά ηθική αξία και γι' αυτό δεν μπορούμε να την ταξινομήσουμε ως καλή ή κακή. Όταν όμως συνδιάζεται με ορισμένους νοητικούς παράγοντες, τότε χρωματίζεται και παίρνει διάφορες διαστάσεις: καλές ή φαύλες.



Οι καθολικοί φαύλοι νοητικοί παράγοντες ονομάζονται έτσι διότι συμμετέχουν σε όλα τα είδη των φαύλων συνειδήσεων, ενώ οι περιστασιακοί δεν εμφανίζονται πάντα. Στους καθολικούς ν.π. εξετάσαμε την αυταπάτη και θα πούμε τώρα δυό λόγια για την αδιαντροπιά και τον μη ηθικό φόβο.

**Αδιαντροπιά  
(*ahirika*)  
Μη Ηθικός Φόβος  
(*anottara*)**

Απουσία ντροπής για πράξεις ή για λόγια αισχρά και κακόβουλα.  
Έλλειψη ντροπής, σεμνότητας και αυτοσεβασμού.  
Περιφρόνηση προς τους κανόνες ευπρέπειας ή ηθικής.  
Αναίδεια, αναισχυντία, κυνισμός.

**Αδιαντροπιά & Μη Ηθικός Φόβος**

1. Το **χαρακτηριστικό** της αδιαντροπιάς είναι η απουσία της απέχθειας για σωματική και λεκτική φαύλη συμπεριφορά.

1. Το **χαρακτηριστικό** του μη ηθικού φόβου (ή της ηθικής απεισκευσίας) είναι η απουσία του τρόμου λόγω αυτής της κακής συμπεριφοράς.

2. Η **λειτουργία** και των δύο είναι να διαπράττουν φαύλες πράξεις.

3. Η **εκδήλωσή** τους είναι ότι δεν αποσύρονται από τις φαύλες πράξεις.

4. Η **εγγύτατη αιτία** τους είναι η έλλειψη αυτοσεβασμού και η έλλειψη σεβασμού προς τους άλλους, αντίστοιχα.

**Αδιαντροπιά & Μη Ηθικός Φόβος**

**Αδιαντροπιά:** έλλειψη αυτοσεβασμού  
(*ahirika*) (έλλειψη ιδιαίτερης ευαισθησίας κάποιου όσον αφορά την αξιοπρέπειά του)  
—εσωτερικά, προσωπικά

**Μη Ηθικός Φόβος:** έλλειψη σεβασμού προς τους άλλους  
(*anottara*)  
—εξωτερικά, δημόσια

Η αδιαντροπιά εκφράζεται εσωτερικά με προσωπικές φαύλες πράξεις, ενώ ο μη ηθικός φόβος εκφράζεται εξωτερικά με φαύλες πράξεις προς τους άλλους.



Βλέπουμε στα παραδείγματα ότι ο άνθρωπος που δεν έχει αυτοσεβασμό, δεν έχει σεβασμό και προς τους άλλους εκφράζοντας έτσι αυτή την ασέβεια δημόσια. Όπως με την κλοπή, έτσι και με τό

ψέμμα. Αυτός που δεν σέβεται τον εαυτόν του, πολύ εύκολα θα κλέψει ή θα πει ψέμματα ή θα κάνει άλλες φαύλες πράξεις.

Το αντίθετο είναι η ντροπή και ο ηθικός φόβος.



### Ντροπή & Ηθικός Φόβος

1. Το χαρακτηριστικό της ντροπής είναι η αηδία για σωματική και προφορική φαύλη συμπεριφορά.

1. Το χαρακτηριστικό του ηθικού φόβου είναι ο τρόμος σχετικά με τέτοια φαύλη συμπεριφορά.

2. Η λειτουργία και των δύο είναι να μην διαπράττουν φαύλες πράξεις.

3. Η εκδήλωσή τους είναι να αποσύρονται από τις φαύλες πράξεις.

4. Η εγγύτατη αιτία τους είναι ο αυτοσεβασμός και ο σεβασμός προς τους άλλους, αντίστοιχα.



Ο τέταρτος φαύλος καθολικός νοητικός παράγοντας είναι η ανησυχία.

## 4. Ανησυχία (uddhacca)

### Ανησυχία

Ποιές είναι οι άλλες λέξεις για την ανησυχία;



μη ηρεμία, ταραχή, αναταραχή, διατάραξη, σύγχυση, απόσπαση της προσοχής, στεναχώρια



- #### 4. Ανησυχία
1. Το χαρακτηριστικό της είναι η έλλειψη ψυχικής ηρεμίας, και η αναστάτωση, όπως το νερό που χτυπιέται από τον άνεμο.
  2. Η λειτουργία της είναι να κάνει τον νου ασταθή, όπως ο άνεμος ανεμίζει μιά σημαία.
  3. Η εκδήλωσή της είναι η αναταραχή.
  4. Η εγγύτατη αιτία της είναι η ασύνετη προσοχή στη νοητική αναστάτωση.

#### 4. Ανησυχία



Όταν κάποιος κάνει μια φαύλη πράξη επέρχεται ένα τρέμουλο στον νου του ατόμου που ανησυχεί μήπως τον βλέπουν ή μήπως τον πιάσουν.

### Γαλήνη (*passaddhi*)

Η γαλήνη θα πρέπει να θεωρηθεί ότι αντιτίθεται σε τέτοιους φαύλους νοητικούς παράγοντες όπως στην ανησυχία (*ουιντάτσα*) και στην τύψη (*κουκούτσα*), που δημιουργούν δυσφορία.

#### Γαλήνη (*passaddhi*)

1. Το χαρακτηριστικό της είναι η καθυσύχαση των διαταραχών στο νοητικό σώμα και στη συνείδηση, αντίστοιχα.
2. Η λειτουργία της είναι να συνθλίβει τέτοιες διαταραχές.
3. Η εκδήλωσή της είναι η ηρεμία και η ψυχραιμία.
4. Η εγγύτατη αιτία της είναι το νοητικό σώμα και η συνείδηση.

Υπάρχουν πολλοί βαθμοί γαλήνης. Όταν είμαστε γενναιοδωροί ή τηρούμε τους ηθικούς κανόνες, υπάρχει γαλήνη των νοητικών παραγόντων και της συνείδησης. Σε τέτοιες στιγμές δεν υπάρχει ανησυχία ή τύψη. Το αίσθημα που συνοδεύει την καλή συνείδηση είναι επίσης γαλήνιο.

Μπορούμε να παρατηρήσουμε την διαφορά ανάμεσα στο αίσθημα ευαρέσκειας που συνοδεύει την απληστία και την προσκόλληση, και στο αίσθημα ευαρέσκειας που συνοδεύει την γενναιοδωρία.

Αυτά τα αισθήματα έχουν διαφορετικές ιδιότητες.

Το πρώτο σχετίζεται με ένταση, αγωνία και ανησυχία, και το δεύτερο με γαλήνη.



Όσοι μπορούν να καλλιεργήσουν τον ηρεμιστικό διαλογισμό και να επιτύχουν μια έκσταση (*τζάνα*), βιώνουν έναν υψηλό βαθμό γαλήνης κατά τον οποίον η ανησυχία απομακρύνεται τελείως από τον νου.

Κάτι παρόμοιο συμβαίνει και με τον διορατικό διαλογισμό, με την διαφορά ότι αυτός ο υψηλός βαθμός γαλήνης συνοδεύεται με διορατική γνώση (*νιάνα*). Όταν η γαλήνη αναπτυχθεί με διορατική γνώση, γίνεται ένας από τους επτά παράγοντες της φώτισης (*σαμποτζχάνγκα*).

Εν κατακλείδει, οι νοητικοί παράγοντες της αυταπάτης, της αδιαντροπιάς, του μη ηθικού φόβου, και της ανησυχίας, βρίσκονται σε όλες τις δώδεκα φαύλες συνειδήσεις.

Θα συνεχίσουμε τώρα με τις 8 φαύλες συνειδήσεις που είναι ριζωμένες στην απληστία, όπως τις είχαμε ξεκινήσει στο προηγούμενο μάθημα.

#### 8 Φαύλες Συνειδήσεις Ριζωμένες στην Απληστία

##### 1. Μια συνείδηση, συνοδευόμενη από

- αίσθημα ευαρέσκειας (*somanassa*),
- σχετιζόμενη με λανθασμένη νόηση (*ditṭhi*),
- και αυθόρμητη (χωρίς προτροπή – *asañkhārika*).

#### Φαύλη Συνείδηση Ριζωμένη στην Απληστία

- Με αίσθημα ευαρέσκειας,
- διατηρώντας την λανθασμένη νόηση ότι δεν υπάρχει κακό στην κλοπή
- κάποιος αυθόρμητα κλέβει λεφτά από την τσάντα ενός άλλου.



### Καλή Συνείδηση Ριζωμένη στην Μη Απληστία

- Με αίσθημα ευαρέσκειας και
- έχοντας γνώση και ορθή νόηση ότι αυτή είναι μία καλή πράξη,
- κάποιος κάνει μία γενναιόδωρη πράξη αυθόρμητα.

Γενναιодωρία  
αυθόρμητα



### 8 Συνειδήσεις Ριζωμένες στην Απληστία

#### 2. Μία συνείδηση, συνοδευόμενη από

- αίσθημα ευαρέσκειας (*somanassa*),
- σχετιζόμενη με λανθασμένη νόηση (*dittḥi*),
- και με προτροπή (*sasaṅkhārika*).

### Φαύλη Συνείδηση Ριζωμένη στην Απληστία

- Με αίσθημα ευαρέσκειας,
- διατηρώντας την λανθασμένη νόηση ότι δεν υπάρχει κακό στην κλοπή
- κάποιος με προτροπή κλέβει την τσάντα ενός άλλου.

Κλοπή με προτροπή

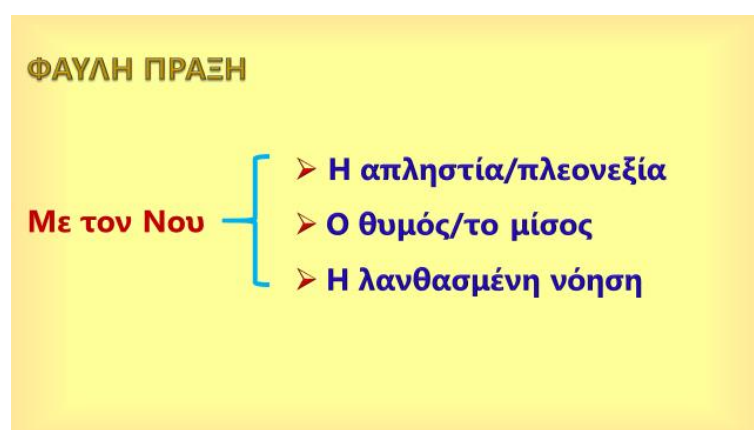
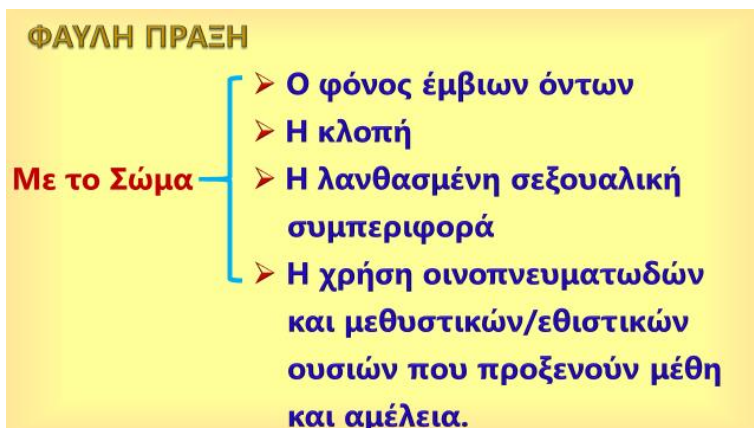


### Καλή Συνείδηση Ριζωμένη στην Μη Απληστία

- Με αίσθημα ευαρέσκειας και
- έχοντας γνώση και ορθή νόηση ότι αυτή είναι μια καλή πράξη,
- κάποιος κάνει μια γενναιόδωρη πράξη με προτροπή από άλλον.

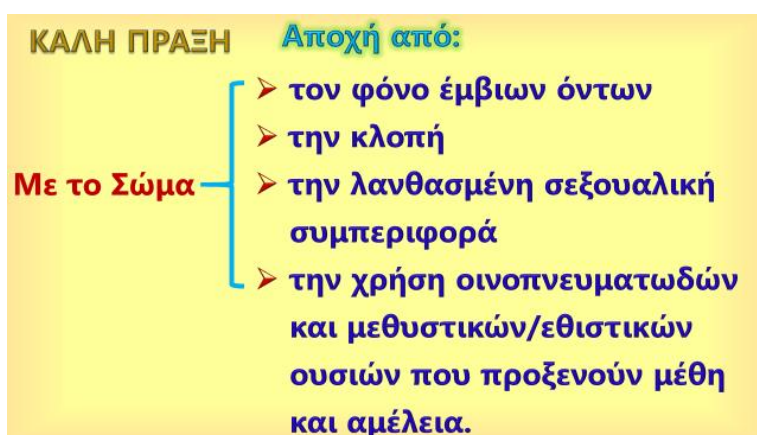


Έχουμε λοιπόν συνδιασμό νοητικών παραγόντων με την φαύλη συνείδηση ριζωμένη στην απληστία, όπου έχουμε: συνείδηση, αίσθημα ευαρέσκειας για την πράξη, πρόθεση να κάνουμε την πράξη, αίσθημα απληστίας, και λανθασμένη νόηση. Δίνω παρακάτω μερικά παραδείγματα φαύλων πράξεων που γίνονται με τό σώμα, τον λόγο, και τον νου.



Οι πράξεις του νου προέρχονται από την απληστία, την πλεονεξία, τον θυμό, το μίσος και την λανθασμένη νόηση, που είναι οι παράγοντες για να την εκτέλεση των φαύλων πράξεων που γίνονται με το σώμα και την ομιλία.

Από την άλλη πλευρά, έχουμε συνδιασμό νοητικών παραγόντων με την καλή συνείδηση ριζωμένη στην μη απληστία, όπου έχουμε: συνείδηση, αίσθημα ευαρέσκειας για την πράξη, πρόθεση να κάνουμε την πράξη, αίσθημα μη απληστίας, και ορθή νόηση. Παρακινούμενη από αυτούς τους νοητικούς παράγοντες η συνείδηση λέγεται καλή. Δίνω παρακάτω μερικά παραδείγματα καλών πράξεων που γίνονται με τό σώμα, τον λόγο, και τον νου.



Η μη απληστία, η μη πλεονεξία, ο μη θυμός, το μη μίσος και η ορθή νόηση, είναι οι παράγοντες για να την εκτέλεση των καλών πράξεων που γίνονται με το σώμα και την ομιλία.

## 8 Συνειδήσεις Ριζωμένες στην Απληστία

### 3. Μία συνείδηση, συνοδευόμενη από

- αίσθημα ευαρέσκειας (*somanassa*),
- ασυσχέτιστη με λανθασμένη νόηση (*ditṭhi*),  
και
- αυθόρμητη (*asañkhārika*).

### 4. Μία συνείδηση, συνοδευόμενη από

- αίσθημα ευαρέσκειας (*somanassa*),
- ασυσχέτιστη με λανθασμένη νόηση (*ditṭhi*),  
και
- με προτροπή (*sasañkhārika*).

Σ' αυτή την περίπτωση, ασυσχέτιστη με λανθασμένη νόηση σημαίνει ότι η συνείδηση έχει συσχετισθεί με έναν άλλον νοητικό παράγοντα που ανήκει στην ομάδα της απληστίας όπως είναι η υπεροψία ή η αλαζονεία. Όταν δηλ. η απληστία δεν συνδιάζεται με την λανθασμένη νόηση, συνδιάζεται με την αλαζονεία.

## 7. Υπεροψία /Αλαζονεία (*māna*)

Συνώνυμα: υπερηφάνεια, έπαρση, ματαιοδοξία, ματαιοφροσύνη, φαντασία για τον εαυτόν μας. Το *μᾶνα* προέρχεται από το ρήμα *μινᾷτι*, που σημαίνει «μετρώ», «αξιολογώ», κλπ. Ο άνθρωπος δηλ. που έχει *μᾶνα* αξιολογεί τον εαυτόν του σε σχέση με τους άλλους· εάν είναι ανώτερος ή κατώτερος. Αυτό κάνουμε όλοι όταν βρισκόμαστε με άλλους· συγκρίνουμε τον εαυτόν μας και αναρωτιόμαστε: «είμαι ανώτερος; κατώτερος; ίσος; κλπ». Είναι σαν να έχουμε μια μεζούρα μαζί μας και να μετράμε πόσο ανώτεροι ή ίσοι είμαστε με τους άλλους. Το μέτρημα δε αυτό, γίνεται και σε πολλά άλλα πράγματα και δεν υπάρχει περιορισμός στο πόσα μετρήματα μπορεί να κάνει κάποιος με αυτόν τον νοητικό παράγοντα που λέγεται *μᾶνα*.

Μεταφράζοντας στα ελληνικά την λέξη ως υπερηφάνεια ή αλαζονία περιορίζουμε αρκετά την έννοιά της, ενώ με αμετάφραστη την λέξη *μᾶνα* μπορούμε να δούμε όλες τις διαστάσεις που μπορεί να πάρει η τάση που έχουμε να φανταζόμαστε τον εαυτόν μας.

Υπεροψία/Υπερηφάνεια/Αλαζονεία/Έπαρση, είναι η μεγάλη ιδέα που έχει κάποιος για τον εαυτόν του η οποία εκδηλώνεται με αίσθημα ανωτερότητας και περιφρόνησης προς τους άλλους.

Ματαιοδοξία/Ματαιοφροσύνη, είναι η επιζήτηση μάταιης δόξας και η έπαρση για ασήμαντα πράγματα.

<b>Υπερηφάνεια / Αλαζονεία</b>
<b>1. Το χαρακτηριστικό της είναι η υπεροψία.</b>
<b>2. Η λειτουργία της είναι η αυτο-εξύψωση, η υψηλοφροσύνη.</b>
<b>3. Η εκδήλωσή της είναι η κενοδοξία/ ματαιοδοξία.</b>
<b>4. Η εγγύτατη αιτία της είναι η απληστία ασυσχέτιστη με την λανθασμένη νόηση.</b>

Η αλαζονεία και η υπερηφάνεια δεν εμφανίζονται τυχαία, αλλά έχουν πεδία στα οποία επεκτείνονται και μία συγκεκριμένη βάση ως εξής:

Καταγωγή, φυλή, ιθαγένεια ή εθνικότητα. Σόι ή γενεαλογία. Οικογενειακή ή κοινωνική κατάσταση. Ομορφιά ή χρώμα δέρματος. Νιάτα. Πλούτος, κέρδος ή οικονομική κατάσταση. Μόρφωση. Εργασία ή τόπος εργασίας. Τέχνη ή ταλέντο. Επιστήμη. Πολυμάθεια. Εξυπνάδα ή διάνοια. Θρησκεία. Ηθική. Τιμή, υπόληψη. Δημοτικότητα, κλπ.

Στις ομιλίες του Βούδδα στην γλώσσα Πάλι μπορούμε να διακρίνουμε 12 είδη υπερηφάνειας ή αλαζονίας.

<b>1. «Είμαι ανώτερος» (σύμπλεγμα ανωτερότητας)</b> <i>seyyohamasmīti māno</i>
<b>2. « Είμαι ίσος» (σύμπλεγμα ισότητας)</b> <i>sadiso hamasmīti māno</i>
<b>3. «Είμαι κατώτερος» (σύμπλεγμα κατωτερότητας)</b> <i>hīno hamasmīti māno</i>

Αυτά τα συμπλέγματα μπορούν να εμφανισθούν πολύ συχνά και συνοδεύονται πάντα από αυταπάτη.

**Αυταπάτη:**  
το να εξαπατά κανείς τον εαυτό του πιστεύοντας ως πραγματικό ή πραγματοποίησιμο κάτι που απλώς επιθυμεί.



Σ' αυτές τις φαύλες συνειδήσεις, η αυταπάτη είναι ένας καθολικός νοητικός παράγοντας που συντελεί στο να επηρεάζει ακόμα και την αξιολόγηση που κάνουμε στον εαυτόν μας. Άλλες φορές υπερεκτιμούμε τον εαυτόν μας και άλλες τον υποτιμούμε. Αυτό μπορεί να συμβεί ακόμα και στα ζώα, και όσοι έχουν ζώα γνωρίζουν ότι κι αυτά λόγω αυταπάτης μπορεί να εκδηλώσουν αλαζονεία στην συμπεριφορά τους.

4. Για αυτόν που είναι (πραγματικά) ανώτερος, εγείρεται η αλαζονεία «Είμαι ανώτερος».
5. Για αυτόν που είναι (πραγματικά) ανώτερος, εγείρεται η αλαζονεία «Είμαι ίσος».
6. Για αυτόν που είναι (πραγματικά) ανώτερος, εγείρεται η αλαζονεία «Είμαι κατώτερος».

(Ο Μπάντε χρησιμοποιεί την λέξη αλαζονεία σε συσχέτιση με τον όρο *μᾶνα* που όπως είπαμε σημαίνει μετρώ, λογαριάζω ή συγκρίνω).

**7. Για αυτόν που είναι (πραγματικά) ίσος, εγείρεται η αλαζονεία «Είμαι ανώτερος».**

Υπερεκτίμηση του εαυτού.

**8. Για αυτόν που είναι (πραγματικά) ίσος, εγείρεται η αλαζονεία «Είμαι ίσος».**

**9. Για αυτόν που είναι (πραγματικά) ίσος, εγείρεται η αλαζονεία «Είμαι κατώτερος».**

Υποτίμηση του εαυτού.

**10. Για αυτόν που είναι (πραγματικά) κατώτερος, εγείρεται η αλαζονεία «Είμαι ανώτερος».**

Υπερεκτίμηση του εαυτού.

**11. Για αυτόν που είναι (πραγματικά) κατώτερος, εγείρεται η αλαζονεία «Είμαι ίσος».**

**12. Για αυτόν που είναι (πραγματικά) κατώτερος, εγείρεται η αλαζονεία «Είμαι κατώτερος».**

Υποτίμηση του εαυτού.

Αυτό δηλ. που μετράμε κάθε στιγμή δεν είναι ανάγκη να ανταποκρίνεται στην πραγματικότητα, και εδώ ακριβώς καταλαβαίνουμε ότι η αυταπάτη παίζει μεγάλο ρόλο για το αν θα κρίνουμε τον εαυτόν μας σωστά ή όχι.

Αυτό το είδος της αλαζονείας, της υπερηφάνειας, της υπεροψίας, αυτή η επιθυμία για προβολή, ο δοξασμός του εαυτού, η υπερβολική αίσθηση ότι κάποιος είναι καλύτερος από τους άλλους, ή το σύμπλεγμα της ανωτερότητας, είναι αυτό που κάνει ένα άτομο να είναι αλαζονικό.

Η αλαζονεία μπορεί να είναι επιβλαβής και ανθυγιεινή και για τον εαυτόν μας και για τους άλλους επειδή προκαλεί διχασμό. Προκαλεί μία κατάσταση εχθρότητας και μίσους ως αποτέλεσμα διαφορετικών απόψεων ή σύγκρουσης συμφερόντων, και μία τάση για δυσφήμιση των άλλων, για διακρίσεις και για διαμάχες.

Επιφέρει ακόμα και επιθετικότητα, με στόχο την κυριαρχία πάνω σε εκείνους που θεωρούνται πιο αδύναμοι ή λιγώτερο σημαντικοί. Αυτή η επιθετικότητα μπορεί να εκφραστεί με διάφορους τρόπους όπως με πράξεις του σώματος (*φόνος έμβιων όντων, κλοπή, λανθασμένη σεξουαλική συμπεριφορά, χρήση οινόπνευματων και μεθυστικών/εθιστικών ουσιών που προξενούν μέθη και αμέλεια*), και του λόγου (*ψευδολογία, διχαστικός λόγος, σκληρή ομιλία, φλυαρία*).



Η αποφυγή της αλαζονείας που βασίζεται στην καταγωγή, στην φυλή, στην ιθαγένεια και ούτω καθ' εξής, είναι η υγιής στάση που απαιτείται για την καλλιέργεια της ενότητας, της αρμονίας, της ειρήνης και της φιλικότητας. Επομένως, το να μην είναι κάποιος αλαζονικός, αλλά να είναι ταπεινόφρων, μετριόφρων και μετριοπαθής, είναι μια ευγενής αρετή.

Αυτή η ευγενική ταπεινοφροσύνη που χαρακτηρίζεται από μετριοφροσύνη, ευγένεια ή εκτίμηση προς τους άλλους, δεν είναι μόνο ένα σημάδι ωριμότητας, αλλά και επίγνωση της πραγματικής αξίας ή των αδυναμιών του εαυτού του.

Αυτή επιφέρει την μη υποτίμηση και την μη περιφρόνηση των άλλων.

#### 8 Συνειδήσεις Ριζωμένες στην Απληστία

##### 5 Μία συνείδηση, συνοδευόμενη από

- ουδέτερο αίσθημα (*upekkha*),
- σχετιζόμενη με λανθασμένη νόηση (*ditṭhi*),  
και
- αυθόρμητη (*asañkhārika*).

#### 8 Συνειδήσεις Ριζωμένες στην Απληστία

##### 6 Μία συνείδηση, συνοδευόμενη από

- ουδέτερο αίσθημα (*upekkha*),
- σχετιζόμενη με λανθασμένη νόηση (*ditṭhi*),  
και
- με προτροπή (*sasañkhārika*).

#### 8 Συνειδήσεις Ριζωμένες στην Απληστία

##### 7 Μία συνείδηση, συνοδευόμενη από

- ουδέτερο αίσθημα (*upekkha*),
- ασυσχέτιστη με λανθασμένη νόηση (*ditṭhi*),  
και
- αυθόρμητη (*asañkhārika*).

## 8 Συνειδήσεις Ριζωμένες στην Απληστία

### 8 Μία συνείδηση, συνοδευόμενη από

- ουδέτερο αίσθημα (*urekkha*),
- ασυσχέτιστη με λανθασμένη νόηση (*ditṭhi*),  
και
- με προτροπή (*sasaṅkhārika*).

Το ουδέτερο αίσθημα σ' αυτές τις τέσσερις συνειδήσεις που είναι ριζωμένες στην απληστία οφείλεται στο γεγονός της συνήθειας. Κάποιος δηλ. με λανθασμένη νόηση επειδή έχει κάνει τόσες πολλές φορές φαύλες πράξεις επανειλημμένα, τις έχει συνηθίσει και έτσι πλέον δεν του προξενούν αίσθημα ευαρέσκειας αλλά ουδετερότητας. Το ίδιο ισχύει και για τις πράξεις με προτροπή. Τον έχουν προτρέψει δηλ. τόσες πολλές φορές να κάνει μια φαύλη πράξη, που πλέον την κάνει με ουδέτερο αίσθημα.

Τέλος, στις δύο τελευταίες φαύλες συνειδήσεις, η λανθασμένη νόηση αντικαθίσταται από την αλαζονεία.

Έτσι εδώ έχουμε συνδιασμό νοητικών παραγόντων με την φαύλη συνείδηση ριζωμένη στην απληστία, όπου:

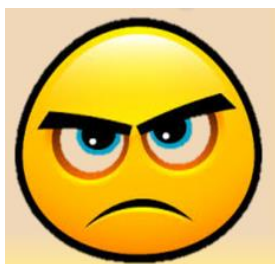
συνείδηση + ουδέτερο αίσθημα + πρόθεση + απληστία + λανθασμένη νόηση, και στην άλλη περίπτωση έχουμε  
συνείδηση + ουδέτερο αίσθημα + πρόθεση + απληστία + αλαζονεία.

Εξηγήσαμε έως τώρα τα 8 είδη συνείδησης που είναι ριζωμένα στην απληστία.

**Οι Φαύλες Συνειδήσεις (Γ' μέρος)- Μίσος (Ντόσα)**

Καλησπέρα σε όλους και καλωσορίσατε σ' αυτό το μάθημα.

Βρισκόμαστε στον τομέα των φαύλων συνειδήσεων και όπως είχαμε πει, υπάρχουν 14 φαύλοι νοητικοί παράγοντες που όταν συνδεθούν με την συνείδηση αποδίδουν 12 είδη φαύλων συνειδήσεων. Στα προηγούμενα μαθήματα αναλύσαμε τις 8 συνειδήσεις που είναι ριζωμένες στην απληστία, και σήμερα συνεχίζουμε την ανάλυση των υπόλοιπων φαύλων συνειδήσεων παίρνοντας στην κατηγορία του μίσους που αποτελείται από 2 συνειδήσεις ριζωμένες στο μίσος (ντόσα).



Το μίσος, η δεύτερη φαύλη ρίζα, περιλαμβάνει όλα τα είδη και τους βαθμούς αποστροφής, κακοβουλίας, εκνευρισμού, ενόχλησης, και εχθρότητας.

Μίσος σημαίνει: σφοδρή απέχθεια προς κάποιον ή κάτι, και κακή, εχθρική διάθεση.

Ποιες είναι οι άλλες λέξεις για το μίσος;



έχθρα, θυμός, οργή, εξοργισμός, μνησικακία



Σας δίνω εδώ έναν κατάλογο με αρκετές συνώνυμες λέξεις του μίσους:

<b>Συνώνυμες Λέξεις του Μίσους (Dosa)</b>	
έχθρα, οργή, τσαντίλα, εξοργισμός, εκνευρισμός, αποστροφή, αντιπάθεια, απέχθεια, αηδία, αποκρουστικότητα, φθόνος,	αποτροπιασμός, απώθηση, μνησικακία, κακοβουλία, δυσαρέσκεια, άχτι, μοχθηρία, κακία, χαιρεκακία, σαδισμός, επιθετικότητα

Όλες αυτές είναι λέξεις που δείχνουν μια έντονη δυσαρέσκεια προς το αντικείμενο, εν αντιθέσει με την ευαρέσκεια που εκδηλώνει δυνατή έλξη ή επιθυμία προς το αντικείμενο.

Άλλες μορφές μίσους που εμφανίζονται είναι ο φόβος, η ζήλεια, η λύπη, η θλίψη, η κατάθλιψη, το άγχος κλπ.

<b>Μίσος</b>
<b>1. Το χαρακτηριστικό του είναι η αγριότητα.</b>
<b>2. Η λειτουργία του είναι η εξάπλωση, ή το κάψιμο της δικιάς του υποστήριξης, δηλαδή του νου και του σώματος εντός του οποίου εγείρεται.</b>
<b>3. Η εκδήλωσή του είναι το βλάψιμο, όπως ένας εχθρός που βρίσκει την ευκαιρία του να βλάψει.</b>
<b>4. Η εγγύτατη αιτία του είναι η αφορμή για μνησικακία.</b>

Το άτομο που έχει θυμό προβάλλει μια επιθετική άγρια διάθεση και ο στόχος του είναι να βλάψει κάποιον ή ακόμα και τον ίδιο του τον εαυτό. Μερικοί άνθρωποι δεν ξέρουν πού να ξεσπάσουν το μίσος τους και ξεσπάνε στον εαυτόν τους.

Ως προς την μνησικακία, θα δώσουμε μερικά παραδείγματα:

Υπάρχουν δέκα αφορμές για μνησικακία:

- Σκεφτόμενος, «Εκείνος/η μου προξένησε κακό», κάποιος κρατάει μνησικακία.
- Σκεφτόμενος, «Μου προξενεί κακό», κάποιος κρατάει μνησικακία.
- Σκεφτόμενος, «Θα μου προξενήσει κακό», κάποιος κρατάει μνησικακία.

- Σκεφτόμενος, «Εκείνος/η προξένησε κακό στον αγαπητό μου», κάποιος κρατάει μνησικακία.
- Σκεφτόμενος, «Προξενεί κακό στον αγαπητό μου», κάποιος κρατάει μνησικακία.
- Σκεφτόμενος, «Θα προξενήσει κακό στον αγαπητό μου», κάποιος κρατάει μνησικακία.

- Σκεφτόμενος, «Εκείνος/η προξένησε καλό στον μισητό μου», κάποιος κρατάει μνησικακία.
- Σκεφτόμενος, «Προξενεί καλό στον μισητό μου», κάποιος κρατάει μνησικακία.
- Σκεφτόμενος, «Θα προξενήσει καλό στον μισητό μου», κάποιος κρατάει μνησικακία.
- Και κάποιος θυμώνει χωρίς λόγο.

Μερικές φορές θυμώνουμε χωρίς λόγο. Είμαστε δηλ. εκνευρισμένοι με κάτι άλλο και τελικά ξεσπάμε κάπου αλλού ή σε κάποιον που δεν μας έφταιξε!

#### Μη Μίσος

1. Το χαρακτηριστικό του είναι η έλλειψη αγριότητας ή η μη εναντιότητα, όπως ένας ευγενικός φίλος.
2. Η λειτουργία του είναι η αφαίρεση της μνησικακίας ή η αφαίρεση του πυρετού του νου, όπως το δροσιστικό και καταπραϋντικό βάμμα.
3. Η εκδήλωσή του είναι η τερπνότητα, όπως η θέαση της πανσέληνου.
4. Η εγγύτατη αιτία του είναι η συνετή προσοχή.

Όταν δεν έχουμε μίσος μέσα μας βλέπουμε τα άλλα άτομα με ευχάριστη διάθεση έτσι όπως νιώθουμε όταν βλέπουμε το γεμάτο φεγγάρι. Δεν σημαίνει ότι αγαπάμε κάποιον παθιασμένα· απλώς υπάρχει απουσία του μίσους και δεν θέλουμε να τον βλάψουμε. Σκεφτόμαστε ότι το μίσος δεν είναι κάτι καλό και έχουμε επίσης την σοφία να μην βλάψουμε ούτε τους άλλους ούτε τον εαυτόν μας.

Θα εξετάσουμε τώρα τις δύο φαύλες συνειδήσεις που είναι ριζωμένες στο μίσος:

## 2 Συνειδήσεις Ριζωμένες στο Μίσος

### 1. Μια συνείδηση συνοδευόμενη από

- **αίσθημα δυσαρέσκειας (*domanassa*),**
- **σχετιζόμενη με αποστροφή (*paṭigha*),**
- **και αυθόρμητη (χωρίς προτροπή – *asañkhārika*).**

Σ' αυτή την περίπτωση για να εγερθεί το μίσος, πρέπει να υπάρχει προηγουμένως αίσθημα δυσαρέσκειας. Αυτό είναι σημαντικό διότι από εκεί αρχίζει η πηγή του μίσους, δηλ. από την αποστροφή, την δυσαρέσκεια. Κάτι δεν μας αρέσει, κάτι δεν μας ικανοποιεί, και όταν αυτό εξακολουθεί να επαναλαμβάνεται καταλήγει σε αποστροφή και μίσος. Είναι μια μορφή συνείδησης που παρουσιάζεται αυθόρμητα· χωρίς να μας πει κάποιος να μισήσουμε κάτι, εμείς το μισούμε αυθόρμητα.

### Φαύλη Συνείδηση Ριζωμένη στο Μίσος

- **Με αίσθημα δυσαρέσκειας,**
- **έχοντας αποστροφή για ένα άτομο και θέλοντας να του προξενήσει κακό,**
- **κάποιος αυθόρμητα κλέβει λεφτά από την τσάντα ενός άλλου.**



Είχαμε χρησιμοποιήσει το παράδειγμα της κλοπής όταν αναλύαμε την απληστία. Όμως μπορεί κάποιος να κλέψει και από μνησικακία για να εκδικηθεί τον άλλον, να τον βλάψει και να τον πονέσει.

Βλέπουμε ότι η κλοπή μπορεί να συμβεί όχι μόνο λόγω απληστίας αλλά και λόγω μνησικακίας που έχουμε για κάποιον. Ο λόγος είναι ότι δυσαρεστηθήκαμε με αυτό το άτομο, δεν ξέρουμε πώς να του δείξουμε αυτή την δυσαρέσκεια, και έτσι του αφαιρούμε πράγματα που του είναι αγαπητά ώστε να νιώσει πόνο.

Το δεύτερο είδος είναι με προτροπή.

## 2 Συνειδήσεις Ριζωμένες στο Μίσος

### 2. Μια συνείδηση συνοδευόμενη από

- αίσθημα δυσαρέσκειας (*domanassa*),
- σχετιζόμενη με αποστροφή (*paṭigha*),
- και με προτροπή (*asañkhārika*).

### Φαύλη Συνείδηση Ριζωμένη στο Μίσος

- Με αίσθημα δυσαρέσκειας,
- έχοντας αποστροφή για ένα άτομο και θέλοντας να του προξενήσει κακό,
- κάποιος με προτροπή κλέβει την τσάντα ενός άλλου.

#### Κλοπή με προτροπή



Τέτοιες πράξεις μίσους για να πληγώσουμε τους άλλους μπορούμε να τις κάνουμε και με τα λόγια· είτε αυθόρμητα είτε κατόπιν προτροπής από κάποιον άλλον.

Η ριζωμένη στο μίσος συνείδηση είναι δύο ειδών, και διακρίνεται απλά ως «αυθόρμητη» και ως «μη αυθόρμητη», δηλ. «με προτροπή».

Σε αντίθεση με την συνείδηση που είναι ριζωμένη στην απληστία, και που μπορεί να προκύψει με δύο εναλλακτικά είδη αισθήματος – είτε με αίσθημα ευαρέσκειας είτε με ουδέτερο αίσθημα –

η συνείδηση που είναι ριζωμένη στο μίσος εγείρεται με ένα μόνο είδος αισθήματος, αυτό της δυσαρέσκειας.

Επίσης, αντίθετα με την συνείδηση που είναι ριζωμένη στην απληστία, η συνείδηση που είναι ριζωμένη στο μίσος δεν προκύπτει σε σχέση με την λανθασμένη νόηση (ντίττι).

Παρ' όλο που η λανθασμένη νόηση (ντίττι), μπορεί να παρακινήσει πράξεις μίσους, η ίδια η λανθασμένη νόηση δεν εγείρεται ταυτόχρονα με το μίσος, δηλ. στο ίδιο είδος συνείδησης, αλλά σε νωρίτερο χρόνο και σε διαφορετικό είδος συνείδησης.

Έτσι, ενώ ο συνδιασμός των νοητικών παραγόντων με την φαύλη συνείδηση ριζωμένη στην απληστία είναι: συνείδηση + αίσθημα ευαρέσκειας + πρόθεση + απληστία + λανθασμένη νόηση,

στον συνδιασμό των νοητικών παραγόντων με την φαύλη συνείδηση ριζωμένη στο μίσος έχουμε: συνείδηση + αίσθημα δυσαρέσκειας + πρόθεση + μίσος + αποστροφή.

Όπως βλέπουμε η λανθασμένη νόηση απουσιάζει από τον δεύτερο συνδιασμό. Μπορεί όμως να προηγείται, δημιουργώντας ως εκ τούτου τον συνδιασμό της φαύλης συνείδησης ριζωμένης στο μίσος.

**Μία συνείδηση συνοδευόμενη από αίσθημα δυσαρέσκειας (*domanassa-sahagata*):**

**Το αίσθημα που συνοδεύει τις καταστάσεις της συνείδησης που είναι ριζωμένες στο μίσος είναι η δυσαρέσκεια.**



Η Δυσαρέσκεια είναι ένα δυσάρεστο αίσθημα που προέρχεται από ανικανοποίητη επιθυμία κλπ, ή από κάτι που μας ενοχλεί. Επιθυμούμε κάτι ή θέλουμε τα πράγματα να είναι όπως εμείς νομίζουμε, αλλά όταν μας έρχονται ανάποδα τότε η επιθυμία μας στρέφεται σε δυσαρέσκεια. Εάν δε αυτή η δυσαρέσκεια φουντώσει, τότε γίνεται αποστροφή.

Ποιες είναι οι άλλες λέξεις για τη δυσαρέσκεια;



Ανικανοποίηση, αποδοκιμασία, ενόχληση, απογοήτευση, δυσανασχέτηση, θλίψη, κατάθλιψη





Η λέξη στην γλώσσα Πάλι είναι *domanassa* που προέρχεται από το πρόθεμα

*du* = δυσ-, κακό

+ *mana* = νους,

και δηλώνει δυσάρεστο νοητικό αίσθημα.

Είναι το αντίθετο του *somanassa*, που προέρχεται από το πρόθεμα

*su* = ευ-, καλό

+ *mana* = νους,

και δηλώνει ευχάριστο νοητικό αίσθημα.

Το αίσθημα δυσaréσκειας συνοδεύεται μόνο από την συνείδηση που είναι ριζωμένη στο μίσος (όχι σε απληστία ή αυταπάτη), και αυτή η συνείδηση συνοδεύεται απαραίτητως από αυτό το αίσθημα.

Έτσι η δυσaréσκεια, δηλ. το δυσάρεστο νοητικό αίσθημα, είναι πάντα φαύλη. Από αυτή την άποψη διαφέρει από το δυσάρεστο σωματικό αίσθημα, που είναι καρμικά απροσδιόριστο, και από το ευάρεστο και ουδέτερο αίσθημα που μπορεί να είναι καλό, φαύλο, ή απροσδιόριστο.

**Συνείδηση σχετιζόμενη με αποστροφή (*paṭigha-sampayutta*):**

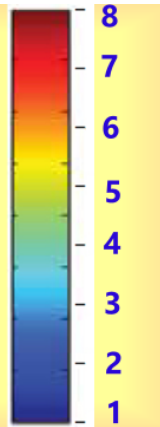
Ενώ η συνείδηση που είναι ριζωμένη στην απληστία (*lobha*) λέγεται ρητά ότι συνοδεύεται από απληστία,



η συνείδηση που είναι ριζωμένη στο μίσος (*dosa*) εξηγείται με την συνώνυμη λέξη αποστροφή (*paṭigha*).



Το *ρατigha* περιλαμβάνει όλους τους βαθμούς αποστροφής, από τον απλό εκνευρισμό μέχρι την βίαιη οργή.



Η λέξη σημαίνει κυριολεκτικά «χτυπώ εναντίον», που δείχνει μία νοητική στάση αντίστασης, απόρριψης, ή καταστροφής.

**Αποστροφή:**  
έντονη αντιπάθεια για κάποιον ή κάτι.



Ποιες είναι οι άλλες λέξεις για την αποστροφή;



Αντιπάθεια, απέχθεια, αποκρουστικότητα, αηδία, αποτροπιασμός

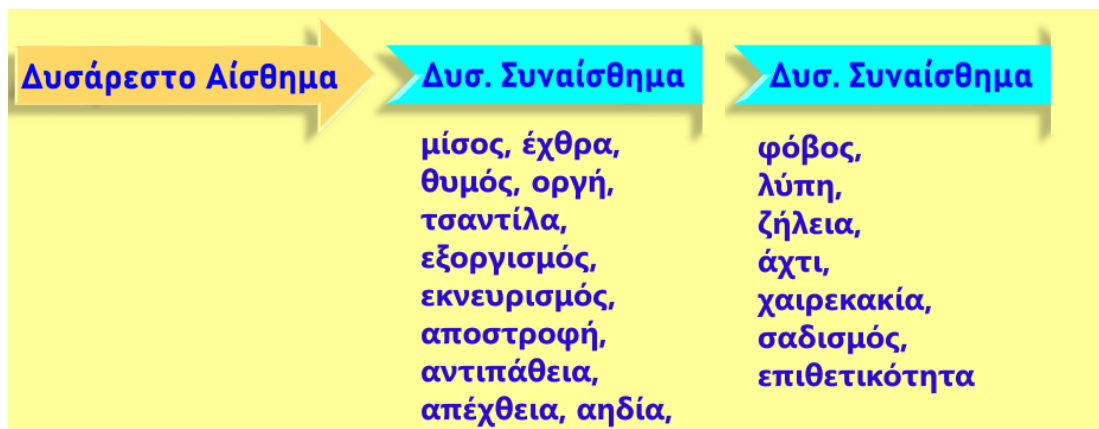
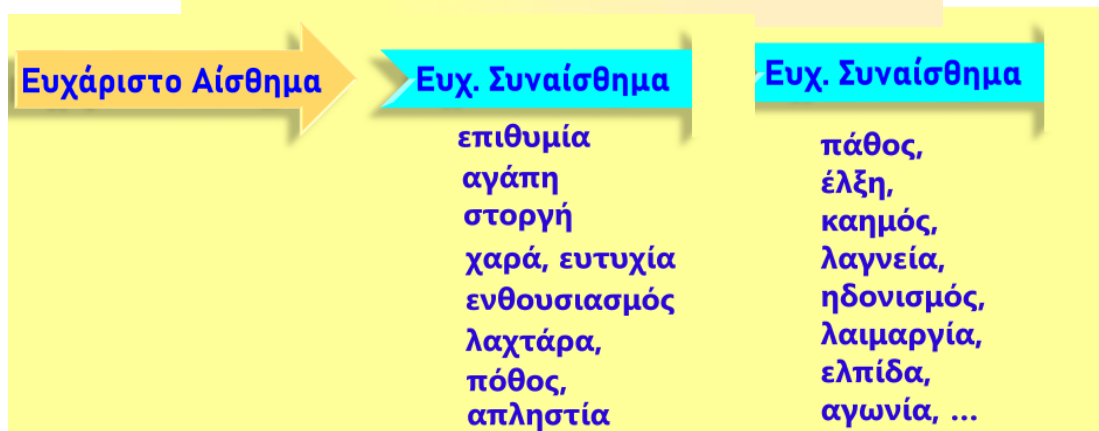


Αν και η δυσαρέσκεια και η αποστροφή συνοδεύουν πάντα η μία την άλλη, θα πρέπει παρ' όλα αυτά να διακρίνουμε τις ιδιότητές τους.


Το αίσθημα δυσαρέσκειας (*domanassa*) είναι η εμπειρία ενός δυσάρεστου αισθήματος, ενώ η αποστροφή (*ρατigha*) είναι η νοητική στάση του εκνευρισμού ή της κακοβουλίας.



Μια και μιλάμε για το αίσθημα, θα αναφέρουμε εδώ κάποια πράγματα γι' αυτό.



Παράδειγμα για το πώς εγείρεται ο νοητικός παράγοντας του **μίσους** μέσα μας.



Θα δώσουμε παράδειγμα με τα αισθητήρια όργανα, για να καταλάβουμε περίπου πώς επηρεαζόμαστε από τα αντικείμενα με τα οποία ερχόμαστε σε επαφή. Έχουμε για παράδειγμα το μάτι και ένα μαραμένο λουλούδι που έχει χάσει όλη την ομορφιά του. Αποκλείεται να το βάλουμε σε ένα βάζο και να το κοιτάμε διότι είναι κάτι δυσάρεστο που αρχίζει να βρωμάει κι όλας, και το μόνο που θέλουμε είναι να το πετάξουμε. Εάν δε το κρατήσουμε πολύ καιρό στο δωμάτιο, τότε η απέχθειά μας προς αυτό μπορεί να μετατραπεί εύκολα σε μίσος. Με λίγα λόγια, υπάρχει μια διαδικασία που λαμβάνει χώρα μέχρι να εγερθεί μέσα μας το μίσος.

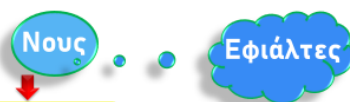
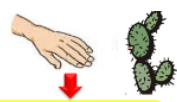




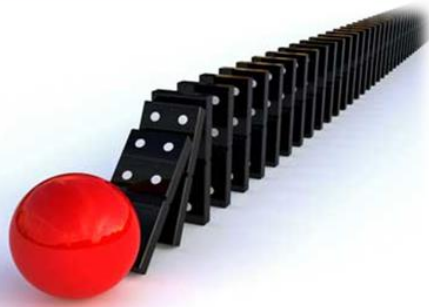
Αυτό που η αντίληψη αντιλαμβάνεται, ο λογισμός το λογίζεται.



Αυτό που ο λογισμός το λογίζεται, το μίσος το απεχθάνεται.



Φαινόμενο  
του ντόμινο,  
της  
αλληλουχίας  
των  
συμβάντων



Τα δυσάρεστα αισθήματα & συναισθήματά μας  
επηρεάζονται από  
ορατά αντικείμενα



ηχητικά αντικείμενα



οσφρητικά αντικείμενα



γευστικά αντικείμενα



απτά αντικείμενα



νοητικά αντικείμενα

ΙΔΕΕΣ

Για παράδειγμα, ακόμα και το πιο αγαπημένο σας τραγούδι, εάν το ακούγατε δέκα ή δεκαπέντε φορές την ημέρα θα το βαριόσασταν. Παρ' όλο που το ευχάριστο αίσθημα μπορεί στην αρχή να ήταν έντονο, σταδιακά επέρχεται ένας κορεσμός. Όταν επέλθει κορεσμός, τότε το ευχάριστο αίσθημα μετατρέπεται σε δυσάρεστο· κι αυτό ισχύει για όλα τα αντικείμενα των αισθήσεων. Τα πάντα, ακόμα και οι ιδέες μπορούν να επηρεάσουν την διάθεσή μας, τα συναισθήματά μας, και να φέρουν δυσάρεστα συναισθήματα, τα οποία με την σειρά τους εγείρουν την αποστροφή και το μίσος.

Έχουμε λοιπόν:



Οι άνθρωποι που απλώς αφήνουν τον νου τους να επηρεαστεί από τα αισθητήρια αντικείμενα με τα οποία ερχόμαστε σε επαφή, είναι πολύ εύκολο να έχουν αυτές τις φαύλες συνειδήσεις, διότι ο νους τους πάντα κλίνει προς κάτι που είναι δυσάρεστο λόγω της ασύνητης προσοχής.

Οι άνθρωποι που έχουν ασύνητη προσοχή, δεν προσέχουν δηλ. τον νου τους, πώς αυτός αντιδρά, είναι πολύ εύκολο να παρασυρθούν, το μίσος να φουντώσει μέσα τους, φτάνοντας σε ένα σημείο όπου βιώνουν ένα καθημερινό δράμα με τα πράγματα που απεχθάνονται γύρω τους.

Υπάρχει βέβαια τρόπος να αποβάλλει κανείς το μίσος μέσω του διαλογισμού, αλλά δεν παύει να είναι απαραίτητη η συνειδητή προσοχή.

Στην ομάδα του μίσους τώρα, υπάρχουν κι άλλοι νοητικοί παράγοντες, όπως η ζήλεια, η τσιγκουνιά, και η τύψη.

8. μίσος	<i>dosa</i>	} Ομάδα Μίσους
9. ζήλεια	<i>issā</i>	
10. τσιγκουνιά	<i>macchhariya</i>	
11. τύψη/ενοχή	<i>kukkucca</i>	

Θα μιλήσουμε τώρα για τους υπόλοιπους νοητικούς παράγοντες που ανήκουν στην ομάδα του μίσους, ξεκινώντας από την ζήλεια.

## 9. Ζήλεια/Φθόνος (*issā*)

### 9. Ζήλεια/Φθόνος

1. Το χαρακτηριστικό της είναι να ζηλεύει την επιτυχία των άλλων.
2. Η λειτουργία της είναι η δυσαρέσκεια με την επιτυχία των άλλων.
3. Η εκδήλωσή της είναι η αποστροφή προς την επιτυχία των άλλων.
4. Η εγγύτατη αιτία της είναι η επιτυχία των άλλων.

Η ζήλεια προκαλεί αποστροφή, και όταν η αποστροφή γεννηθεί μέσα μας τότε είναι πολύ εύκολο να μισήσουμε τους άλλους που είναι πιο επιτυχημένοι από εμάς ή αυτούς που τραβούν την προσοχή των άλλων περισσότερο από εμάς.



Η εμπαθής ζήλεια που φθάνει έως το μίσος για τα αγαθά, την επιτυχία ή την υπεροχή των άλλων, είναι κάτι που μπορούμε να το δούμε πολύ συχνά.



## 10. Τσιγκουνιά (*macchariya*)



Τσιγκουνιά είναι η αποστροφή του μοιράσματος με τους άλλους. Όχι μόνον αυτό, αλλά ο τσιγκούνης δεν θέλει να ξέρουν οι άλλοι αυτά που κατέχει.

### 10. Τσιγκουνιά

1. Το **χαρακτηριστικό** της είναι να κρύβει την αυτο-ευημερία, είτε αφού αποκτήθηκε κάτι είτε όταν μπορεί να αποκτηθεί.
2. Η **λειτουργία** της είναι ότι δεν μπορεί να ανέχεται να μοιράζεται με άλλους.
3. Η **εκδήλωσή** της είναι η άρνηση από το να μοιράζεται.
4. Η **εγγύτατη αιτία** της είναι η αυτο-ευημερία.

Ο τσιγκούνης ενδιαφέρεται μόνο για την δική του ευημερία και δεν νοιάζεται για τους άλλους. Κι εδώ το συναίσθημα είναι η δυσαρέσκεια και η αποστροφή προς όλους αυτούς που ενδιαφέρονται για την περιουσία του ή για το πώς την απόκτησε.

## 11. Τύψη/Ενοχή (*kukkucca*)



## 11. Τύψη/Ενοχή

1. Το **χαρακτηριστικό** της είναι η επακόλουθη μετάνοια μετά από μία εσφαλμένη πράξη.
2. Η **λειτουργία** της είναι η θλίψη για το τι έχειπραχθεί και τι δεν έχειπραχθεί.
3. Η **εκδήλωσή** της είναι η τύψη συνειδήσεως.
4. Η **εγγύτατη αιτία** της είναι ό,τι έχειπραχθεί και ό,τι δεν έχειπραχθεί (δηλ. λάθη της διάπραξης και της παράλειψης).

Νιώθουμε τύψεις για πράγματα που πιστεύουμε ότι τα έχουμε κάνει λάθος, ή για πράγματα που ενώ έπρεπε, παραλείψαμε να τα κάνουμε. Τό άτομο που έχει αυτές τις ενοχές βρίσκεται σε μια δυσάρεστη κατάσταση η οποία προκαλεί αποστροφή προς τον ίδιο του τον εαυτό, μέχρι του σημείου να τον μισεί και να προξενήσει ακόμα και βλάβη προς τον ίδιο.



Σ' αυτή την περίπτωση έχουμε την συνείδηση που συνδιάζεται με το αίσθημα και με τις νοητικές λειτουργίες. Φυσικά η αντίληψη δεν σημαίνει ότι είναι απύσχα, αλλά απλώς παίρνει πληροφορίες και επηρεάζεται από το αίσθημα, και μετά συνδιάζεται με τις νοητικές λειτουργίες που στην συγκεκριμένη περίπτωση είναι η αποστροφή και το μίσος.

Κάτι ανάλογο γίνεται και με την απληστία όπου εκεί το αίσθημα είναι ευχάριστο, επηρεάζει την αντίληψη, η οποία συνδιάζεται με την νοητική λειτουργία της απληστίας.

**Οι Φαύλες Συνειδήσεις (Δ' μέρος)- Αυταπάτη (Μόχα)**

Καλησπέρα σας, και καλώς ήλθατε σ' αυτό το μάθημα. Στα προηγούμενα μαθήματα είχαμε εξηγήσει τις δέκα από τις δώδεκα φαύλες συνειδήσεις, που οκτώ απ' αυτές είναι ριζωμένες στην απληστία και δύο στο μίσος. Σήμερα θα μιλήσουμε για τις δύο συνειδήσεις που είναι ριζωμένες στην Αυταπάτη (μόχα), για να καταλάβουμε τί είναι η αυταπάτη, πώς εμφανίζεται, και πώς μπορεί κανείς να την εντοπίσει μέσα του.



Ο άνθρωπος που έχει αυταπάτη δεν έχει καθαρή γνώση μέσα του, και θα δούμε ότι αυτή η αυταπάτη συνδιάζεται με άλλους νοητικούς παράγοντες όπως αμφιβολία, αβεβαιότητα, ανησυχία κλπ. Όταν για παράδειγμα ο νους είναι ανήσυχος, βρίσκεται σε μια κατάσταση που δεν μπορεί να δει ένα φαινόμενο με καθαρότητα.



**Αυταπάτη:**  
το να εξαπατά  
κανείς τον εαυτό  
του πιστεύοντας  
ως πραγματικό  
ή πραγματο-  
ποιησιμο κάτι  
που απλώς  
επιθυμεί.



Βλέπουμε δηλ. τα πράγματα όπως τα θέλουμε και όχι όπως αυτά είναι στην πραγματικότητα.

Αυτό δεν συμβαίνει μόνο για εμάς αλλά και για τους

άλλους, βλέπουμε δηλ. τους άλλους μέσα από τις δικές μας προκαταλήψεις και όχι όπως αυτοί είναι πραγματικά.

Η αυταπάτη μπορεί να επεκταθεί σε πολλά πράγματα της καθημερινής μας ζωής.

Ένα παράδειγμα αυταπάτης είναι όταν στεκόμαστε μπροστά στον καθρέφτη και βλέπουμε τον εαυτόν μας όχι μόνον εξωτερικά αλλά και εσωτερικά με λανθασμένο τρόπο.

**Ποιός Είμαι ;**



Αυτό δεν συμβαίνει μόνο στους άνδρες και στις γυναίκες αλλά καμιά φορά και στα ζώα:



## Αυταπάτη (Moha)

1. Το **χαρακτηριστικό** της είναι η νοητική τυφλότητα ή η μη γνώση (*aññāṇa*)
2. Η **λειτουργία** της είναι η μη διείδυση στην πραγματική φύση ενός αντικειμένου ή η απόκρυψη της πραγματικής του φύσης.
3. Η **εκδήλωσή** της είναι η απουσία της σωστής πρακτικής ή το νοητικό σκοτάδι.
4. Η **εγγύτατη αιτία** της είναι η ασύνετη προσοχή (*ayoniso manasikāra*).

Ασύνετη προσοχή σημαίνει να θεωρεί κανείς:

1. Κάτι που είναι ασταθές, παροδικό, προσωρινό  
(*anicca*)

ως μόνιμο, σταθερό, αμετάβλητο, άφθαρτο  
(*nicca*).

2. Κάτι που είναι ταλαιπωρία, πόνος, δυσάρεστο  
(*dukkha*)

ως ευτυχία, ως ευχάριστο  
(*sukha*).

3. Κάτι που δεν είναι ένας εαυτός, ή μια ψυχή  
(*anattā*)

ως έναν εαυτό, ή μια ψυχή  
(*attā*)

4. Κάτι που είναι αηδιαστικό, άσχημο  
(*asubha*)

ως ωραίο και όμορφο  
(*subha*)

Είναι κάτι συνηθισμένο να βλέπουμε τα πράγματα με χονδροειδή τρόπο και να τα θεωρούμε σταθερά και αμετάβλητα· κι όταν αυτά αλλάξουν ξαφνιαζόμαστε: «γιατί..., πώς..., γιατί σε μένα;» αποδεικνύοντας έτσι την άγνοια που έχουμε για την αληθινή φύση των φαινομένων.

Δίνοντας ασύνετη προσοχή, ελκύεται κανείς με επιθυμία, λαχτάρα, πόθο και απληστία, προς πράγματα:

ασταθή και παροδικά, που φέρνουν πόνο και ταλαιπωρία, ή είναι αηδιαστικά.

Ή αλλιώς, δίνοντας ασύνετη προσοχή, απωθείται κανείς με μίσος, προς πράγματα:

ασταθή και παροδικά, που φέρνουν πόνο και ταλαιπωρία, ή είναι αηδιαστικά.

Η αυταπάτη θα πρέπει να θεωρηθεί ως η κύρια ρίζα όλων των συνειδήσεων που είναι φαύλες και οδηγεί στην έγερση της απληστίας ή του μίσους. Είναι πάντα παρούσα ως ρίζα σε συνειδήσεις που συνοδεύονται από απληστία και μίσος.

**Είναι πάντα παρούσα ως ρίζα σε συνειδήσεις που συνοδεύονται από απληστία και μίσος.**



Έτσι η απληστία και το μίσος δεν εμφανίζονται μόνα τους, αλλά πάντα σε συνδιασμό με την αυταπάτη.

Αλλά αν και η αυταπάτη είναι πάντα παρούσα ως ρίζα σε συνειδήσεις

που συνοδεύονται από απληστία και μίσος, η λειτουργία της εδώ είναι υποδεέστερη. Δηλ. λόγω της αυταπάτης εμείς ενεργοποιούμαστε και κάνουμε πράξεις απληστίας ή μίσους. Η αυταπάτη εδώ βρίσκεται σε παθητική μορφή, ενώ η απληστία ή το μίσος σε ενεργητική ή δυναμική μορφή.

**Η αυταπάτη (moha), από την άλλη πλευρά, μπορεί να εγερθεί και μεμονωμένα — επομένως ονομάζεται «mohā» (μόνο αυταπάτη).**



## Μη Αυταπάτη (*Amoha*)

1. Το χαρακτηριστικό της είναι η διεισδυτική κατανόηση των φαινομένων σύμφωνα με την έμφυτη φύση τους (*yathā-sabhāva*).

2. Η λειτουργία της είναι να φωτίζει το αντικειμενικό πεδίο όπως ένας λύχνος, με το να καταργεί το σκοτάδι της αυταπάτης που κρύβει την έμφυτη φύση των φαινομένων.

3. Η εκδήλωσή της είναι η μη σύγχυση, δηλ. η σαφήνεια, η διαύγεια ή η σαφής διάκριση.

4. Η εγγύτατη αιτία της είναι η συνετή προσοχή (*yoniso manasikāra*).

Συνετή προσοχή σημαίνει να θεωρεί κανείς:

1. Κάτι που είναι ασταθές, παροδικό, προσωρινό (*anicca*)

ως ασταθές, παροδικό, προσωρινό (*anicca*).

2. Κάτι που είναι ταλαιπωρία και πόνος (*dukkha*)

ως ταλαιπωρία και πόνος (*dukkha*).

3. Κάτι που δεν είναι ένας εαυτός, ή μια ψυχή (*anattā*)

ως μη εαυτό, ή μη ψυχή (*attā*)

4. Κάτι που είναι αηδιαστικό, άσχημο (*asubha*)

ως αηδιαστικό, άσχημο (*asubha*)

Δίνοντας συνετή προσοχή, δεν ελκύεται κανείς με επιθυμία, λαχτάρα, πόθο και απληστία, πρὸς πράγματα:

ασταθή και παροδικά, που φέρνουν πόνο και ταλαιπωρία, ή είναι αηδιστικά.

Ἡ αλλιῶς, δίνοντας συνετή προσοχή, δεν απωθείται κανείς με μίσος, προς πράγματα:

ασταθή και παροδικά, που φέρνουν πόνο και ταλαιπωρία, ή είναι αηδιστικά.

**Συνώνυμες λέξεις της μη αυταπάτης είναι:**

**σοφία (ραῖῆᾱ)**—

ορθοφροσύνη ως αποτέλεσμα βαθιάς γνώσης ή μεγάλης πείρας, και

**καθαρή γνώση (ῆᾱῆᾱ)**—

των πραγμάτων ή φαινομένων ὅπως πραγματικά είναι.

## 2 Συνειδήσεις Ριζωμένες στην Αυταπάτη

Θα μιλήσουμε τώρα περισσότερο για την αυταπάτη διότι η αυταπάτη ή ίδια συνδιάζεται με άλλους νοητικούς παράγοντες, και θα δούμε επίσης πώς υποστηρίζεται από αυτούς για να εμφανισθεί μέσα στον νου μας και να δώσει τα αποτελέσματά της.

### 2 Συνειδήσεις Ριζωμένες στην Αυταπάτη

#### 1. Μια συνείδηση συνοδευόμενη από

- ουδέτερο αίσθημα (*urekkha*),
- σχετιζόμενη με **αμφιβολία** (*vicikiccha*).

Ο συνδιασμός εδώ γίνεται ως εξής:

Έχουμε την συνείδηση, το ουδέτερο αίσθημα, την πρόθεση, την αυταπάτη και τέλος την αμφιβολία. Αυτοί βέβαια είναι οι σπουδαιότεροι νοητικοί παράγοντες αυτού του συνδιασμού· δεν σημαίνει ότι δεν υπάρχουν κι άλλοι.



## 2 Συνειδήσεις Ριζωμένες στην Αυταπάτη

2. Μια συνείδηση συνοδευόμενη από
  - ουδέτερο αίσθημα (*urekkha*),
  - σχετιζόμενη με **ανησυχία** (*uddhacca*).

Ο συνδιασμός εδώ γίνεται ως εξής:

Έχουμε την συνείδηση, το ουδέτερο αίσθημα, την πρόθεση, την αυταπάτη και τέλος την ανησυχία. Αυτοί βέβαια είναι οι σπουδαιότεροι νοητικοί παράγοντες αυτού του συνδιασμού· δεν σημαίνει ότι δεν υπάρχουν κι άλλοι.

Αυτές οι δύο κατηγορίες της φαύλης συνείδησης δηλ. η αμφιβολία και η ανησυχία, περιλαμβάνουν εκείνα τα είδη συνείδησης στα οποία οι άλλες δύο φαύλες ρίζες – η απληστία και το μίσος – απουσιάζουν. Έχουμε δηλ. αυταπάτη με αμφιβολία και αυταπάτη με ανησυχία.

Μόνο η αυταπάτη είναι παρούσα ως μία φαύλη ρίζα σ' αυτές, και έτσι ταξινομούνται μόνες τους ως συνειδήσεις ριζωμένες στην αυταπάτη.

### Το Ουδέτερο Αίσθημα

Συνείδηση συνοδευόμενη από ουδέτερο  
αίσθημα (*urekkhā-sahagata*):

Θα μιλήσουμε τώρα για το ουδέτερο αίσθημα, και θα δούμε πώς και αυτό παίζει ρόλο για να εγερθεί η φαύλη συνείδηση της αυταπάτης.

### Το Ουδέτερο Αίσθημα

Ακόμη και αν ένα επιθυμητό αντικείμενο είναι παρόν, όταν εμφανίζεται μία συνείδηση ριζωμένη στην **αυταπάτη**, αυτό δεν βιώνεται ως επιθυμητό και έτσι δεν προκύπτει ένα ευάρεστο νοητικό αίσθημα (*somanassa*).



Παρόμοια, ένα ανεπιθύμητο αντικείμενο δεν βιώνεται ως ανεπιθύμητο και έτσι δεν προκύπτει ένα δυσάρεστο νοητικό αίσθημα (*domanassa*).



Εξ' άλλου, όταν ο νους έχει εμμονές με αμφιβολία ή ανησυχία, δεν είναι ικανός να σχηματίσει μία καθορισμένη θετική ή αρνητική αξιολόγηση του αντικειμένου, και έτσι δεν μπορεί να συσχετισθεί με ένα ευάρεστο ή δυσάρεστο αίσθημα.

Γι' αυτούς τους λόγους το αίσθημα που συνοδεύει αυτές τις δύο συνειδήσεις είναι ουδέτερο (*upekkhā*).



Δεν έχει δηλ. μέσα του ούτε χαρά ούτε δυσαρέσκεια.

### Το Αίσθημα & Οι Συνέπειες



Η αδιαφορία προκαλεί την αμφιβολία.

## Η Αμφιβολία

Συνείδηση σχετιζόμενη με αμφιβολία  
(*vicikicchā-samprayutta*):

Η αμφιβολία είναι η αβεβαιότητα σχετικά με την αλήθεια, την πραγματικότητα, ή την ύπαρξη ενός πράγματος.

Συνήθως εμφανίζεται σε περιπτώσεις αμφισβήτησης για το αν τα πράγματα είναι καλά, σωστά ή όχι, αν πρέπει να ασκούνται ή όχι, αν είναι υψηλής ή χαμηλής αξίας κλπ.



Ποιές είναι οι άλλες λέξεις για την αμφιβολία;



αβεβαιότητα, δίλημμα, αναποφασιστικότητα, απορία, προβληματισμός, ανασφάλεια, αμηχανία, εκκρεμότητα, αμφισβήτηση, διχογνωμία, σπαζοκεφαλιά, αίνιγμα,



Ένας άνθρωπος που βρίσκεται σε σταυροδρόμι, βρίσκεται σε αμηχανία και δεν ξέρει ποιά κατεύθυνση να πάρει.

Τέτοιες περιπτώσεις συμβαίνουν καθημερινά στην ζωή μας: άλλες φορές σε μικρές στιγμές και άλλες φορές σε μεγάλες. Καμιά φορά η αμφιβολία μας για κάτι μπορεί να κρατήσει μέρες ή και εβδομάδες.

Τί πρέπει να κάνω; Πού να πάω; Ποιός το έκανε αυτό; Πότε το έκανε; Γιατί έγινε αυτό; Πώς έγινε αυτό;

Έχουμε όλα τα είδη ερωτηματικών μέσα μας, και ο νους μας βρίσκεται σε μια ουδέτερη αναποφάσιστη κατάσταση.



Ποιό είναι το αντίθετο της αμφιβολίας;



βεβαιότητα, σιγουριά, αποφασιστικότητα, αυτοπεποίθηση, ασφάλεια, εμπιστοσύνη, πίστη



Στην σκέψη που σχετίζεται με αμφιβολία, η αποφασιστικότητα αντικαθίσταται από την αμφιβολία, εφ' όσον και οι δύο είναι αμοιβαία ασυμβίβαστες.

Η αποφασιστικότητα εξαιρείται από την σκέψη που σχετίζεται με αμφιβολία, επειδή δεν μπορεί να ληφθεί απόφαση καθ' όσο διάστημα ο νους εμποδίζεται από την αμφιβολία.

Αμφιβολία
1. Το χαρακτηριστικό της είναι η αμφισβήτηση.
2. Η λειτουργία της είναι η αμφιταλάντευση και ο δισταγμός.
3. Η εκδήλωσή της είναι η αναποφασιστικότητα και η λήψη διαφόρων πλευρών.
4. Η εγγύτατη αιτία της είναι η ασύνετη προσοχή.

## Η Έγερση της Αμφιβολίας

Η αμφιβολία εγείρεται  
λόγω της ασύνετης  
προσοχής σε αβέβαια,  
αόριστα και ασαφή  
ζητήματα.



Γι' αυτό λέει ο Βούδδας:

«Υπάρχουν πράγματα που προκαλούν αμφιβολία.

Δίνοντας συχνά ασύνετη προσοχή σε αυτά —  
αυτή είναι η **τροφή** για την **έγερση** της  
αμφιβολίας που δεν έχει εγερθεί,  
και η **τροφή** για την **αύξηση** και  
**ενίσχυση** της αμφιβολίας που έχει  
ήδη εγερθεί».

(SN 46:51)

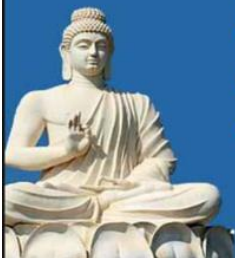


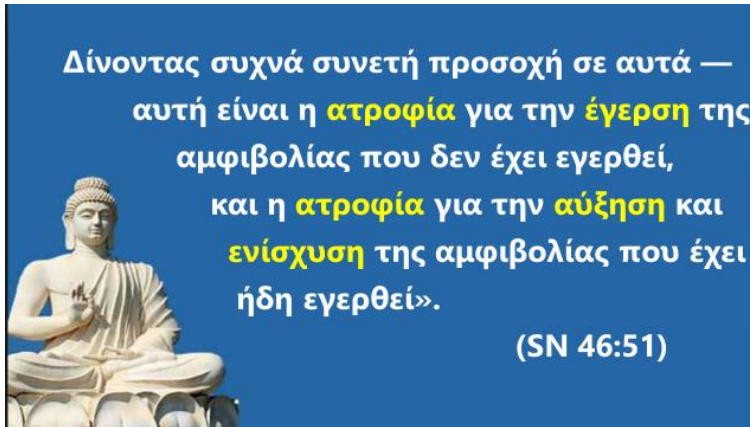
## Η Εγκατάλειψη της Αμφιβολίας

Η αμφιβολία μπορεί επίσης να εγκαταλειφθεί μέσω της συνετής  
προσοχής σε πράγματα που είναι ηθικά ή ανήθικα, κλπ.

Γι' αυτό ο Βούδδας λέει:

«Υπάρχουν πράγματα που είναι  
ηθικά ή ανήθικα,  
άψογα ή κατακριτέα,  
αξιοπρεπή ή ποταπά,  
σκοτεινά και φωτεινά.





### Η Εγκατάλειψη της Αμφιβολίας

Έξι επιπλέον πράγματα συμβάλλουν στην εγκατάλειψη της αμφιβολίας:

1. Συλλογή καθαρής γνώσης.
2. Υποβολή ερωτήσεων, μελέτη, έρευνα και εξέταση.
3. Εξοικείωση με τον κώδικα της ηθικής συμπεριφοράς.
4. Συναναστροφή με εκείνους που είναι ώριμοι σε ηλικία και εμπειρία, που έχουν αξιοπρέπεια, εγκράτεια και ηρεμία.
5. Καλή φιλία.
6. Κατάλληλη συζήτηση.

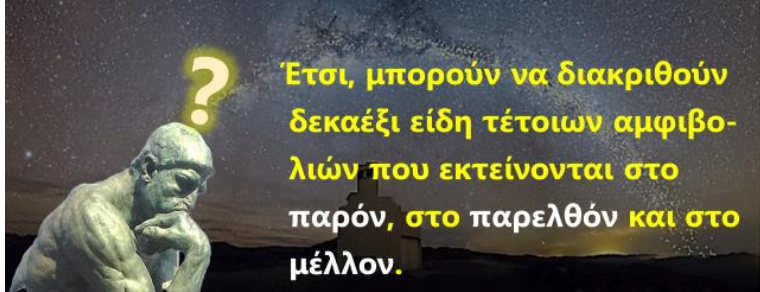
Η αμφιβολία μπορεί να σημαίνει και σκεπτικιστική αμφιβολία για πνευματικά, φιλοσοφικά και υπαρξιακά πράγματα.



Ασχολούμενος με την αναζήτηση της «αληθινής φύσης» του, ο άνθρωπος αναρωτιόταν από την αρχαιότητα για τον εαυτό του, για το «Ποιός είμαι εγώ;», και για την θέση και την ύπαρξή του στο σύμπαν.

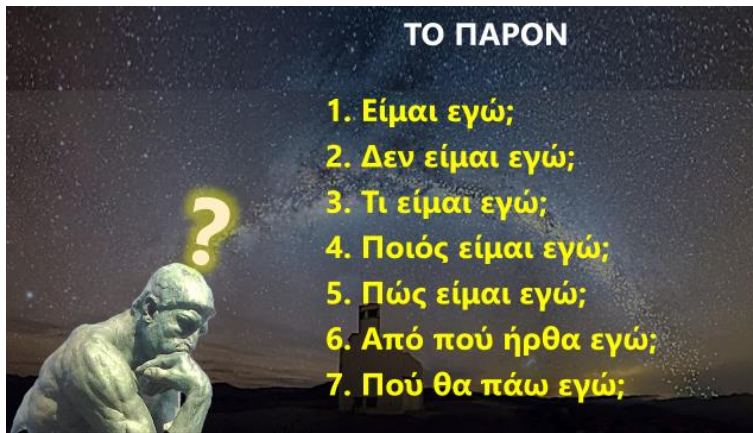


Λόγω της ασύνετης προσοχής του, δημιουργήθηκαν στον νου του σκεπτικιστικές αμφιβολίες και περιπλανήσεις.



#### ΤΟ ΠΑΡΟΝ

1. Είμαι εγώ;
2. Δεν είμαι εγώ;
3. Τι είμαι εγώ;
4. Ποιός είμαι εγώ;
5. Πώς είμαι εγώ;
6. Από πού ήρθα εγώ;
7. Πού θα πάω εγώ;



#### ΤΟ ΠΑΡΕΛΘΟΝ

1. Ήμουν/ υπήρχα εγώ στο παρελθόν;
2. Δεν ήμουν/ δεν υπήρχα εγώ στο παρελθόν;
3. Τι ήμουν εγώ στο παρελθόν;
4. Πώς ήμουν εγώ στο παρελθόν;



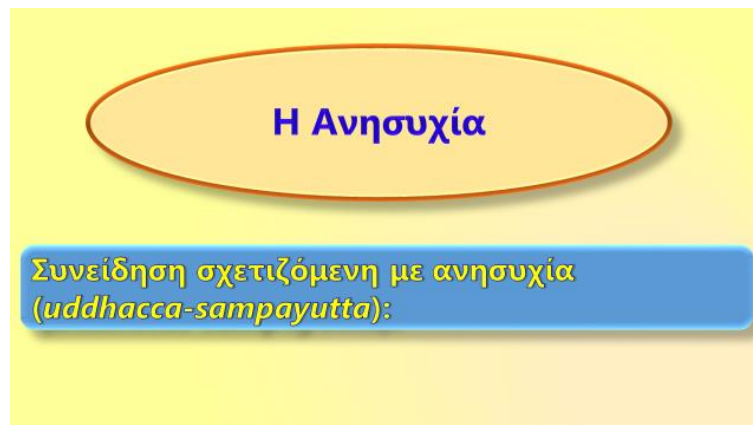


Προκειμένου να περιγράψει και να εξηγήσει τον εαυτόν του και τον κόσμο γύρω του, ο άνθρωπος δημιούργησε θεωρίες, μυθολογίες, φιλοσοφίες, και θρησκείες, χρησιμοποιώντας ως επί το πλείστον την φαντασία του σαν μέσον έρευνας. Δηλαδή, την εποχή που δεν είχε εμφανισθεί ακόμα η επιστήμη η οποία έθεσε έναν συστηματικό τρόπο μελέτης αυτών των φαινομένων, ο άνθρωπος χρησιμοποιούσε την φαντασία του. Ακόμα κι όταν έδινε κάποια απάντηση, μετά από λίγο φούντωνε πάλι η αμφιβολία μέσα του.

Η αμφιβολία δεν σταματάει ποτέ. Εάν παρακολουθήσουμε τον νου μας θα δούμε ότι ακόμα κι όταν έχουμε μια καλή απόδειξη για κάτι, μετά από λίγο καιρό αμφιβάλουμε: «μήπως δεν είναι έτσι;».

Ο νους δεν σταματάει ποτέ. Βρίσκεται μόνιμα μέσα στην αυταπάτη, ξεχνάει και αμφιβάλλει εκ νέου.

Στην συνέχεια θα μιλήσουμε για την ανησυχία.



Η συνείδηση που είναι μολυσμένη από την ανησυχία είναι το δεύτερο είδος συνείδησης με ρίζα στην αυταπάτη.



Ποιες είναι οι άλλες λέξεις για την ανησυχία;



μη ηρεμία, ταραχή, αναταραχή, διατάραξη σύγχυση, στεναχώρια απόσπαση της προσοχής



#### 4. Ανησυχία

1. Το χαρακτηριστικό της είναι η έλλειψη ψυχικής ηρεμίας, και η αναστάτωση, όπως το νερό που χτυπιέται από τον άνεμο.
2. Η λειτουργία της είναι να κάνει τον νου ασταθή, όπως ο άνεμος ανεμίζει μιά σημαία.
3. Η εκδήλωσή της είναι η αναταραχή.
4. Η εγγύτατη αιτία της είναι η ασύνετη προσοχή στη νοητική αναστάτωση.

Αυτός που έχει ανησυχία έχει πολλά κύμματα σκέψεων που θολώνουν τον νου του.

Ο νοητικός παράγοντας της ανησυχίας βρίσκεται σε όλες τις δώδεκα φαύλες συνειδήσεις, ως καθολικός παράγοντας, αλλά στις έντεκα εξ' αυτών η δύναμή της (*σάττι*) είναι σχετικά αδύναμη και η λειτουργία της είναι δευτερεύουσα.

Ωστόσο, στο δωδέκατο είδος συνείδησης, η ανησυχία γίνεται ο κύριος παράγοντας. Συνεπώς, αυτό το τελευταίο είδος περιγράφεται ως «συνείδηση σχετιζόμενη με ανησυχία».

Πρέπει να σημειωθεί, ότι όσον αφορά την «αυθόρμητη» ή «με προτροπή» συνείδηση, καμία ιδιότητα δεν αναφέρεται σε αυτά τα δύο είδη συνείδησης που είναι ριζωμένα στην αυταπάτη, επειδή η αναποφασιστικότητα είναι δεσπόζουσα.

#### «Αυθόρμητη» ή «Με Προτροπή» Συνείδηση

Η συνείδηση βρίσκεται σε ένα

εκκρεμές επίπεδο,  
αρρυθμιστο,  
αξεκαθάριστο,  
ακανόνιστο,  
αδιευθέτητο,  
ατακτοποίητο.

Όταν κάποιος είναι αναποφάσιστος δεν μπορεί να πάρει καμία απόφαση είτε αυθόρμητη είτε με προτροπή. Δεν μπορεί να έχει μια σταθερή πρόθεση ώστε να πει «θα κάνω αυτό» ή «θα κάνω το άλλο» διότι έχει αμφιβολία ή ανησυχία.



Φυσικά, στο συνάθροισμα των Νοητικών Λειτουργιών συμπεριλαμβάνεται η αυταπάτη, το μίσος, και γενικά πενήντα νοητικούς παράγοντες με τους οποίους μπορεί να συνδιαστεί η συνείδηση και να δώσει αποτελέσματα· φαύλα ή καλά.

Το αντίθετο της ανησυχίας τώρα, είναι η Γαλήνη (*passaddhi*). Η γαλήνη θα πρέπει να θεωρηθεί ότι αντιτίθεται στην ανησυχία (*ounτάτσα*) που δημιουργεί δυσφορία.

- Γαλήνη (*passaddhi*)**
1. Το χαρακτηριστικό της είναι η καθυσύχασση των διαταραχών στο νοητικό σώμα και στη συνείδηση, αντίστοιχα.
  2. Η λειτουργία της είναι να συνθλίβει τέτοιες διαταραχές.
  3. Η εκδήλωσή της είναι η ηρεμία και η ψυχραιμία.
  4. Η εγγύτατη αιτία της είναι το νοητικό σώμα και η συνείδηση.

Νοητικό σώμα σημαίνει όλους τους νοητικούς παράγοντες. Όταν αυτοί αρχίζουν να γαληνεύουν, γαληνεύει και η συνείδηση. Η γαλήνη είναι ένας σημαντικός νοητικός παράγοντας που θα τον εξετάσουμε σε επόμενα μαθήματα.

Θα κάνουμε τώρα μία σύνοψη των 12 φαύλων συνειδήσεων.

**Σύνοψη  
των 12 Φαύλων  
Συνειδήσεων**

Έχουμε 12 είδη φαύλων συνειδήσεων. Από αυτές, 8 συνειδήσεις είναι ριζωμένες στην Απληστία, 2 συνειδήσεις είναι ριζωμένες στο Μίσος, και 2 συνειδήσεις είναι ριζωμένες στην Αυταπάτη. Αυτές οι φαύλες συνειδήσεις είναι που ωθούν τους ανθρώπους να κάνουν φαύλες πράξεις. Όταν δηλ. μία φαύλη συνείδηση ενεργοποιηθεί ξανά και ξανά μέσα στον νου μας, τότε είναι πολύ εύκολο να κάνουμε φαύλες πράξεις με το σώμα και την ομιλία.

Δίνουμε κάποια παραδείγματα:

**ΦΑΥΛΗ ΠΡΑΞΗ**

**Με το Σώμα**

- Ο φόνος έμβιων όντων
- Η κλοπή
- Η λανθασμένη σεξουαλική συμπεριφορά
- Η χρήση οιοπνευματωδών και μεθυστικών/εθιστικών ουσιών που προξενούν μέθη και αμέλεια.

**ΦΑΥΛΗ ΠΡΑΞΗ**

**Με τον Λόγο**

- Η ψευδολογία
- Ο διχαστικός λόγος
- Η σκληρή ομιλία
- Η φλυαρία

**ΦΑΥΛΗ ΠΡΑΞΗ**

**Με τον Νου**

- Η απληστία/πλεονεξία
- Ο θυμός/το μίσος
- Η λανθασμένη νόηση

Θα δούμε τώρα ποιές είναι οι ρίζες που προξενούν συγκεκριμένες πράξεις:

- Ο φόνος ζωντανών όντων: Συνείδηση ριζωμένη στο μίσος. Την στιγμή που κάποιος θέλει να καταστρέψει την ζωή ενός άλλου έμβιου όντος, έχει την συνείδησή του ριζωμένη στο μίσος. Βέβαια, πέντε ή δέκα λεπτά πιο πριν, μπορεί να ήθελε να καταστρέψει την ζωή λόγω απληστίας, για παράδειγμα επειδή θέλει να κλέψει τα χρήματα ενός ατόμου και ο μόνος τρόπος για να το κάνει είναι να τον σκοτώσει. Αλλά την στιγμή που σκοτώνει κυριαρχείται από την συνείδηση που είναι ριζωμένη στο μίσος.
- Η κλοπή: Συνείδηση ριζωμένη στην απληστία ή στο μίσος. Μισεί κάποιον και θέλει να τον εκδικηθεί· έτσι του κλέβει κάτι που αγαπάει πολύ ώστε να τον κάνει να πονέσει. Φυσικά το κάνει και λόγω απληστίας διότι θέλει να κατέχει αυτά που έχει ο άλλος.
- Η λανθασμένη σεξουαλική συμπεριφορά: Συνείδηση ριζωμένη στην απληστία. Για παράδειγμα κάποιος επιθυμεί τον/την σύντροφο κάποιου άλλου ατόμου διαπράττωντας έτσι μοιχεία ή άλλες φαύλες πράξεις όπως βιασμό κλπ.
- Η ψευδολογία: Συνείδηση ριζωμένη στην απληστία ή στο μίσος. Λέμε ψέμματα, είτε επειδή θέλουμε να αποκτήσουμε κάτι παραπάνω απ' ότι έχουμε, είτε επειδή μισούμε και θέλουμε να πληγώσουμε κάποιον, δίνοντάς του μια ψεύτικη πληροφορία.
- Ο διχαστικός λόγος: Συνείδηση ριζωμένη στο μίσος. Όταν θέλουμε να καταστρέψουμε την αρμονία μεταξύ κάποιων ατόμων, τους μεταφέρουμε λόγια που προκαλούν τον διχασμό.
- Η σκληρή ομιλία: Συνείδηση ριζωμένη στο μίσος.
- Η φλυαρία: Συνείδηση ριζωμένη στην αυταπάτη. Συμβαίνει όταν μιλάμε περί ανέμων και υδάτων, όταν κουτσομπολεύουμε, ή λέμε διάφορα αστεία για να περάσει η ώρα.

Μέχρι εδώ αναλύσαμε τις φαύλες συνειδήσεις, στα επόμενα μαθήματα όμως θα εξετάσουμε το πώς αυτές συνδιάζονται μεταξύ τους. Έχουμε δώσει επίσης στα προηγούμενα μαθήματα παραδείγματα για το πώς μπορούμε να τις ξεπεράσουμε όπως π.χ. μέσω του διορατικού διαλογισμού.

**Οι Καλές Συνειδήσεις Α' (κούσαλα 1)**



Καλησπέρα σας και καλώς ορίσατε σε αυτό το μάθημα. Όπως κάθε Πέμπτη θα συνεχίσουμε τα μαθήματα πάνω στην ανάλυση και την σύνθεση του νου και της ύλης, που είναι μαθήματα ψυχολογίας και φιλοσοφίας πάνω στις υπέρτατες πραγματικότητες όπως αναφέρονται στις Ομιλίες του Βούδδα.

Βρισκόμαστε στην ανάλυση των διαστάσεων της συνείδησης και στα προηγούμενα μαθήματα είχαμε ολοκληρώσει την εξήγηση για τις 12 φαύλες συνειδήσεις. Στο σημερινό μάθημα θα αρχίσουμε την ανάλυση των καλών συνειδήσεων και θα καθορίσουμε για ποιόν λόγο τις αποκαλούμε καλές. Πού συμβαίνουν αυτές οι καλές συνειδήσεις; όπως όλα τα είδη συνείδησης, συμβαίνουν στα έμβια όντα, και εκεί που υπάρχει χώρος και χρόνος.

Θα αναφερθούμε λοιπόν πρώτα στον χώρο και στον χρόνο που αφορά όλα τα είδη συνείδησης, και μετά θα αναλύσουμε και θα δούμε τις διαστάσεις των καλών συνειδήσεων.

**Κατάταξη της Συνείδησης σε Επίπεδα & Σφαίρες Ύπαρξης**

31 Επίπεδα Ύπαρξης	Οδός & Καρπός της Αξιότητας (arahatta) Οδός & Καρπός της Μη Επιστροφής (anāgāmi) Οδός & Καρπός της Άπαξ Επιστροφής (sakadāgāmi) Οδός & Καρπός της Εισόδου στο Ρεύμα (sotāpatti)	8 Είδη Υπερκόσμιας Συνείδησης (loluttara)
↓ <b>Άυλο Υλικό Επίπεδο (Arūpa-bhūmi)</b> 4 Κόσμοι	- Ούτε Αντίληψη ούτε Μη Αντίληψη - Αντίληψη της Μηδαμινότητας - Άπειρη Συνείδηση - Άπειρο Διάστημα	12 Είδη Συνείδησης της Άυλης Σφαίρας (Arūpāvacara-citta) Καλό-τυχοι Κόσμοι (Sugati)
<b>Λεπτοφυές Υλικό Επίπεδο (Rūpa-bhūmi)</b> 16 Κόσμοι	5 Άγνές Διαμονές για Μη Επιστρέφοντες 1 Κόσμος του Υλικού Σώματος μόνο 10 Κόσμοι των Θεών Βράχμα	15 Είδη Συνείδησης της Λεπτοφυούς Υλικής Σφαίρας (Rūpāvacara-citta)
<b>Ήδονικό Επίπεδο (Kāma-bhūmi)</b> 11 Κόσμοι	6 Ήδονικοί Ουράνιοι Θεϊκοί Κόσμοι 1 Ανθρώπινος Κόσμος 4 Κόσμοι του Ξεπεσμού Ζώα, Φαντάσματα, Δαίμονες, Κόλαση	54 Είδη Συνείδησης της Ήδονικής Σφαίρας (Kāmāvacara-citta) Κακό-τυχοι Κόσμοι

Δείχνουμε παραπλεύρως για άλλη μια φορά των πίνακα κατάταξης των συνειδήσεων σε επίπεδα και σφαίρες ύπαρξης, για να δούμε σε ποιά επίπεδα και σφαίρες ύπαρξης μπορεί να εμφανισθούν οι καλές συνειδήσεις.

Έχουμε τα 31 επίπεδα ύπαρξης. Κάτω κάτω είναι το ηδονικό επίπεδο ύπαρξης που περιλαμβάνει 11 κόσμους. Ξεκινάμε από τον ανθρώπινο κόσμο διότι είναι ο πιο γνωστός σε εμάς, στον οποίον λαμβάνουν χώρα και καλές και φαύλες συνειδήσεις. Στο ηδονικό επίπεδο έχουμε συνολικά 54 είδη συνείδησης εκ των οποίων οι 24 είναι καλές και οι υπόλοιπες είναι φαύλες, φαύλες επακόλουθες, κλπ.

Οι καλές συνειδήσεις όμως δεν βρίσκονται μόνον στον ανθρώπινο κόσμο αλλά και σε άλλους, όπως για παράδειγμα στους 6 ηδονικούς ουράνιους θεϊκούς κόσμους. Βρίσκονται επίσης και στους υπόλοιπους 16 κόσμους του λεπτοφυούς υλικού επιπέδου όπου εκεί έχουμε 15 είδη καλών συνειδήσεων, καθώς και στους 4 κόσμους του άυλου υλικού επιπέδου όπου εκεί έχουμε 12 είδη καλών συνειδήσεων. Οι καλές συνειδήσεις ιδιαίτερα στο λεπτοφυές και στο άυλο υλικό επίπεδο επιτυγχάνονται μόνο στα ανεπτυγμένα στάδια του διαλογισμού, τότε που ο νους πετυχαίνει τις εκστάσεις για τις οποίες έχουμε μιλήσει σε προηγούμενα μαθήματα.

Έτσι σ' αυτούς τους κόσμους, μπορεί κάποιος να επαναγεννηθεί μόνον εάν έχει επιτύχει αυτές τις εκστάσεις· ειδάλλως αυτές οι καλές συνειδήσεις δεν μπορούν να εμφανιστούν στον νου του. Παρ' όλα αυτά, ενώ βρίσκεται κανείς στον ανθρώπινο κόσμο, μπορεί να έχει την εμπειρία αυτών των συνειδήσεων και μετά τον θάνατό του να επαναγεννηθεί σ' αυτούς τους κόσμους.

Από τον ανθρώπινο κόσμο και πάνω, όλοι αυτοί ονομάζονται καλότυχοι κόσμοι, διότι μπορεί να επιτύχει κάποιος μεγάλους βαθμούς ευδαιμονίας. Κάτω από τον ανθρώπινο κόσμο υπάρχουν οι κακότυχοι κόσμοι του ξεπεσμού.

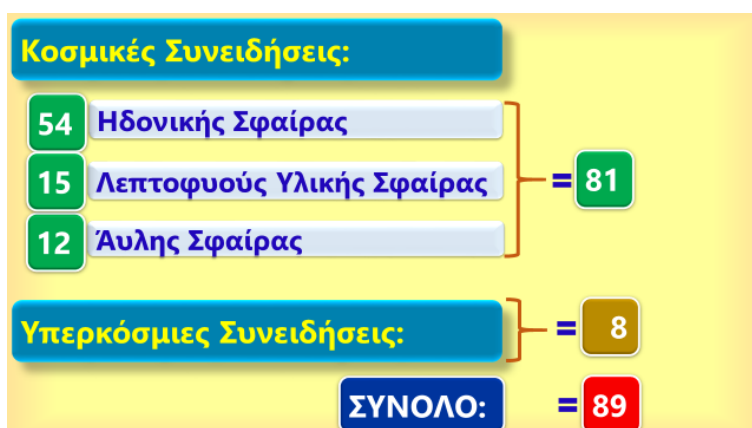
Υπάρχουν επίσης οι 8 υπερκόσμιες συνειδήσεις που κι αυτές ανήκουν στις καλές συνειδήσεις. Εμείς όμως θα αρχίσουμε από τις καλές συνειδήσεις που μπορούμε να τις βιώσουμε στον ανθρώπινο κόσμο. Αργότερα θα εξηγήσουμε και τις καλές συνειδήσεις των υπόλοιπων κόσμων και επιπέδων.

Οι συνειδήσεις των τριών επιπέδων ανήκουν στην κατηγορία των κοσμικών συνειδήσεων που μπορούν να επιτευχθούν με διάφορα είδη διαλογισμού, ενώ οι υπόλοιπες είναι υπερκόσμιες συνειδήσεις οι οποίες μπορούν να επιτευχθούν μόνο με τον διορατικό διαλογισμό.

Όταν μιλάμε για συνειδήσεις δεν μιλάμε για κάτι στατικό που υπάρχει μέσα τους, αλλά περισσότερο για ένα ρεύμα που μπορεί να υπάρχει για ένα διάστημα και μετά να αλλάξει την ροή του. Έτσι, άνθρωποι που μπορεί να έχουν γεννηθεί σ' αυτούς τους θεϊκούς ουράνιους κόσμους, μετά από ένα χρονικό διάστημα, όταν η ενέργεια της συνειδήσής τους έχει ελατωθεί, μπορεί να ξαναγεννηθούν στον ανθρώπινο κόσμο ή ακόμα και σε κάποιον από τους κατώτερους κόσμους του ξεπεσμού. Το γεγονός ότι κάποιος δεν μπορεί να παραμείνει αιώνια σε κάποιον από τους ανώτερους κόσμους αλλά να ξεπέσει και να γεννηθεί στους κατώτερους, ονομάζεται *σανσάρα*.

*Σανσάρα* είναι η συνεχής περιπλάνηση στον επώδυνο κύκλο του θανάτου και της επαναγέννησης, μέσα στον πάντα ανήσυχο και κυματώδη ωκεανό της ζωής.

Αυτό που μπορεί να πετύχει κάποιος είναι να ξεπεράσει αυτή την συνεχή περιπλάνηση δια μέσου των υπερκόσμιων συνειδήσεων. Να θυμηθούμε εδώ τα παρακάτω:



#### Κατάταξη των Συνειδήσεων σε 4 Φύσεις

**Φάυλες Συνειδήσεις** *akusala-citta*

**Καλές Συνειδήσεις** *kusala-citta*

**Επακόλουθες Συνειδήσεις** *vipāka-citta*

**Λειτουργικές Συνειδήσεις** *kiriya-citta*

Αναφορικά με τις 54 συνειδήσεις της ηδονικής σφαίρας στην οποία ανήκει ο ανθρώπινος κόσμος, είπαμε ότι έχουμε:

## 54 Συνειδήσεις της Ηδονικής Σφαίρας

Φαύλες ( <i>akusala</i> )	12	Άρριζες ( <i>Ahetuka</i> ) 18
Επακόλουθες ( <i>virāka</i> )	15	
Λειτουργικές ( <i>kiriya</i> )	3	
Καλές ( <i>kusala</i> )	24	
Σύνολο: 54		

Θα αρχίσουμε λοιπόν με την εξήγηση των 24 καλών κοσμικών συνειδήσεων, θεωρώντας ότι δεν υπάρχει κάτι σταθερό ή μόνιμο σε αυτές, και ότι μπορούν να αλλάξουν ανά πάσα στιγμή. Αργότερα θα εξηγήσουμε τις άρριζες συνειδήσεις που είναι πιο εξειδικευμένο θέμα.

Όπως έχουμε ήδη εξηγήσει, η συνείδηση αυτή καθ' εαυτή δεν είναι ούτε καλή ούτε φαύλη, αλλά χρωματίζεται αναλόγως όταν συνδιάζεται με ορισμένους νοητικούς παράγοντες ή ιδιότητες του νου μας.

Σε αυτή την περίπτωση, καλή συνείδηση σημαίνει ότι συνδιάζεται με 25 καλούς νοητικούς παράγοντες.



Για παράδειγμα, ένας συνδιασμός καλών νοητικών παραγόντων με την συνείδηση ριζωμένη στο μη μίσος, είναι ο εξής:

Έχουμε την συνείδηση + το αίσθημα ευαρέσκειας + την πρόθεση + το μη μίσος, και τέλος έχουμε την γνώση ή την σοφία να μην δώσουμε πόνο στους άλλους, διότι ξέρουμε από την εμπειρία ότι το να δίνουμε πόνο δεν βοηθάει κανέναν. Αυτή η γνώση μας βοηθάει να ηρεμήσουμε τον νου μας και να βιώνουμε το μη μίσος. Έτσι στην συγκεκριμένη περίπτωση, ο συνδιασμός αυτών των καλών νοητικών παραγόντων δίνει στην συνείδηση την απόχρωση της καλής συνείδησης.



Αναφέρουμε εδώ τους 25 Καλούς νοητικούς παράγοντες.

### 25 Καλοί Νοητικοί Παράγοντες

1. πίστη στην καλοσύνη	<i>saddhā</i>
2. μνήμη	<i>sati</i>
3. ηθική ντροπή	<i>hiri</i>
4. ηθικός φόβος	<i>ottappa</i>
5. μη απληστία	<i>alobho</i>
6. μη μίσος	<i>adoso</i>
7. αμεροληψία	<i>tatramajjhataṭā</i>

### 25 Καλοί Νοητικοί Παράγοντες

8. ηρεμία του σώματος	<i>kāyapassaddhi</i>
9. ηρεμία του νου	<i>cittapassaddhi</i>
10. ελαφρότητα του σώματος	<i>kāyalahutā</i>
11. ελαφρότητα του νου	<i>cittalahutā</i>
12. ευκαμψία του σώματος	<i>kāyamudutā</i>
13. ευκαμψία του νου	<i>cittamudutā</i>

### 25 Καλοί Νοητικοί Παράγοντες

14. ευστροφία του σώματος	<i>kāyakamaññatā</i>
15. ευστροφία του νου	<i>cittakamaññatā</i>
16. δυναμικότητα του σώματος	<i>kāyapāguññatā</i>
17. δυναμικότητα του νου	<i>cittapāguññatā</i>
18. ευθύτητα του σώματος	<i>kāyujjukatā</i>
19. ευθύτητα του νου	<i>cittujjukatā</i>

### 25 Καλοί Νοητικοί Παράγοντες

20. ορθός λόγος	<i>sammā-vācā</i>
21. ορθή πράξη	<i>sammā-kammanto</i>
22. ορθός βιοπορισμός	<i>sammā-ājīvo</i>
23. συμπόνια	<i>karuṇā</i>
24. συμπαθητική χαρά	<i>muditā</i>
25. σοφία (νοημοσύνη/ γνώση/ μη αυταπάτη)	<i>paññā</i>



Η καλή συνείδηση έχει τις ρίζες της στην μη απληστία (*αλόμπα*), στο μη μίσος (*αντόσα*), και στην μη αυταπάτη (*αμόχα*), και ονομάζεται καλή διότι είναι νοητικά υγιεινή, ηθικά ακατάκριτη και παραγωγός ευχάριστων αποτελεσμάτων.

Όταν συμβαίνει μια τέτοια συνείδηση σημαίνει ότι μέσα στον νου του έχει κάποιος μη απληστία, μη μίσος, και μη αυταπάτη, εν αντιθέσει με την φαύλη συνείδηση που έχει τις ρίζες της στην απληστία (*λόμπα*), στο μίσος (*ντόσα*), στην αυταπάτη (*μόχα*), και είναι νοητικά ανθυγιεινή, ηθικά κατακριτέα και παραγωγός οδυνηρών αποτελεσμάτων..

**Καλή  
Συνείδηση**



**μη απληστία**

**Μη Απληστία**

**1. Το χαρακτηριστικό της είναι η έλλειψη επιθυμίας του νου για το αντικείμενο του, ή η μη προσκόλληση στο αντικείμενο· όπως μία σταγόνα νερό σε ένα φύλλο λωτού.**



**2. Η λειτουργία της είναι να μη κολλάει.**

**3. Η εκδήλωσή της είναι η αποκόλληση.**

**4. Η εγγύτατη αιτία της είναι το αντικείμενο της αποκόλλησης ή η συνετή προσοχή.**

Όταν για παράδειγμα θέλουμε να κεράσουμε έναν φίλο μας, δεν προσκολλώμεθα στα χρήματα αλλά τα δίνουμε με ευχαρίστηση. Αυτή είναι μία μορφή γενναιοδωρίας και μη απληστίας. Κάποιος, όπως μια σταγόνα νερού σε ένα φύλλο λωτού, μη έχοντας απληστία μέσα του, δεν προσκολλάται στα αποκτήματά του και τα μοιράζεται εύκολα με τους άλλους.

Θα πρέπει να γίνει κατανοητό, ότι η μη απληστία δεν είναι μόνο η απλή απουσία της απληστίας, αλλά και η παρουσία θετικών αρετών, όπως η γενναιοδωρία, ο αλτρουϊσμός, και η απάρνηση υλικών και νοητικών αποκτημάτων.

Αντίθετα, από την απληστία προκύπτει κατά κανόνα προσκόλλησις. Η απληστία καλύπτει όλους τους βαθμούς της εγωιστικής επιθυμίας, της λαχτάρας, και της προσκόλλησις. Μερικές φορές είναι η επιδίωξη περισσότερων από όσα αναλογούν σε κάποιον, συνήθως σε βάρος τρίτων.

**Καλή  
Συνείδηση**



**Μη μίσος**



**Μη Μίσος**

**1. Το χαρακτηριστικό του είναι η έλλειψη αγριότητας, ή η μη εναντιότητα, όπως ένας ευγενικός φίλος.**



**2. Η λειτουργία του είναι η αφαίρεση της μνησικακίας, ή η αφαίρεση του πυρετού του νου, όπως το δροσιστικό και καταπραϋντικό βάλσαμο.**



**3. Η εκδήλωσή του είναι η τερπνότητα, όπως η θέαση της πανσέληνου.**




**4. Η εγγύτατη αιτία του είναι η συνετή προσοχή.**



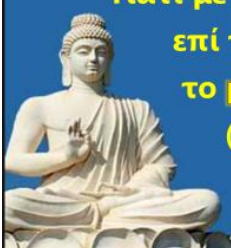
210

Το μη μίσος περιλαμβάνει θετικές αρετές όπως φιλικότητα (*μέττα*), ευγένεια, πραότητα, κλπ.


Γι' αυτό ο Βούδδας λέει:




«Αυτή είναι η διαφυγή από το μίσος / την κακοβουλία/ τον θυμό (*vyāpāda*), δηλαδή η απελευθέρωση του νου μέσω της φιλικότητας (*mettā ceto-vimutti*).»  
(AN *Nissāraṇīyasuttaṃ*)



«Καλλιεργήστε τον διαλογισμό επί της φιλικότητας!  
Γιατί με την καλλιέργεια του διαλογισμού επί της φιλικότητας, το μίσος / η κακοβουλία/ ο θυμός (*vyāpāda*) εξαφανίζεται.»  
(MN 62, *Mahārāhulovādasuttaṃ*)



«Υπάρχει η απελευθέρωση του νου μέσω της φιλικότητας.  
Δίνοντας συχνά συνετή προσοχή σε αυτήν, είναι η μη θρέψη του μίσους / της κακοβουλίας/ του θυμού (*vyāpāda*).»  
(SN 46:51, *Āhārasuttaṃ*)



«Η φιλικότητα (*mettā*) πρέπει να αναπτυχθεί για την εγκατάλειψη του μίσους / της κακοβουλίας/ του θυμού (*vyāpāda*).»  
(AN *Sambodhisuttaṃ*)

Η φιλικότητα είναι συνώνυμη με το μη μίσος.

### Η Φιλικότητα (*mettā*)—Το Μη Μίσος

1. Το **χαρακτηριστικό** της είναι να προάγει την ευημερία των έμβιων όντων.
2. Η **λειτουργία** της είναι να προτιμά την ευημερία τους.
3. Η **εκδήλωση** της είναι η εξαφάνιση της ενόχλησης, της κακοβουλίας, του μίσους και του θυμού.
4. Η **εγγύτατη αιτία** της είναι να βλέπει την ευχάριστη ή την θετική πλευρά των όντων (*manārabhāva*).

Αντιθέτως το μίσος εγείρεται από την ασύνετη προσοχή σε ένα αντικείμενο που προκαλεί αποστροφή, απέχθεια, απώθηση, μη έλξη. Το χαρακτηριστικό του είναι η αγριότητα, η λειτουργία του είναι η εξάπλωση ή το κάψιμο της δικιάς του υποστήριξης δηλαδή του νου και του σώματος εντός του οποίου εγείρεται, η εκδήλωσή του είναι το βλάψιμο όπως ένας εχθρός που βρίσκει την ευκαιρία του να βλάψει, και η εγγύτατη αιτία του είναι η αφορμή για μνησικακία.

Καλή  
Συνείδηση



Μη αυταπάτη

### Μη Αυταπάτη (*Amoha*)

1. Το **χαρακτηριστικό** της είναι η διεισδυτική κατανόηση των φαινομένων σύμφωνα με την έμφυτη φύση τους (*yathā-sabhāva*).
2. Η **λειτουργία** της είναι να φωτίζει το αντικειμενικό πεδίο όπως ένας λύχνος, με το να καταργεί το σκοτάδι της αυταπάτης που κρύβει την έμφυτη φύση των φαινομένων.
3. Η **εκδήλωσή** της είναι η μη σύγχυση, δηλ. η σαφήνεια, η διαύγεια ή η σαφής διάκριση.
4. Η **εγγύτατη αιτία** της είναι η συνετή προσοχή (*yoniso manasikāra*).

**Συνώνυμες λέξεις της μη αυταπάτης είναι:**

**σοφία (ραῆῆā),  
καθαρή γνώση (ῆῆῆα)**

Αντιθέτως, η αυταπάτη είναι συνώνυμη της άγνοιας (*αβίτζα*), ή της έλλειψης γνώσης (*αννιάννα*). Το χαρακτηριστικό της είναι η νοητική τυφλότητα ή η μη γνώση (*αννιάννα*), η λειτουργία της είναι η μη διεύθυνση στην πραγματική φύση ενός αντικειμένου ή η απόκρυψη της πραγματικής του φύσης, η εκδήλωσή της είναι η απουσία της σωστής πρακτικής ή το νοητικό σκοτάδι, και η εγγύτατη αιτία της είναι η ασύνετη προσοχή (*αγιονίσο μανασικάρα*).

**24 Καλές Συνειδήσεις  
της Ηδονικής  
Σφαίρας**

Οι 24 Καλές Συνειδήσεις της Ηδονικής Σφαίρας είναι ένα μέρος μιας ευρύτερης κατηγορίας της συνείδησης που ονομάζεται «Έξοχη Συνείδηση» (*σόμπανα-τσιίττα*).

#### **Η Έξοχη Συνείδηση (*Sobhana-citta*)**

Η έξοχη συνείδηση περιλαμβάνει όλες τις συνειδήσεις εκτός από εκείνες που είναι φαύλες (*ακούσαλα*) και άρριζες (*αχέτουκα*).

Αυτή η συνείδηση ονομάζεται έξοχη επειδή συνοδεύεται από έξοχους ή καλούς νοητικούς παραγοντες (*τσέτασίκα*).

Θα πρέπει να γίνει κατανοητό, ότι η έξοχη συνείδηση (*σόμπανα*) έχει ένα ευρύτερο πεδίο από την καλή συνείδηση (*κούσαλα*) της ηδονικής σφαίρας.

Αυτή περιλαμβάνει:

24 καλές συνειδήσεις της ηδονικής σφαίρας,  
15 συνειδήσεις της λεπτοφυούς υλικής σφαίρας,  
12 συνειδήσεις της άυλης σφαίρας, και  
8 υπερκόσμιες συνειδήσεις.

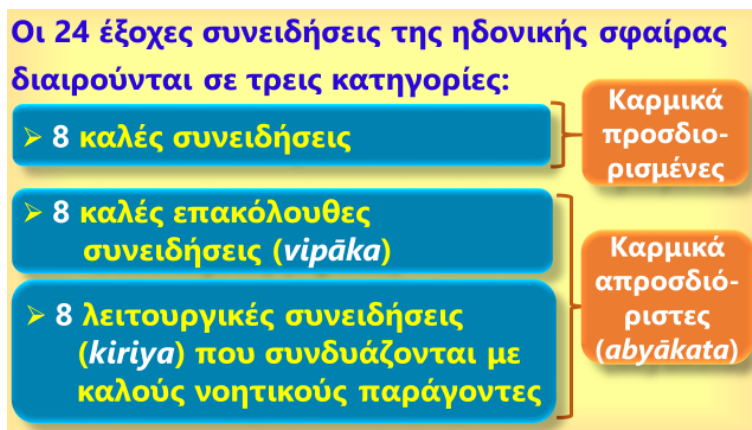
Σύνολο: 59 έξοχες συνειδήσεις.

Άλλες συνειδήσεις εκτός από τις έξοχες ονομάζονται μη έξοχες (*ασόμπανα*).

## Κατάταξη της Συνειδήσης σε Επίπεδα & Σφαίρες Ύπαρξης

31 Επίπεδα Ύπαρξης	Οδός & Καρπός της Αξιότητας (arahatta) Οδός & Καρπός της Μη Επιστροφής (anāgāmi) Οδός & Καρπός της Άπαξ Επιστροφής (sakadāgāmi) Οδός & Καρπός της Εισόδου στο Ρεύμα (sotāpatti)	8 Είδη	8 Έξοχες συνειδήσεις
Άυλο Υλικό Επίπεδο (Arūpa-bhūmi) 4 Κόσμοι	- Ούτε Αντίληψη ούτε Μη Αντίληψη - Αντίληψη της Μηδαμνότητας - Απειρη Συνείδηση - Απειρο Διάστημα	12 Είδη Συνειδήσεων της Άυλης Σφαίρας (Arūpavacara-citta)	27 Έξοχες συνειδήσεις
Λεπτοφυές Υλικό Επίπεδο (Rūpa-bhūmi) 16 Κόσμοι	5 Άγνές Διαμονές για Μη Επιστρέφοντες 1 Κόσμος του Υλικού Σώματος μόνο 10 Κόσμοι των Θεών Βράχμα	15 Είδη Συνειδήσεων της Λεπτοφυούς Σφαίρας (Rūpavacara-citta)	24 Έξοχες συνειδήσεις
Ηδονικό Επίπεδο (Kāma-bhūmi) 11 Κόσμοι	6 Ηδονικοί Ουράνιοι Θεϊκοί Κόσμοι 1 Ανθρώπινος Κόσμος 4 Κόσμοι του Ξεπεσμού Ζώα, Φαντάσματα, Δαίμονες, Κόλαση	54 Είδη Συνειδήσεων της Ηδονικής Σφαίρας (Kāmanācāra-citta)	24 Έξοχες συνειδήσεις
			Καλό-τυχιοί Κόσμοι (Sugati) Κακό-τυχιοί Κόσμοι

24 Έξοχες Συνειδήσεις της Ηδονικής Σφαίρας  
 (kāmanācāra-sobhana-cittāni)



Οι καρμικά προσδιορισμένες συνειδήσεις ονομάζονται έτσι διότι μ' αυτές κάνει κάποιος καρμικές ή εκούσιες πράξεις.

Οι καρμικά απροσδιόριστες ονομάζονται έτσι διότι είναι απλώς τα αποτελέσματα των πράξεων ή του κάρμα. Εκείνες τις στιγμές βιώνουμε απλώς παθητικά το αποτέλεσμα των πράξεών μας.

**8 Καλές Συνειδήσεις  
της Ηδονικής  
Σφαίρας**

**8 kāmānacara–kusala–cittāni**

Οι 8 καλές συνειδήσεις της ηδονικής σφαίρας που είναι καρμικά προσδιορισμένες ονομάζονται καλές (*κούσαλα*) διότι αναστέλλουν τις νοητικές μολύνσεις και επιφέρουν καλά αποτελέσματα.

**Παρουσιάζονται σε κοινούς ανθρώπους (*puthuj-jana*) και σε ασκούμενα άτομα (*sekha*), δηλ. ευγενή άτομα (*ariya*) στα τρία στάδια:**

- του εισερχομένου στο ρεύμα (*sotāpanna*),
- του άπαξ επιστρέφοντα (*sakadagāmi*), και
- του μη επιστρέφοντα (*anāgāmi*).

Αυτό συμβαίνει:

ό,ποτε αυτά τα ευγενή άτομα εκτελούν καλές σωματικές και προφορικές πράξεις, και

ό, ποτε δημιουργούν καλές νοητικές καταστάσεις που ανήκουν στην ηδονική σφαίρα της ύπαρξης.

Ό,ποτε όμως δημιουργούν καλές νοητικές καταστάσεις που ανήκουν στην λεπτοφυή υλική σφαίρα ή στην υπερκόσμια σφαίρα συνείδησης, τότε εγείρονται άλλες ανάλογες συνειδήσεις.

Οι οκτώ καλές συνειδήσεις της ηδονικής σφαίρας δεν εγείρονται στους Άραχαντ, των οποίων οι πράξεις δεν έχουν καρμική ισχύ αλλά είναι απλώς λειτουργικές.

Θα δούμε τώρα ποιές είναι αυτές οι καλές συνειδήσεις της ηδονικής σφαίρας.



### 8 Καλές Συνειδήσεις της Ηδονικής Σφαίρας

#### 1 Μία συνείδηση, συνοδευόμενη από

- αίσθημα ευαρέσκειας (*somanassa*),
- σχετιζόμενη με γνώση (*ñāṇa*), και
- αυθόρμητη (χωρίς προτροπή – *asañkhārika*).

### 8 Καλές Συνειδήσεις της Ηδονικής Σφαίρας

#### 2 Μία συνείδηση, συνοδευόμενη από

- αίσθημα ευαρέσκειας (*somanassa*),
- σχετιζόμενη με γνώση (*ñāṇa*), και
- με προτροπή (*sasañkhārika*).

Έχουμε εδώ τον συνδυασμό καλών νοητικών παραγόντων με την συνείδηση (συνείδηση+αίσθημα ευαρέσκειας+πρόθεση αυθόρμητη ή με προτροπή+γνώση ή μη αυταπάτη+μη απληστία+μη μίσος) που συνθέτει μία καλή συνείδηση.

### 8 Καλές Συνειδήσεις της Ηδονικής Σφαίρας

#### 3 Μία συνείδηση, συνοδευόμενη από

- αίσθημα ευαρέσκειας (*somanassa*),
- ασυσχέτιστη με γνώση (*ñāṇa*), και
- αυθόρμητη (*asañkhārika*).

### 8 Καλές Συνειδήσεις της Ηδονικής Σφαίρας

#### 4 Μία συνείδηση, συνοδευόμενη από

- αίσθημα ευαρέσκειας (*somanassa*),
- ασυσχέτιστη με γνώση (*ñāṇa*), και
- με προτροπή (*sasañkhārika*).

Κι εδώ έχουμε τον συνδυασμό καλών νοητικών παραγόντων με την συνείδηση (συνείδηση+αίσθημα ευαρέσκειας+πρόθεση αυθόρμητη ή με προτροπή+μη απληστία+μη μίσος) που συνθέτουν μια καλή συνείδηση. Η γνώση δεν εμπεριέχεται, αλλά η πράξη γίνεται απλώς συναισθηματικά χωρίς γνώση του αποτελέσματός της.

### 8 Καλές Συνειδήσεις της Ηδονικής Σφαίρας

**5** Μία συνείδηση, συνοδευόμενη από

- ουδέτερο αίσθημα (*urekkha*),
- σχετιζόμενη με γνώση (*ñāṇa*), και
- αυθόρμητη (*asañkhārika*).

### 8 Καλές Συνειδήσεις της Ηδονικής Σφαίρας

**6** Μία συνείδηση, συνοδευόμενη από

- ουδέτερο αίσθημα (*urekkha*),
- σχετιζόμενη με γνώση (*ñāṇa*), και
- με προτροπή (*sasañkhārika*).

Ο συνδιασμός εδώ είναι (συνείδηση+ουδέτερο αίσθημα+πρόθεση αυθόρμητη ή με προτροπή+γνώση ή μη αυταπάτη+μη απληστία+μη μίσος).

### 8 Καλές Συνειδήσεις της Ηδονικής Σφαίρας

**7** Μία συνείδηση, συνοδευόμενη από

- ουδέτερο αίσθημα (*urekkha*),
- ασυσχέτιστη με γνώση (*ñāṇa*), και
- αυθόρμητη (*asañkhārika*).

### 8 Καλές Συνειδήσεις της Ηδονικής Σφαίρας

**8** Μία συνείδηση, συνοδευόμενη από

- ουδέτερο αίσθημα (*urekkha*),
- ασυσχέτιστη με γνώση (*ñāṇa*), και
- με προτροπή (*sasañkhārika*).

Ο συνδιασμός εδώ είναι (συνείδηση+ουδέτερο αίσθημα+πρόθεση αυθόρμητη ή με προτροπή+μη απληστία+μη μίσος). Κι εδώ απουσιάζει η γνώση, που σημαίνει ότι η πράξη γίνεται συναισθηματικά χωρίς καθαρή επίγνωση της σημασίας της.

## 25 Καλοί Νοητικοί Παράγοντες

1. πίστη στην καλοσύνη	<i>saddhā</i>
2. μνήμη	<i>sati</i>
3. ηθική ντροπή	<i>hiri</i>
4. ηθικός φόβος	<i>ottappa</i>
5. μη απληστία	<i>alobho</i>
6. μη μίσος	<i>adoso</i>
7. αμεροληψία	<i>tatramajjhataṭṭā</i>

8. ηρεμία του σώματος	<i>kāyapassaddhi</i>
9. ηρεμία του νου	<i>cittapassaddhi</i>
10. ελαφρότητα του σώματος	<i>kāyalahutā</i>
11. ελαφρότητα του νου	<i>cittalahutā</i>
12. ευκαμψία του σώματος	<i>kāyamudutā</i>
13. ευκαμψία του νου	<i>cittamudutā</i>

14. ευστροφία του σώματος	<i>kāyakamaññatā</i>
15. ευστροφία του νου	<i>cittakamaññatā</i>
16. δυναμικότητα του σώματος	<i>kāyapāguññatā</i>
17. δυναμικότητα του νου	<i>cittapāguññatā</i>
18. ευθύτητα του σώματος	<i>kāyujjukatā</i>
19. ευθύτητα του νου	<i>cittujjukatā</i>

20. ορθός λόγος	<i>sammasamvādi</i>
21. ορθή πράξη	<i>sammācārī</i>
22. ορθός βιοπορισμός	<i>sammāpajjī</i>
23. συμπόνια	<i>karuṇā</i>
24. συμπαθητική χαρά	<i>mudita</i>
25. σοφία (νοημοσύνη/ γνώση/ <i>paññā</i> )	

ΠΕΡΙΣΤΑΣΙΑΚΟΙ  
ΝΟΗΤΙΚΟΙ  
ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ

Οι νοητικοί παράγοντες από το 20 έως το 25 ονομάζονται περιστασιακοί διότι άλλες φορές μπορεί να εμφανισθούν και άλλες φορές όχι, ανάλογα με τις περιστάσεις.

Αυτό δε που ονομάζουμε συνείδηση είναι η αλληλοεξάρτηση των νοητικών παραγόντων με την συνείδηση καθ'εαυτή. Εάν ένας νοητικός παράγοντας απουσιάζει, τότε ο συνδιασμός είναι διαφορετικός και έχουμε διαφορετικό είδος συνείδησης.



Θα εξηγήσουμε τώρα την πιο σημαντική συνείδηση, αυτή που σχετίζεται με γνώση.



#### 8 Καλές Συνειδήσεις της Ηδονικής Σφαίρας

- 1** Μία συνείδηση, συνοδευόμενη από
  - αίσθημα ευαρέσκειας (*somanassa*),
  - σχετιζόμενη με γνώση (*ñāṇa*), και
  - αυθόρμητη (χωρίς προτροπή – *asaṅkhārika*).

Εδώ η λέξη γνώση (*νιάννα*), αναφέρεται στον νοητικό παράγοντα της σοφίας (*πάννια-τσετασίκα*), η οποία αντιπροσωπεύει επίσης την ρίζα της μη αυταπάτης (*αμόχα*).

Στην Ευγενή Οκταμελή Οδό, η σοφία αντιπροσωπεύει την

**ορθή νόηση (*sammā diṭṭhi*) και  
τον ορθό λογισμό (*sammā saṅkappa*).**

Η ορθή νόηση είναι η αντίθετη της λανθασμένης νόησης (*μίτσα ντίππι*) που σχετίζεται με φαύλες συνειδήσεις.

Η ορθή νόηση είναι υψίστης σημασίας, διότι εξ' αιτίας της προκύπτουν πολλές καλές, ενάρετες, επωφελείς και ευεργετικές συνειδήσεις και καταστάσεις, ενώ κατά την απουσία της αυτές οι καταστάσεις δεν προκύπτουν.

Ένα είδος ορθής νόησης είναι η γνώση (*νιάννα*) του φυσικού νόμου του Κάρμα, δηλαδή της ηθικής δράσης και αντίδρασης, της αιτίας και του αποτελέσματος των εκούσιων πράξεών μας.

Αυτή η γνώση αντιστοιχεί στην ρήση:

**«'Ο,τι σπόρο σπέρνει κάποιος,  
Τέτοιον καρπό θερίζει.  
Ο πράττων το καλό, θερίζει το καλό  
Και ο πράττων το κακό, το κακό.  
Σπείρατε τον σπόρο,  
Θα βιώσετε τον καρπό του».**

(SN *Samuddakasuttaṃ*)

Μια τέτοια γνώση ωθεί κάποιον να αποφεύγει τις κακές πράξεις και να καλλιεργεί καλές πράξεις.

**Από την άλλη πλευρά, ο ορθός λογισμός συμπεριλαμβάνει τις αρετές**

- του αλτρουϊσμού,
- της φιλικότητας και
- της συμπόνιας.

**Είναι αντίθετος του λανθασμένου λογισμού που σχετίζεται με την**

- απληστία,
- το μίσος και
- την βία, ή μη συμπόνια.

Έτσι στην περίπτωση της πρώτης καλής συνείδησης που σχετίζεται με γνώση, ένα παράδειγμα για το πώς αυτή η συνείδηση εκδηλώνεται ως καλή πράξη, είναι μέσω μίας γενναιόδωρης πράξης που συνοδεύεται από τον αλτρουϊσμό, την φιλικότητα ή την συμπόνια ως εξής:

**1**

- Με αίσθημα ευαρέσκειας και
- έχοντας γνώση και ορθή νόηση ότι αυτή είναι μία καλή πράξη,
- κάποιος κάνει μία γενναιοδωρη πράξη αυθόρμητα.



ΑΝΤΙΘΕΤΩΣ:

**Φαύλη Συνείδηση Ριζωμένη στην Απληστία**

- Με αίσθημα ευαρέσκειας,
- διατηρώντας την λανθασμένη νόηση ότι δεν υπάρχει κακό στην κλοπή
- κάποιος κλέβει λεφτά από την τσάντα ενός άλλου αυθόρμητα.



Σ' αυτές τις δύο αντίθετες περιπτώσεις, καταλαβαίνουμε τι σημαίνει ορθή νόηση, δηλαδή γνώση του κάρμα της καλής πράξης, και τι σημαίνει λανθασμένη νόηση δηλαδή μη γνώση της φαύλης πράξης.

1.

**ΓΕΝΝΑΙΟΔΩΡΙΑ  
(DĀNA)**

Η Γενναιοδωρία είναι μία μορφή μη απληστίας και μπορεί να παρουσιασθεί με διάφορους τρόπους. Μπορεί να μην το αντιλαμβανόμαστε αλλά πολλές φορές έχουμε αυτή την αλτρουϊστική τάση να βοηθάμε άλλους ανθρώπους. Κι αυτές οι συνειδήσεις εγείρονται λόγω του ότι υπάρχει μέσα μας ένας συνδιασμός νοητικών παραγόντων, σίγουρα με την καλή πρόθεση να κάνουμε μία καλή πράξη.

Η καλή πρόθεση (*κούσαλα-τσέτανα*) εγείρεται στον δωρητή σε τρεις φάσεις:

**1. Γενναιοδωρία (*dāna*)**

**Η καλή πρόθεση:**

(α) να προμηθευτεί το δώρο,

(β) να το προσφέρει, και

(γ) να αναθυμάται την προσφορά με χαρά.



Αυτός είναι ο τρόπος για την συσσώρευση του θετικού κάρμα σε τρεις φάσεις.

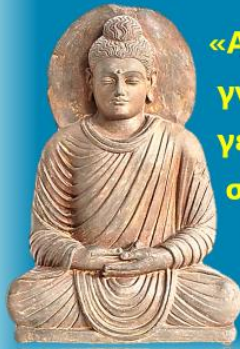
Η γενναιοδωρία είναι η πιο βασική πρακτική για την εκτέλεση θετικών και φιλότιμων πράξεων. Η γενναιοδωρία υλικών αγαθών περιλαμβάνει τρόφιμα για τους πεινασμένους, φάρμακα για τους άρρωστους, και ούτω καθ'εξής.

### Γενναιόδωρος

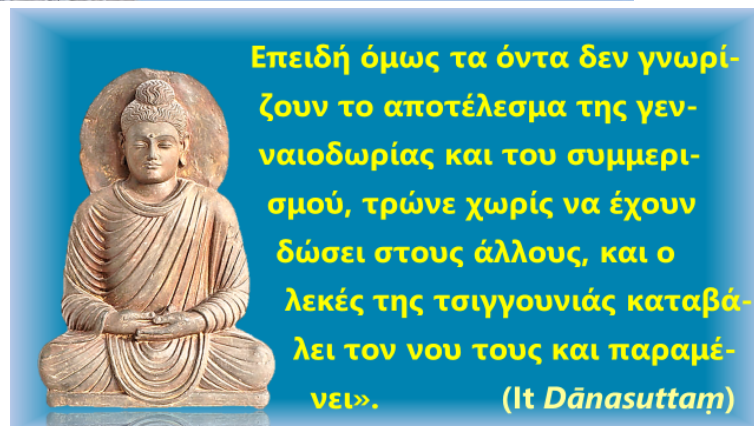


Ο Βούδδας έχει επαινέσει πολύ την γενναιοδωρία δεδομένου ότι είναι μία θεμελιώδης αρετή και δεδομένου ότι βοηθά στην μείωση του πάθους, τον οικοδόμο δηλαδή της υπαρξιακής ταλαιπωρίας και του πόνου, όπως ο ίδιος το αποκάλεσε.

Έτσι λέει σε μια Ομιλία του:



**«Αν τα όντα γνώριζαν, όπως εγώ γνωρίζω, το αποτέλεσμα της γενναιοδωρίας και του συμμερισμού, δεν θα έτρωγαν χωρίς να έχουν δώσει στους άλλους.»**



Οτιδήποτε αναγκαία της ζωής προσφέρει κάποιος σε εκείνους που τα στερούνται, λέγεται ότι προσφέρει υλικά δώρα.

Αυτά είναι:

ρουχισμός, τρόφιμα, στέγη, και φάρμακα.

Με αυτόν τον τρόπο συσσωρεύει κανείς ένα θετικό κάρμα.





Ένας δωρητής τροφίμων για παράδειγμα, προσφέρει πέντε ευλογίες στον αποδέκτη:

μακρά ζωή, ομορφιά, ευτυχία, δύναμη και νοημοσύνη.

Ως αποτέλεσμα, μακρά ζωή, ομορφιά, ευτυχία, δύναμη και νοημοσύνη θα είναι το μερίδιό του.

Επιπλέον, αποκτά πέντε ακόμα ευλογίες: την συμπάθεια πολλών, την συναναστροφή καλών ανθρώπων, καλή φήμη, αυτοπεποίθηση, και επαναγέννηση σε ουράνιους θεϊκούς κόσμους.

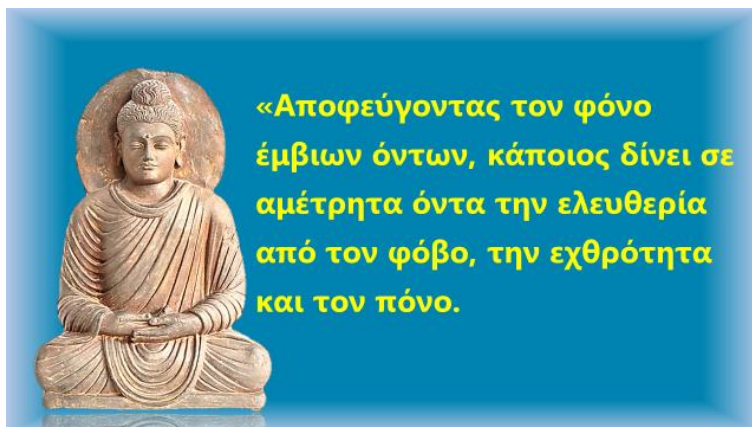
### Γενναιόδωρος



### Η Γενναιοδωρία της Αφοβίας (*Abhaya-dāna*)

Ο Βούδδας περιγράφει επίσης την τήρηση της ηθικής διαγωγής ως μια έκφραση γενναιοδωρίας, που είναι δώρο και προς τον εαυτόν μας και προς τους άλλους.

Έτσι λέει:





Αυτό είναι ένα δώρο, ένα μεγάλο δώρο μακράς διαρκείας, που επιφέρει ευχάριστες καταστάσεις για την ευημερία και την ευτυχία ενός ατόμου.



Επίσης, αποφεύγοντας την κλοπή, την λανθασμένη σεξουαλική συμπεριφορά, την ψευδολογία και την χρήση μεθυστικών ουσιών, κάποιος δίνει σε αμέτρητα όντα την ελευθερία από τον φόβο, την εχθρότητα και τον πόνο.



Ως αποτέλεσμα, ο ίδιος με την σειρά του απολαμβάνει απaráμιλλη ελευθερία από τον φόβο, την εχθρότητα και τον πόνο.



Αυτά είναι δώρα, μεγάλα δώρα, μακράς διαρκείας, που επιφέρουν ευχάριστες καταστάσεις για την ευημερία και την ευτυχία ενός ατόμου».

(AN Abhisanda Sutta)

## Η Γενναιοδωρία της Εξυπηρέτησης με την Βοήθεια στους Άλλους



Με το να είναι κανείς σε θέση να εξυπηρετήσει εθελοντικά τις ανάγκες των άλλων ή να τους βοηθήσει με συμπόνοια είναι ένας άλλος τρόπος της γενναιοδωρίας για την συσσώρευση του θετικού κάρμα.

## Εξυπηρέτηση με την Βοήθεια στους Άλλους



### Εξυπηρέτηση με την Βοήθεια στους Άλλους



### Εξυπηρέτηση με την Βοήθεια στους Άλλους



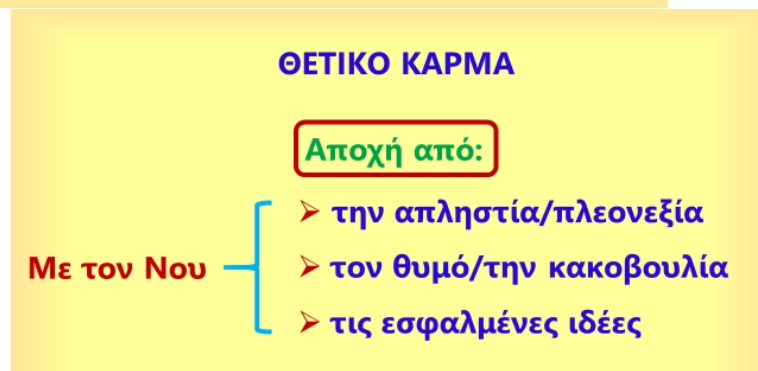
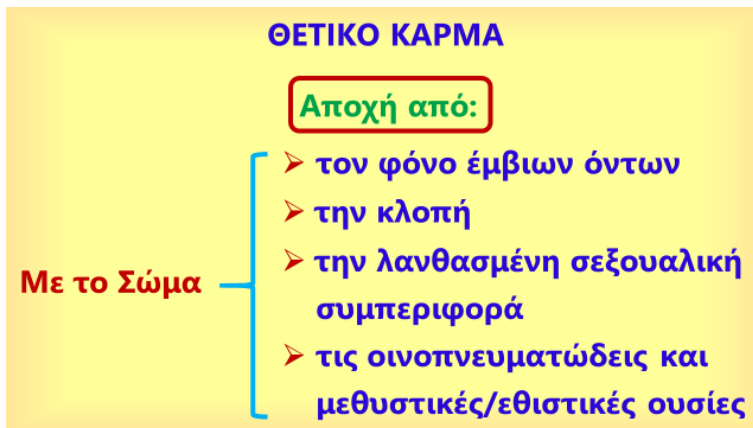
### Εξυπηρέτηση με την Βοήθεια στους Άλλους

Εδώ, η καλή πρόθεση που εγείρεται σε κάποιον για να εξυπηρετήσει και να βοηθήσει άλλους, είναι ο τρόπος για την συσσώρευση του θετικού κάρμα.



Όταν κάνουμε τέτοιες πράξεις, εγείρονται μέσα μας οι νοητικοί παράγοντες της μη απληστίας, του μη μίσους, και της μη αυταπάτης.

Άλλα παραδείγματα με καλές πράξεις που σχετίζονται με γνώση και ορθή νόηση, είναι η ηθική διαγωγή.



Υπάρχουν γενικά δέκα τρόποι για να κάνει κανείς καλές και αξιέπαινες πράξεις.

Αυτοί είναι:

1. Γενναιοδωρία
2. Ηθική ή ενάρετη συμπεριφορά
3. Διαλογισμός ή πνευματική ανάπτυξη
4. Σεβασμός προς τους άλλους
5. Υπηρεσία με παροχή βοήθειας στους άλλους
6. Αφιέρωση αξιέπαινων πράξεων στους αποθανόντες συγγενείς
7. Χαρά και εκτίμηση για τις αξιέπαινες πράξεις των άλλων
8. Διδαχή του καλού στους άλλους
9. Ακρόαση της διδασκαλίας του Βούδδα
10. Διόρθωση των λανθασμένων νοήσεών μας

Εν ολίγοις, υπάρχει μία πληθώρα τρόπων με του οποίους μπορεί κανείς να εγείρει την καλή συνείδηση που αναφέραμε, συνοδευόμενη από αίσθημα ευαρέσκειας, σχετιζόμενη με γνώση, και αυθόρμητη ή με προτροπή.

Για να γίνει αυτό, πρέπει να συνδιαστούν αυτοί οι 25 καλοί νοητικοί παράγοντες όπως η πίστη στην καλωσύνη πρωτίστως. Όταν αυτοί οι νοητικοί παράγοντες συνδιαστούν, μας ωθούν και νοτικά και λεκτικά και σωματικά, να δράσουμε.

Μέχρι εδώ ολοκληρώσαμε την εξέταση της πρώτης από τις οκτώ καλές συνειδήσεις της ηδονικής σφαίρας. Στο επόμενο μάθημα θα συνεχίσουμε με τις υπόλοιπες επτά.

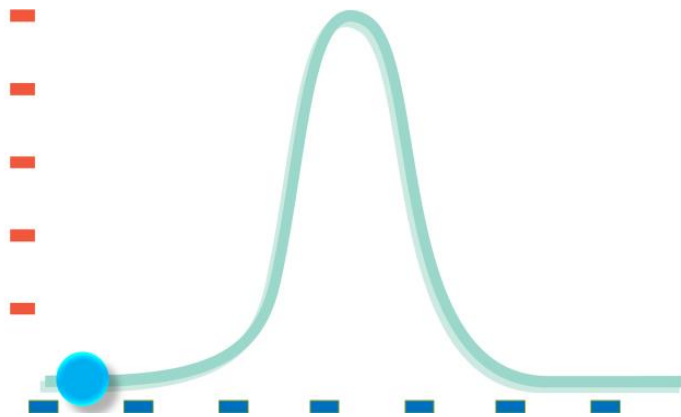
### **Οι Καλές Συνειδήσεις Β' (κούσαλα 2)**

Καλησπέρα σας και καλώς ορίσατε σ' αυτή την σειρά μαθημάτων για την ανάλυση και την σύνθεση του νου και της ύλης, που είναι μαθήματα ψυχολογίας και φιλοσοφίας πάνω στις υπέρτατες πραγματικότητες όπως αναφέρονται στις Ομιλίες του Βούδδα.

Βρισκόμαστε στο μέρος όπου εξηγούμε τις διαστάσεις της συνείδησης και συγκεκριμένα τις 8 καλές συνειδήσεις της ηδονικής σφαίρας.

Όλες οι συνειδήσεις που εξετάζουμε δεν έχουν τίποτα στατικό ή σταθερό μέσα τους το οποίο μπορεί να τις διατηρήσει παντοτεινά σε μια κατάσταση.

Ένας άνθρωπος που βρίσκεται στον ανθρώπινο κόσμο, εάν κάνει πολλές καλές πράξεις και αναπτύξει τον νου του, μπορεί να ανεβάσει την συνείδησή του στους υψηλότερους κόσμους, αλλά και να πέσει πάλι κάτω από αυτούς. Η κορυφή του κόσμου είναι οι εκστάσεις της άυλης σφαίρας. Αυτοί που δεν μπορούν να αναπτύξουν καμία από αυτές τις υψηλές συνειδήσεις, πηγαionoέρχονται απλώς ξανά και ξανά στα επίπεδα των κατώτερων κόσμων.



Αυτές οι καταστάσεις συνείδησης, όσο κι αν είναι υψηλού επιπέδου, έχουν ένα όριο στο οποίο μπορεί να διατηρήσει ένα ον την ενέργειά του εκεί. Μετά από ένα χρονικό διάστημα η ενέργεια αρχίζει να εκλείπει, να εκλείπει, μέχρι που το ον πέφτει πάλι κάτω στα κατώτερα επίπεδα.

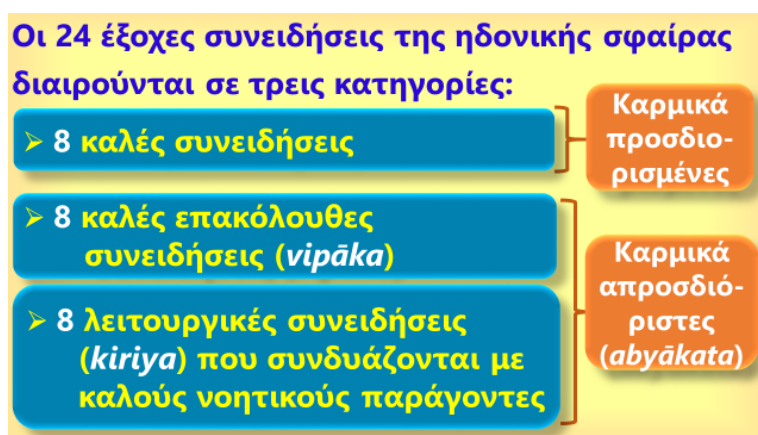
**Τρία βασικά  
σκαλοπάτια  
για τη γέννηση  
σε καλότυχους  
κόσμους:**



Τα τρία βασικά σκαλοπάτια για την γέννηση σε καλότυχους κόσμους είναι η γενναιοδωρία, η ηθική διαγωγή και ο διαλογισμός.

Είχαμε πει ότι αυτές οι συνειδήσεις δεν εγείρονται τυχαία αλλά οφείλονται σε ορισμένους νοητικούς παράγοντες που ονομάζονται ρίζες και οι οποίες έχουν μέσα τους μία δυναμικότητα να φέρουν καρπό. Καλή συνείδηση ονομάζεται αυτή που έχει ρίζες στην μη απληστία, στο μη μίσος, και στην μη αυταπάτη, και ονομάζεται καλή επειδή είναι νοητικά υγιεινή, ηθικά ακατάκριτη και παραγωγός ευχάριστων αποτελεσμάτων, ενώ αντίθετα φαύλη συνείδηση ονομάζεται αυτή που έχει ρίζες στην απληστία, στο μίσος, και στην αυταπάτη, και είναι νοητικά ανθυγιεινή, ηθικά κατακριτέα, και παραγωγός οδυνηρών αποτελεσμάτων.

Σχετικά με τις καλές συνειδήσεις της ηδονικής σφαίρας είχαμε αναφέρει ότι είναι 24.



Οι 8 πρώτες λέγονται καρμικά προσδιορισμένες διότι οι πράξεις που γίνονται υπό την επίδρασή τους φέρνουν ένα καρπό ή ένα επακόλουθο. Οι άλλες 16 είναι καρμικά απροσδιόριστες διότι δεν έχουν κάποια καρμική αξία μέσα τους, λόγω του ότι είναι παθητικές, βιώνει δηλ. κάποιος τον καρπό των πράξεων που έγιναν με αυτές τις συνειδήσεις. Όταν κάνουμε μία πράξη είναι το ενεργητικό μέρος, η δράση, ενώ οι επακόλουθες και οι λειτουργικές είναι η αντίδραση, το παθητικό μέρος.

Για παράδειγμα, εάν πετάξουμε με δύναμη μια πέτρα προς τον ουρανό, αυτό ονομάζεται δράση, και είναι μία πράξη καρμικά προσδιορισμένη διότι θα φέρει αποτέλεσμα. Η πτώση και η επιστροφή της πέτρας προς τα κάτω, είναι καρμικά απροσδιόριστη διότι είναι μία παθητική επακόλουθη λειτουργία, είναι το αποτέλεσμα. Η αντίδραση δηλ. η πτώση, είναι ανάλογη της δυναμικότητας της πράξης δηλ. του πετάγματος της πέτρας. Κάτι ανάλογο γίνεται και με τις επακόλουθες συνειδήσεις, δεν έχουν δηλ. μια ηθική αξία αλλά απλώς αποδέχεται κανείς τον καρπό των πράξεών του.



Έτσι, όταν υπάρχει καλή συνείδηση με καλή πρόθεση, κάποιος κάνει μια καλή πράξη, και επέρχεται ένα καλό αποτέλεσμα. Όταν βιώνει αυτό το καλό αποτέλεσμα, το βιώνει με την καλή επακόλουθη συνείδηση.

Τώρα θα μιλήσουμε για τις οκτώ καλές συνειδήσεις της ηδονικής σφαίρας που είναι καρμικά προσδιορισμένες. Έχουν δηλ. ηθική αξία διότι υπάρχει η πρόθεση κάποιου να κάνει αυτή την πράξη.



Οι 8 καλές συνειδήσεις της ηδονικής σφαίρας, ονομάζονται καλές (*κούσσαλα*) επειδή αναστέλλουν τις νοητικές μολύνσεις και επιφέρουν καλά αποτελέσματα.

#### 8 Καλές Συνειδήσεις της Ηδονικής Σφαίρας

##### 1 Μία συνείδηση, συνοδευόμενη από

- αίσθημα ευαρέσκειας (*somanassa*),
- σχετιζόμενη με γνώση (*ñāṇa*), και
- αυθόρμητη (χωρίς προτροπή – *asañkhārika*).

#### 8 Καλές Συνειδήσεις της Ηδονικής Σφαίρας

##### 2 Μία συνείδηση, συνοδευόμενη από

- αίσθημα ευαρέσκειας (*somanassa*),
- σχετιζόμενη με γνώση (*ñāṇa*), και
- με προτροπή (*sasañkhārika*).

Εδώ έχουμε έναν συνδυασμό νοητικών παραγόντων με την καλή συνείδηση: αίσθημα ευαρέσκειας, πρόθεση, γνώση, και τις τρεις ρίζες: μη απληστία, μη μίσος, και μη αυταπάτη. Αυτές οι τρεις ρίζες συνδέονται μαζί με την συνείδηση και λόγω του ότι αυτοί οι νοητικοί παράγοντες επιφέρουν καλά αποτελέσματα, η συνείδηση ονομάζεται κι αυτή καλή.

Αναφέρουμε ξανά τους 25 καλούς νοητικούς παράγοντες:

25 Καλοί Νοητικοί Παράγοντες	
1. πίστη στην καλοσύνη	<i>saddhā</i>
2. μνήμη	<i>sati</i>
3. ηθική ντροπή	<i>hiri</i>
4. ηθικός φόβος	<i>ottappa</i>
5. μη απληστία	<i>alobho</i>
6. μη μίσος	<i>adoso</i>
7. αμεροληψία	<i>tatramajjhataṭṭā</i>
8. ηρεμία του σώματος	<i>kāyapassaddhi</i>
9. ηρεμία του νου	<i>cittapassaddhi</i>
10. ελαφρότητα του σώματος	<i>kāyalahutā</i>
11. ελαφρότητα του νου	<i>cittalahutā</i>
12. ευκαμψία του σώματος	<i>kāyamudutā</i>
13. ευκαμψία του νου	<i>cittamudutā</i>
14. ευστροφία του σώματος	<i>kāyakamaññatā</i>
15. ευστροφία του νου	<i>cittakamaññatā</i>
16. δυναμικότητα του σώματος	<i>kāyapāguññatā</i>
17. δυναμικότητα του νου	<i>cittapāguññatā</i>
18. ευθύτητα του σώματος	<i>kāyujjukatā</i>
19. ευθύτητα του νου	<i>cittujjukatā</i>
20. ορθός λόγος	<i>sammasamāpinnasāraṇīya</i>
21. ορθή πράξη	<i>sammācārīya</i>
22. ορθός βιοπορισμός	<i>sammāpinnasāraṇīya</i>
23. συμπόνια	<i>karuṇā</i>
24. συμπαθητική χαρά	<i>mudita</i>
25. σοφία (νοημοσύνη/ γνώση/ <i>paññā</i> )	<i>paññā</i>

ΠΕΡΙΣΤΑΣΙΑΚΟΙ  
ΝΟΗΤΙΚΟΙ  
ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ

Οι νοητικοί παράγοντες από το είκοσι έως το εικοσιπέντε ονομάζονται περιστασιακοί διότι άλλες φορές εμφανίζονται και άλλες όχι. Για παράδειγμα, μπορεί να κάνουμε μια σωματική πράξη και όχι λεκτική, και σε αυτή την περίπτωση δεν εμφανίζεται ο ορθός λόγος. Ή όταν κάνουμε μια λεκτική πράξη χωρίς να δρούμε με το σώμα μας, τότε ο νοητικός παράγοντας της ορθής πράξης δεν εμφανίζεται. Το ίδιο και για τον ορθό βιοπορισμό και τους υπόλοιπους περιστασιακούς νοητικούς παράγοντες.

Οι παράγοντες όμως από το 1 έως και το 19 ονομάζονται καθολικοί, διότι εάν συμβεί ο ένας από αυτούς τότε συμβαίνουν και οι υπόλοιποι. Βλέπουμε λοιπόν ότι υπάρχει αλληλοεξάρτηση μεταξύ των νοητικών παραγόντων και της συνείδησης. Για να εκδηλώσουμε μια πράξη ή μια συνείδηση από μέσα μας (σ' αυτή την περίπτωση καλή), χρειάζεται μια πληθώρα νοητικών παραγόντων. Τουλάχιστον 19 νοητικοί παράγοντες πρέπει να συνδιαστούν με την συνείδηση, κι αυτοί είναι οι 19 καθολικοί νοητικοί παράγοντες. Από τους περιστασιακούς, μπορεί να συμβεί καμιά φορά η σοφία ή η Γνώση, καμιά φορά η συμπόνοια, η συμπαθητική χαρά, κλπ. ανάλογα με τις περιστάσεις. Εδώ λοιπόν βλέπουμε ένα σμήνος νοητικών παραγόντων που πρέπει να συνδιαστούν για να υπάρχει μια δυναμικότητα εντός της συνείδησης ώστε να την αποκαλέσουμε «καλή».

Μια και αναφέραμε την συνείδηση που σχετίζεται με Γνώση, θα δώσουμε λίγη περισσότερη έμφαση, ώστε να καταλάβουμε την έννοια Γνώση.



**Εδώ, η λέξη γνώση (ñāṇa) αναφέρεται στον νοητικό παράγοντα της σοφίας (paññā-cetasika), η οποία αντιπροσωπεύει επίσης την ρίζα της μη αυταπάτης (amoha).**

Θεώρησα σημαντικό να δώσω παρακάτω μια ετυμολογική εξήγηση σχετικά με αυτή την λέξη, διότι υπάρχει κάποια σχέση και με την Ελληνική γλώσσα. Πολλές από τις λέξεις που χρησιμοποιούμε στην Πάλι γλώσσα έχουν σχέση με την Ελληνική και ιδιαίτερα με την αρχαία Ελληνική γλώσσα, διότι και οι δύο ανήκουν στην ινδοευρωπαϊκή οικογένεια γλωσσών. Πιθανόν δε, να νιώσετε απορία για το ποιά σχέση μπορεί να έχει η λέξη *νιάνα* με την ελληνική λέξη *γνώση*.

Η λέξη **γνώση** στην αρχαία ινδική γλώσσα Πάλι (Pāli) είναι «**ñāṇa**» (νιάννα), στην βεδική & σανσκριτική «**jñāna**» (γνιάννα). Προέρχεται από την ινδοευρωπαϊκή ρίζα \***ǵneh<sub>3</sub>**- ή \***genē** (γνωρίζω), (θέμα γνω). Lat. nosco, notus, (co)gnitio, (i)gnarus, E. (i)-gnorant (α-γνοών), **a-jñāna**, **a-ññāna** Goth. kunnan; Ohg. kennan, Ger. kennen, Ags. cnāwan=[E. know], to know (γνωρίζω).

#### Pali-English Dictionary

**Ñāṇa** (nt.) [from jānāti, \***genē**, as in Gr. γνώσις (cp. gnostic), γνώμη; Lat. (co)gnitio] knowledge.

#### Pali-English Dictionary

**Jānāti** [Vedic **jña**, jānāti \***genē** & \***gnē**, cp. Gr. γιγνώσκω, γνωτός, γνώσις] to know.

**jānāti** (γνωρίζω)

**pa-jānāti** (ανα-γνωρίζω, κατανοώ)



**ñāṇa**  
γνώση

**pa-ññā (pra-jñā)**  
σοφία  
(βαθεία γνώση)

**Σοφία - ορθοφροσύνη ως αποτέλεσμα βαθιάς γνώσης ή μεγάλης πείρας**

Η **γνώση (ñāṇa)** σχετίζεται επίσης με την **ορθή νόηση (sammā ditṭhi)**

σε αντιπαράθεση με την **λανθασμένη νόηση (micchā ditṭhi)**

που συνδιάζεται με φαύλες συνειδήσεις.

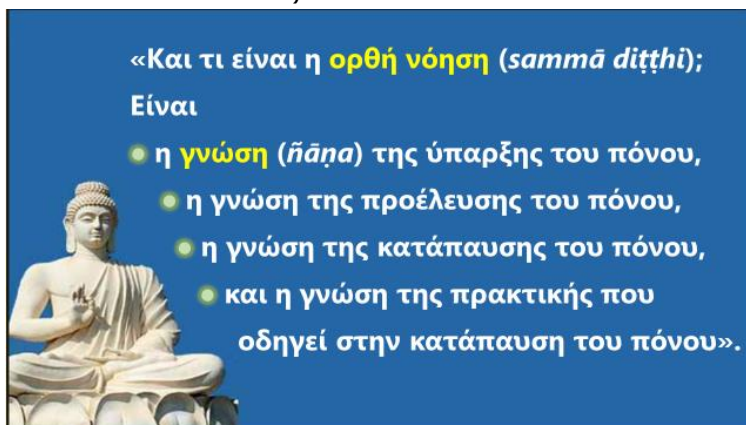
Για την λανθασμένη νόηση έχουμε πει ότι επηρεάζει τις φαύλες συνειδήσεις, όμως σ' αυτή την περίπτωση η γνώση σχετίζεται όχι με την λανθασμένη νόηση αλλά με την ορθή νόηση.

Η ορθή νόηση έχει πολλές όψεις.  
Συνήθως περιλαμβάνει την κατανόηση της ακόλουθης πραγματικότητας:



Για να δούμε πώς η γνώση σχετίζεται με την ορθή νόηση, θα μιλήσουμε λίγο για τις 4 Ευγενείς Αλήθειες.

Ρωτάει ο Βούδδας και λέει:



Εάν κάποιος καταλάβει την γνώση σχετικά με τον πόνο, τότε μπορεί να κάνει καλές πράξεις, εφ' όσον ο σκοπός του θα είναι να απελευθερωθεί από τις φαύλες πράξεις που φέρνουν δυστυχία και οδύνη στην ζωή του. Ο άνθρωπος που έχει ορθή γνώση, έχει και την γνώση της ύπαρξης του πόνου. Δεν θέλει να δημιουργήσει πόνο στους άλλους αλλά ούτε και στον εαυτόν του. Τουναντίον, προσπαθεί να φέρει ευτυχία ή χαρά όχι μόνον στην δική του ζωή αλλά και σ' αυτή των άλλων, με έντιμο και ηθικό τρόπο.

Έτσι: Με αίσθημα ευαρέσκειας και έχοντας γνώση και ορθή νόηση ότι αυτή είναι μία καλή πράξη, κάποιος κάνει μια γενναιοδωρη πράξη αυθόρμητα.

**1**

- Με **αίσθημα ευαρέσκειας** και
- **έχοντας γνώση και ορθή νόηση** ότι αυτή είναι μία **καλή πράξη,**
- **κάποιος κάνει μία γενναιόδωρη πράξη αυθόρμητα.**



Σε αυτή την περίπτωση μπορούμε να δούμε ότι υπάρχει μια συμπόνοια εδώ. Για να κάνει κάποιος μια καλή πράξη σημαίνει ότι καταλαβαίνει τον πόνο του άλλου και προσπαθεί να βοηθήσει κάνοντας μια αλτρουϊστική πράξη. Το ίδιο γίνεται και όταν συμπεριφερόμαστε στον εαυτόν μας με ευγενικό και αλτρουϊστικό τρόπο παρά με μισητό, εκδικητικό, ή επιθετικό τρόπο. Σε αυτή την περίπτωση όταν κάνει κάποιος μια καλή πράξη δεν υπάρχει μίσος, διότι το μίσος φέρνει πόνο και οδύνη στην ζωή. Έτσι, όταν κάποιος έχει αυτή την γνώση, τότε προσπαθεί να εγείρει μέσα του τον νοητικό παράγοντα του μη μίσους.

Επίσης δεν υπάρχει μέσα του ούτε ο παράγοντας την απληστίας ή της τσιγγουνιάς, και γι' αυτό μπορεί να βοηθήσει τους άλλους κάνοντας μια προσφορά. Έχει δηλ. την γνώση ότι αυτή είναι μία καλή πράξη. Και επειδή οι καλές πράξεις φέρνουν καλά αποτελέσματα, μπορεί κάποιος να επιφέρει καλό στους άλλους και φυσικά και στον εαυτόν του.

Έχοντας αυτούς τους τρεις νοητικούς παράγοντες, δηλ. την γνώση ή την μη αυταπάτη, την μη απληστία και το μη μίσος, μπορεί κάποιος να δημιουργήσει μέσα του αυτή την καλή συνείδηση, που συνοδεύεται επίσης από αίσθημα ευαρέσκειας.

Αντίθετα, πάλι με αίσθημα ευαρέσκειας, κάποιος κάνει μια φαύλη πράξη, χωρίς να σκέφτεται τον πόνο που θα δημιουργήσει στον άλλον:

**Φαύλη Συνείδηση Ριζωμένη στην Απληστία**

- Με **αίσθημα ευαρέσκειας,**
- **διατηρώντας την λανθασμένη νόηση** ότι δεν υπάρχει κακό στην κλοπή
- **κάποιος κλέβει λεφτά από την τσάντα ενός άλλου αυθόρμητα.**



Δεν έχει την γνώση κατά κάποιον τρόπο ή αδιαφορεί, για τον πόνο που δημιουργεί όταν αφαιρεί την περιουσία κάποιου άλλου. Έχει δηλ. λανθασμένη νόηση.

Γι' αυτό τον λόγο είχα αναφέρει, ότι η γνώση έχει να κάνει με την ορθή νόηση, που σημαίνει ότι πρέπει να καταλάβουμε τον υπαρξιακό πόνο και το πώς μπορεί να απελευθερωθεί κανείς απ' αυτόν κάνοντας καλές πράξεις με καλές συνειδήσεις.

Συνεχίζουμε με το δεύτερο είδος καλής συνείδησης.

## 8 Καλές Συνειδήσεις της Ηδονικής Σφαίρας

### 2 Μία συνείδηση, συνοδευόμενη από

- **αίσθημα ευαρέσκειας** (*somanassa*),
- **σχετιζόμενη με γνώση** (*ñāṇa*), και
- **με προτροπή** (*sasaṅkhārika*).

Ένα παράδειγμα για το πώς αυτή η συνείδηση εκδηλώνεται ως καλή πράξη, είναι μια γενναιόδωρη πράξη που συνοδεύεται από τον αλτρουϊσμό, την φιλικότητα ή την συμπόνοια ως εξής:

2

- **Με αίσθημα ευαρέσκειας και έχοντας γνώση και ορθή νόηση ότι αυτή είναι μια καλή πράξη,**
- **κάποιος κάνει μια γενναιόδωρη πράξη με προτροπή από άλλον.**



Το σκίτσο αυτό δεν σημαίνει ότι υπάρχουν μόνο ζητιάνοι για να κάνουμε γενναιόδωρες πράξεις, αλλά είναι απλώς ένα παράδειγμα. Υπάρχουν στην ζωή μας επίσης φίλοι, συγγενείς, γονείς, προς τους οποίους μπορούμε να κάνουμε καλές και γενναιόδωρες πράξεις, έχοντας αυτή την διάθεση να προσφέρουμε. Τέτοιου είδους συνείδηση μπορεί να εγερθεί μέσα μας, αν όχι καθημερινά, τουλάχιστον όμως κατά διαστήματα στην ζωή μας. Και με τους νοητικούς παράγοντες που εγείρεται, μπορούν όχι μόνον τα παιδιά αλλά και οι ενήλικες να μάθουν πώς να εγείρουν τέτοιες συνειδήσεις μέσα τους.

Η γνώση εδώ είναι, ότι παρ' όλο που το άτομο κάνει την καλή πράξη με προτροπή, καταλαβαίνει την αξία αυτής της πράξης.

Αντίθετα, πάλι με αίσθημα ευαρέσκειας, κάποιος κάνει μια φαύλη πράξη απληστίας αδιαφορώντας για τον πόνο που προκαλεί.

**Φαύλη Συνείδηση Ριζωμένη στην Απληστία**

- Με αίσθημα ευαρέσκειας,
- διατηρώντας την λανθασμένη νόηση ότι δεν υπάρχει κακό στην κλοπή
- κάποιος με προτροπή κλέβει την τσάντα ενός άλλου.

**Κλοπή με προτροπή**



Στην συνέχεια έχουμε το τρίτο είδος καλής συνείδησης.

**8 Καλές Συνειδήσεις της Ηδονικής Σφαίρας**

**3** Μία συνείδηση, συνοδευόμενη από

- αίσθημα ευαρέσκειας (*somanassa*),
- ασυσχέτιστη με γνώση (*ñāṇa*), και
- αυθόρμητη (*asañkhārika*).

Η συνείδηση που είναι ασυσχέτιστη με γνώση (*ñāṇa-virrayutta*) στερείται τον νοητικό παράγοντα της σοφίας (*paññā*), και επομένως την καλή ρίζα της μη αυταπάτης (*moḥa*).

Έτσι έχει δύο μόνο καλές ρίζες: την μη απληστία και το μη μίσος.

**Καλή Συνείδηση**



**Δύο Καλές Ρίζες της Συνείδησης**

μη απληστία, μη μίσος, *alobha, adosa,*



Αυτή η συνείδηση ονομάζεται «**δύρριζη**» (*dvi-hetuka*) επειδή έχει δύο μόνο καλές ρίζες, σε αντίθεση με τη συνείδηση που έχει τρεις καλές ρίζες και ονομάζεται «**τρίρριζη**» (*ti-hetuka*), και με τη συνείδηση που είναι «**άρριζη**» (*ahetuka*).

Στη **δύρριζη** συνείδηση η «μη αυταπάτη» (*amoha*), η γνώση (*ñāṇa*) ή η σοφία (*paññā*) απουσιάζει.



Στην προκειμένη περίπτωση, υπάρχει το συναισθηματικό μέρος του νου μας αλλά όχι το ορθολογικό. Κάποιος κάνει μια καλή πράξη εξ' αιτίας του συναισθήματος όπως πχ. από συμπόνοια, χωρίς να καταλαβαίνει τα αποτελέσματα της πράξης ή την αξία της πράξης.

Στη **δύρριζη** συνείδηση η «μη αυταπάτη» (*amoha*), η γνώση (*ñāṇa*) ή η σοφία (*paññā*) απουσιάζει.

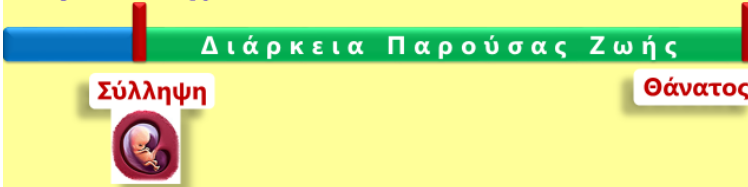


Η «δύρριζη» συνείδηση όμως δεν περιλαμβάνει την **άγνοια** (*avijjā*) ή την **αυταπάτη** (*moha*), η οποία σχετίζεται με την φαύλη συνείδηση μόνο.

Δυνατόν να περιλαμβάνει άλλους καλούς νοητικούς παράγοντες όπως την «**συμπόνοια**» (*kāruṇa*), τη «**συμπαθητική χαρά**» (*muditā*) κλπ.

Άνθρωποι που την στιγμή της σύλληψης έχουν γεννηθεί με «**δύρριζη**» συνείδηση, ονομάζονται «**δύρριζοι**» (*dvihetuka*).

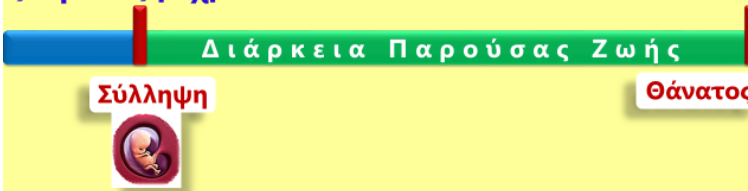
Αυτή η συνείδηση καθορίζει και την παρούσα ζωή τους μέχρι τον θάνατο.



Εάν κάποιος έλθει από την προηγούμενη ζωή στην παρούσα με αυτή την δύρριζη συνείδηση, τότε αυτή θα καθορίζει την ζωή του μέχρι να πεθάνει.

Άνθρωποι όμως που την στιγμή της σύλληψης έχουν γεννηθεί με «**τρίρριζη**» συνείδηση, ονομάζονται «**τρίρριζοι**» (*tihetuka*).

Αυτή η συνείδηση καθορίζει και την παρούσα ζωή τους μέχρι τον θάνατο.



Πρέπει να αναφέρω εδώ, ότι οι άνθρωποι που έχουν γεννηθεί με τρίρριζη συνείδηση έχουν την δυνατότητα σ' αυτή την ζωή να έχουν μεγάλη επιτυχία στον διαλογισμό τους. Αυτός είναι ο λόγος που βλέπουμε κάποιους ανθρώπους να προοδεύουν στον διαλογισμό τους πολύ γρήγορα και να μπορούν επιτύχουν εκστάσεις, ή ακόμα και να κάνουν διορατικό διαλογισμό πολύ εύκολα, λόγω της μη αυταπάτης, της γνώσης, της σοφίας. Ενώ αυτοί που έχουν την δύρριζη συνείδηση δεν θα δυσκολευτούν μόνο στον διαλογισμό αλλά θα είναι αδύνατον σ' αυτή την ζωή να πετύχουν εκστάσεις ή βαθειά γνώση του διορατικού διαλογισμού. Βέβαια η προσπάθεια που κάνουν σ' αυτή την ζωή, θα τους βοηθήσει έτσι ώστε στην επόμενη ζωή να πραγματοποιήσουν αυτές τις επιτεύξεις.

Έτσι το κάρμα που έχει σχηματίσει κάποιος, καθορίζει το εάν θα γεννηθεί με δύρριζη ή τρίρριζη συνείδηση ώστε να επιτύχει ανώτερες επιτεύξεις.

Εδώ δίνουμε ένα παράδειγμα για το πώς μπορεί να συμβεί μια συνείδηση χωρίς τον παράγοντα της σοφίας:

**3**

- Με **αίσθημα** ευαρέσκειας και
- χωρίς **γνώση** και **ορθή νόηση** ότι αυτή είναι μια καλή πράξη,
- κάποιος κάνει μια **γενναιόδωρη πράξη** αυθόρμητα.



Δηλαδή, κάποια στιγμή τυχαίνει κάποιος να συναντήσει στον δρόμο του έναν άνθρωπο που χρειάζεται βοήθεια, και χωρίς ορθολογισμό ή δεύτερη σκέψη να τον βοηθήσει αυθόρμητα παρακινούμενος μόνο από αίσθημα συμπόνοιας.

Στην συνέχεια έχουμε:

#### 8 Καλές Συνειδήσεις της Ηδονικής Σφαίρας

**4** Μία συνείδηση συνοδευόμενη από

- **αίσθημα ευαρέσκειας** (*somanassa*),
- **ασυσχέτιστη με γνώση** (*ñāṇa*), και
- **με προτροπή** (*sasaṅkhārika*).

**4**

- Με **αίσθημα** ευαρέσκειας και
- χωρίς **γνώση** και **ορθή νόηση** ότι αυτή είναι μια καλή πράξη,
- κάποιος κάνει μια **γενναιόδωρη πράξη με προτροπή** από άλλον.



Εδώ κάνει κάποιος μια καλή πράξη χωρίς να γνωρίζει την αξία της πράξεως. Άνθρωποι που κάνουν καλές πράξεις κατόπιν προτροπής από τους άλλους, συνηθίζουν κι αρχίζουν σιγά σιγά να κάνουν καλές πράξεις κι από μόνοι τους αυθόρμητα.

Στην συνέχεια έχουμε:

### 8 Καλές Συνειδήσεις της Ηδονικής Σφαίρας

#### 5 Μία συνείδηση, συνοδευόμενη από

- ουδέτερο αίσθημα (*urekkha*),
- σχετιζόμενη με γνώση (*ñāṇa*), και
- αυθόρμητη (*asañkhārika*).

Εδώ η μόνη διαφορά ανάμεσα στο πρώτο είδος συνείδησης και στο πέμπτο είναι το αίσθημα. Στο πρώτο είδος έχουμε το αίσθημα ευαρέσκειας, αλλά στο πέμπτο, λόγω του ότι κάποιος έχει συνηθίσει να δίνει, έχουμε ουδέτερο αίσθημα.

Το ίδιο και παρακάτω:

### 8 Καλές Συνειδήσεις της Ηδονικής Σφαίρας

#### 6 Μία συνείδηση, συνοδευόμενη από

- ουδέτερο αίσθημα (*urekkha*),
- σχετιζόμενη με γνώση (*ñāṇa*), και
- με προτροπή (*sasañkhārika*).

Εδώ ο συνδιασμός των νοητικών παραγόντων με την καλή συνείδηση είναι το ουδέτερο αίσθημα, η πρόθεση (που μπορεί να είναι αυθόρμητη ή με προτροπή), η γνώση, η μη απληστία και το μη μίσος.

Στην συνέχεια έχουμε:

### 8 Καλές Συνειδήσεις της Ηδονικής Σφαίρας

#### 7 Μία συνείδηση, συνοδευόμενη από

- ουδέτερο αίσθημα (*urekkha*),
- ασυσχέτιστη με γνώση (*ñāṇa*), και
- αυθόρμητη (*asañkhārika*).

### 8 Καλές Συνειδήσεις της Ηδονικής Σφαίρας

#### 8 Μία συνείδηση, συνοδευόμενη από

- ουδέτερο αίσθημα (*urekkha*),
- ασυσχέτιστη με γνώση (*ñāṇa*), και
- με προτροπή (*sasañkhārika*).

Εδώ ο συνδιασμός των νοητικών παραγόντων με την καλή συνείδηση είναι το ουδέτερο αίσθημα, η πρόθεση (που μπορεί να είναι αυθόρμητη ή με προτροπή), η μη απληστία και το μη μίσος.

Αυτές οι 8 καλές συνειδήσεις της ηδονικής σφαίρας που αναφέραμε, ονομάζονται «με ρίζες» ή «ριζωμένες» (*σαχέτουκα*).

Οι 4 σχετιζόμενες με γνώση έχουν όλες τις τρεις ρίζες.

Οι άλλες 4 που είναι ασυσχέτιστες με γνώση, έχουν την μη απληστία, δηλ. την γενναιοδωρία, και το μη μίσος, δηλ. την φιλικότητα (*μέττα*). Στερούνται όμως την μη αυταπάτη.

## 8 Καλές Επακόλουθες Συνειδήσεις της Ηδονικής Σφαίρας

Όπως υπάρχουν οκτώ καλές συνειδήσεις, υπάρχουν επίσης και οκτώ αντίστοιχες επακόλουθες συνειδήσεις. Αυτές οι οκτώ συνειδήσεις είναι καρμικά αποτελέσματα των καλών συνειδήσεων της ηδονικής σφαίρας.

Αυτός ο τύπος συνείδησης εγείρεται ως αναπόφευκτο επακόλουθο, αποτέλεσμα, ή συνέπεια της καλής συνείδησης, και ονομάζεται «καλή επακόλουθη συνείδηση» (*βιπάκα-τσιττα*).

Είναι σαν ο αντικα-  
τοπτρισμός των  
καλών συνειδήσεων.

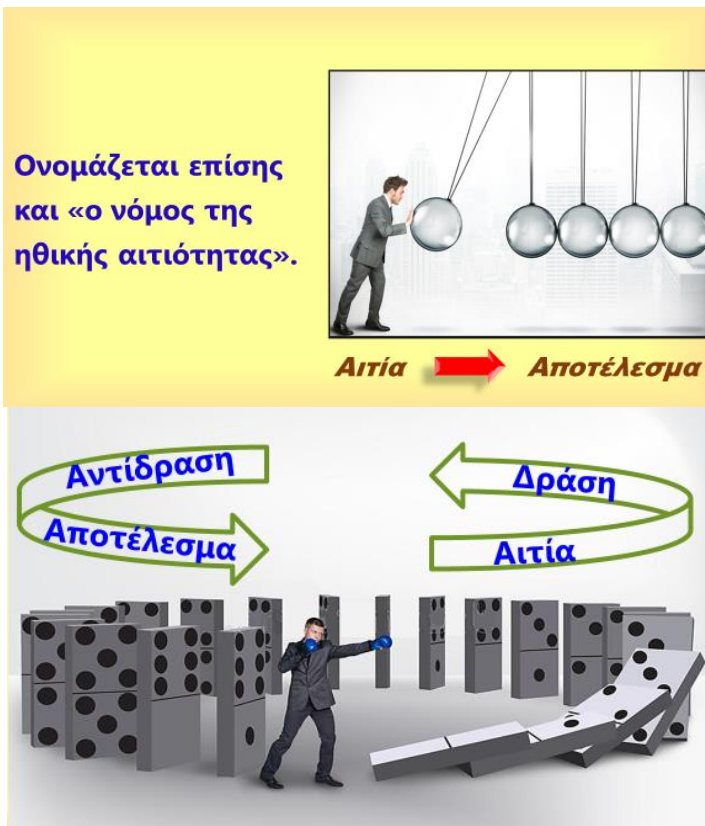


Όταν εμφανίζονται τα επακόλουθα ή τα αποτελέσματα του καλού *κάρμα*, είναι αυτές οι επακόλουθες συνειδήσεις (*τσιττας*) που βιώνουν την ωρίμανση του *κάρμα* (δηλ. των καλών εκούσιων πράξεων).

Αυτός ονομάζεται ο  
φυσικός νόμος του  
Κάρμα, δηλ. ο φυσι-  
κός νόμος της αιτίας  
και του αποτελέσμα-  
τος, της δράσης και  
αντίδρασης των πρά-  
ξεών μας.



Δράση → Αντίδραση



Γι' αυτό και στα Βουδδιστικά κείμενα αναφέρεται:

**«Ό,τι σπόρο σπέρνει κάποιος,  
Τέτοιον καρπό θερίζει.  
Ο πράττων το καλό, θερίζει το καλό  
Και ο πράττων το κακό, το κακό.  
Σπείρατε τον σπόρο,  
Θα βιώσετε τον καρπό του».**

*(SN Samuddakasuttam)*

Έτσι, εμείς είμαστε που δημιουργήσαμε το κάρμα και εμείς που δρέπουμε τα αποτελέσματά του.

Για το πώς συμβαίνει αυτό, ο Βούδδας δίνει μια παρομοίωση με έναν ζωγράφο:

«Ας υποθέσουμε ότι ένας ζωγράφος που χρησιμοποιεί βαφές και χρώματα δημιουργεί την εικόνα ενός άνδρα ή μιας γυναίκας πλήρως σε όλα τα χαρακτηριστικά τους.



Έτσι επίσης, όταν κάποιος δημιουργεί κάτι με τις πράξεις του, είναι το υλικό σώμα που δημιουργεί, είναι το αίσθημα ... , την αντίληψη ... , τις νοητικές λειτουργίες, και την συνείδηση που δημιουργεί».



Τώρα, όπως ένας επιδέξιος ζωγράφος μπορεί να δημιουργήσει μια εικόνα που είναι όμορφη και καλά διαμορφωμένη, έτσι επίσης και ένας επιδέξιος άνθρωπος με έναν καθαρό και ηθικό νου μπορεί να δημιουργήσει ένα όμορφο σώμα, με ευχάριστα αισθήματα, συναισθήματα, αντιλήψεις, κ.λπ.



Από την άλλη πλευρά, όπως ένας αδέξιος ζωγράφος μπορεί να δημιουργήσει μια εικόνα που είναι άσχημη, παραμορφωμένη και δυσάρεστη, έτσι επίσης ένας αδέξιος και ανήθικος άνθρωπος με συγχυσμένο νου μπορεί να δημιουργήσει ένα άσχημο, παραμορφωμένο και δυσάρεστο σώμα, με δυσάρεστα αισθήματα, συναισθήματα, αντιλήψεις, ιδέες και συνείδηση.



Θα δούμε τώρα ότι οι 8 καλές επακόλουθες συνειδήσεις που είναι ο αντικατοπτρισμός ή το αποτέλεσμα των 8 καλών συνειδήσεων,

είναι ακριβώς οι ίδιες συνειδήσεις που αντανakλούνται όπως οι καλές συνειδήσεις.

### 8 Καλές Επακόλουθες Συνειδήσεις της Ηδονικής Σφαίρας

- 1** Μία συνείδηση, συνοδευόμενη από
- αίσθημα ευαρέσκειας (*somanassa*),
  - σχετιζόμενη με γνώση (*ñāṇa*), και
  - αυθόρμητη (χωρίς προτροπή – *asañkhārika*).

### 8 Καλές Επακόλουθες Συνειδήσεις της Ηδονικής Σφαίρας

- 2** Μία συνείδηση, συνοδευόμενη από
- αίσθημα ευαρέσκειας (*somanassa*),
  - σχετιζόμενη με γνώση (*ñāṇa*), και
  - με προτροπή (*sasañkhārika*).

### 8 Καλές Επακόλουθες Συνειδήσεις της Ηδονικής Σφαίρας

- 3** Μία συνείδηση, συνοδευόμενη από
- αίσθημα ευαρέσκειας (*somanassa*),
  - ασυσχέτιστη με γνώση (*ñāṇa*), και
  - αυθόρμητη (*asañkhārika*).

### 8 Καλές Επακόλουθες Συνειδήσεις της Ηδονικής Σφαίρας

- 4** Μία συνείδηση, συνοδευόμενη από
- αίσθημα ευαρέσκειας (*somanassa*),
  - ασυσχέτιστη με γνώση (*ñāṇa*), και
  - με προτροπή (*sasañkhārika*).



**8 Καλές Επακόλουθες  
Συνειδήσεις της Ηδονικής Σφαίρας**

- 5** Μία συνείδηση, συνοδευόμενη από
- ουδέτερο αίσθημα (*urekkha*),
  - σχετιζόμενη με γνώση (*ñāṇa*), και
  - αυθόρμητη (*asañkhārika*).

**8 Καλές Επακόλουθες  
Συνειδήσεις της Ηδονικής Σφαίρας**

- 6** Μία συνείδηση, συνοδευόμενη από
- ουδέτερο αίσθημα (*urekkha*),
  - σχετιζόμενη με γνώση (*ñāṇa*), και
  - με προτροπή (*sasañkhārika*).

**8 Καλές Επακόλουθες  
Συνειδήσεις της Ηδονικής Σφαίρας**

- 7** Μία συνείδηση, συνοδευόμενη από
- ουδέτερο αίσθημα (*urekkha*),
  - ασυσχέτιστη με γνώση (*ñāṇa*), και
  - αυθόρμητη (*asañkhārika*).

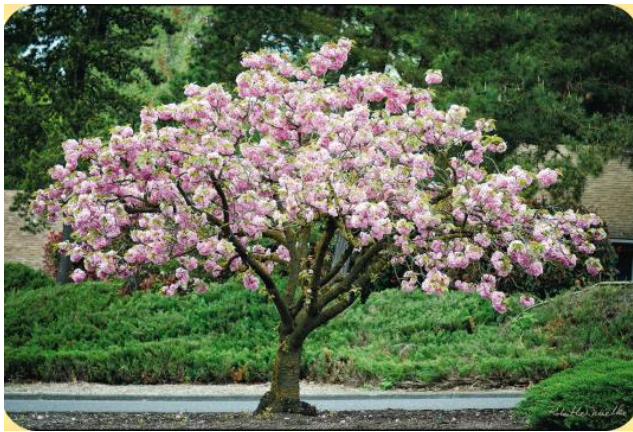
**8 Καλές Επακόλουθες  
Συνειδήσεις της Ηδονικής Σφαίρας**

- 8** Μία συνείδηση, συνοδευόμενη από
- ουδέτερο αίσθημα (*urekkha*),
  - ασυσχέτιστη με γνώση (*ñāṇa*), και
  - με προτροπή (*sasañkhārika*).

## 8 Λειτουργικές Συνειδήσεις της Ηδονικής Σφαίρας

Ενώ οι οκτώ καλές συνειδήσεις της ηδονικής σφαίρας εγείρονται στους κοινούς ανθρώπους και στους ασκούμενους μαθητές, δεν εγείρονται στους Βούδδες και στους Άραχαν που έχουν ξεπεράσει τον κύκλο του κάρμα και το μελλοντικό γίγνεσθαι στους κόσμους της επαναγέννησης. Σε αυτούς εγείρονται οι Λειτουργικές συνειδήσεις οι οποίες δεν συνοδεύονται από επακόλουθα, και δεν φέρουν καρπούς ώστε να γεννηθεί κάποιος μελλοντικά σε έναν κόσμο επαναγέννησης.

Είναι σαν ένα δέντρο που έχει άνθη αλλά ποτέ δεν δίνει καρπό.



Όπως τα άνθη είναι μια λειτουργική διαδικασία σε ένα δέντρο που δεν παράγει καρπούς, κάτι ανάλογο γίνεται και με τις λειτουργικές συνειδήσεις, οι οποίες ναι μεν εμφανίζονται στον νου ενός Βούδδα ή ενός Αρχάτ αλλά δεν δίνουν καρπό για μελλοντική επαναγέννηση. Οι Βούδδες και οι Αρχάτ έχουν κόψει τον κύκλο του υπαρξιακού πόνου που οφείλεται στις επαναλαμβανόμενες επαναγεννήσεις.

Οι λειτουργικές συνειδήσεις ταξινομούνται ακριβώς με τον ίδιο τρόπο όπως οι καλές συνειδήσεις. Εμφανίζονται όπως οι καλές συνειδήσεις αλλά δεν έχουν επακόλουθα, δεν φέρνουν αποτελέσματα στο μέλλον. Αυτό συμβαίνει διότι οι κατέχοντες αυτές τις συνειδήσεις έχουν αποκόψει την προσδοκία για το μέλλον, εν αντιθέσει με εκείνους που κάνουν καλές πράξεις προσδοκώντας υποσυνείδητα να βιώσουν καλά αποτελέσματα στο μέλλον, και η

επιθυμία για μελλοντικό αποτέλεσμα υπάρχει στον νου τους είτε συνειδητά είτε υποσυνείδητα.

### 8 Λειτουργικές Συνειδήσεις της Ηδονικής Σφαίρας

- 1** Μία συνείδηση, συνοδευόμενη από
- αίσθημα ευαρέσκειας (*somanassa*),
  - σχετιζόμενη με γνώση (*ñāṇa*), και
  - αυθόρμητη (χωρίς προτροπή – *asañkhārika*).

Μπορούμε ενίοτε να «τσακώσουμε» αυτή την επιθυμία μέσα μας· δηλαδή να δωρίσουμε ή να κάνουμε κάτι καλό σέ κάποιον και μετά να περιμένουμε μια ανάλογη ανταπόδοση, ένα ανάλογο επακόλουθο. Κάτι τέτοιο δεν συμβαίνει ούτε στους Βούδδες ούτε στους Αρχάτς. Αυτοί έχουν αποκόψει κάθε προσδοκία και κάθε επιθυμία για μελλοντικές απολαβές και επακόλουθα. Οι συνειδήσεις τους είναι απλά λειτουργικές.

Το ίδιο γίνεται και με τις υπόλοιπες συνειδήσεις.

### 8 Λειτουργικές Συνειδήσεις της Ηδονικής Σφαίρας

- 2** Μία συνείδηση, συνοδευόμενη από
- αίσθημα ευαρέσκειας (*somanassa*),
  - σχετιζόμενη με γνώση (*ñāṇa*), και
  - με προτροπή (*sasañkhārika*).

### 8 Λειτουργικές Συνειδήσεις της Ηδονικής Σφαίρας

- 3** Μία συνείδηση, συνοδευόμενη από
- αίσθημα ευαρέσκειας (*somanassa*),
  - ασυσχέτιστη με γνώση (*ñāṇa*), και
  - αυθόρμητη (*asañkhārika*).

#### 8 Λειτουργικές Συνειδήσεις της Ηδονικής Σφαίρας

- 4** Μία συνείδηση, συνοδευόμενη από
- αίσθημα ευαρέσκειας (*somanassa*),
  - ασυσχέτιστη με γνώση (*ñāṇa*), και
  - με προτροπή (*sasaṅkhārika*).

#### 8 Λειτουργικές Συνειδήσεις της Ηδονικής Σφαίρας

- 5** Μία συνείδηση, συνοδευόμενη από
- ουδέτερο αίσθημα (*upekkha*),
  - σχετιζόμενη με γνώση (*ñāṇa*), και
  - αυθόρμητη (*asaṅkhārika*).

#### 8 Λειτουργικές Συνειδήσεις της Ηδονικής Σφαίρας

- 6** Μία συνείδηση, συνοδευόμενη από
- ουδέτερο αίσθημα (*upekkha*),
  - σχετιζόμενη με γνώση (*ñāṇa*), και
  - με προτροπή (*sasaṅkhārika*).

#### 8 Λειτουργικές Συνειδήσεις της Ηδονικής Σφαίρας

- 7** Μία συνείδηση, συνοδευόμενη από
- ουδέτερο αίσθημα (*upekkha*),
  - ασυσχέτιστη με γνώση (*ñāṇa*), και
  - αυθόρμητη (*asaṅkhārika*).

## 8 Λειτουργικές Συνειδήσεις της Ηδονικής Σφαίρας

**8** Μία συνείδηση, συνοδευόμενη από

- ουδέτερο αίσθημα (*urekkha*),
- ασυσχέτιστη με γνώση (*ñāṇa*), και
- με προτροπή (*sasaṅkhārika*).

Στα επόμενα μαθήματα θα μιλήσουμε και για άλλα είδη λειτουργικών συνειδήσεων που συμβαίνουν μέσα στον ασυνείδητο και υποσυνείδητο νου και έχουν απλώς μια λειτουργική σημασία χωρίς να φέρουν επακόλουθα.

### Περίληψη των Έξοχων Συνειδήσεων της Ηδονικής Σφαίρας

Οι συνειδήσεις της ηδονικής σφαίρας με ρίζες —κατανοητές ως καλές, επακόλουθες και λειτουργικές— γίνονται εικοσιτέσσερις με την κατάταξη σε αίσθημα, γνώση και προτροπή.

Το αίσθημα μπορεί να είναι ευχάριστο ή ουδέτερο αλλά όχι δυσάρεστο, η γνώση να υπάρχει ή όχι, το ίδιο και η προτροπή.

### **Οι Άρριζες Συνειδήσεις (1)**

Καλησπέρα σας. Θα ξεκινήσουμε σήμερα να μιλάμε για τις άρριζες συνειδήσεις και θα εξηγήσουμε για ποιόν λόγο τις ονομάζουμε έτσι, το πώς λειτουργούν, ποιά είναι τα χαρακτηριστικά τους, και πώς εμφανίζονται στον νου και ιδιαίτερα στον υποσυνείδητο νου ακόμα και στον ασυνείδητο. Θα τις εντοπίσουμε και θα δούμε πώς επηρεάζουν την καθημερινή μας ζωή χωρίς εμείς να το αντιλαμβανόμαστε.

Μέχρι τώρα έχουμε κατατάξει τις συνειδήσεις σε 4 φύσεις: 12 φαύλες, 24 καλές, 15 επακόλουθες, και 3 λειτουργικές.



Οι καλές συνειδήσεις διαιρούνται σε 8 καλές, 8 καλές επακόλουθες, και 8 καλές λειτουργικές. Παρ' όλο που υπάρχουν οι επακόλουθες συνειδήσεις, βλέπουμε ότι υπάρχουν οι 8 καλές επακόλουθες συνειδήσεις κάτω από την κατηγορία των καλών συνειδήσεων. Έχουμε δηλ. τις 8 καλές επακόλουθες συνειδήσεις αλλά και άλλες 15 επακόλουθες τέτοιες συνειδήσεις. Επίσης έχουμε αναφέρει 8 καλές λειτουργικές συνειδήσεις αλλά υπάρχουν και άλλες 3 λειτουργικές συνειδήσεις.

Οι 15 επακόλουθες και οι 3 λειτουργικές συνειδήσεις λέγονται άρριζες και είναι συνολικά 18. Οι άλλες 36 ονομάζονται ριζωμένες διότι έχουν την ρίζα τους είτε στις τρεις φαύλες ρίζες (απληστία, μίσος, αυταπάτη), είτε στις τρεις καλές ρίζες (μη απληστία, μη μίσος, μη αυταπάτη).

Συνολικά έχουμε 54 είδη συνείδησης. Μέχρι τώρα έχουμε αναφέρει τα 36 είδη ριζωμένων συνειδήσεων, και σήμερα θα αναφέρουμε τα άλλα 18 που είναι άρριζες.

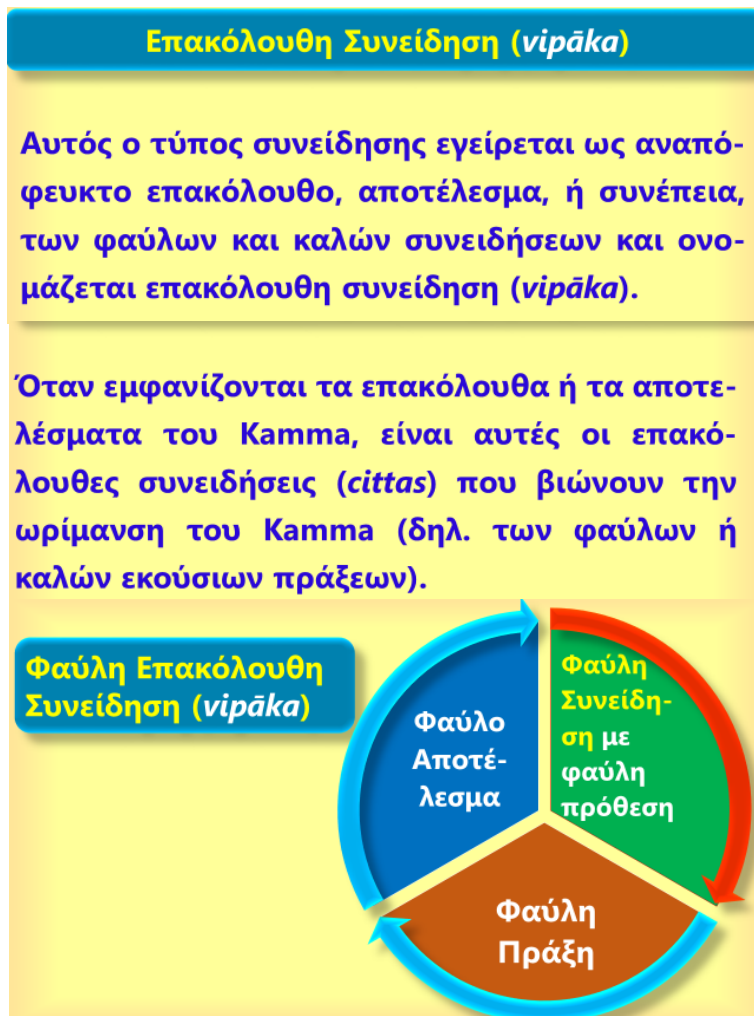
Όλες αυτές είναι συνειδήσεις της ηδονικής σφαίρας.

Οι φαύλες και οι καλές συνειδήσεις είναι καρμικά προσδιορισμένες διότι με αυτές κάνουμε τις καθημερινές μας

πράξεις είτε με φαύλες προθέσεις είτε με καλές προθέσεις. Οι επακόλουθες και οι λειτουργικές συνειδήσεις είναι καρμικά απροσδιόριστες διότι είναι απλά η αντήχηση ή η αντανάκλαση των εκούσιων πράξεων ή του κάρμα που κάνουμε.



Όπως κάθε δράση έχει αντίδραση, έτσι και αυτές οι επακόλουθες συνειδήσεις είναι η αντίδραση των πράξεών μας. Στις λειτουργικές συνειδήσεις από την άλλη πλευρά, δεν υπάρχει ούτε αντίδραση. Οι λειτουργικές δεν έχουν επακόλουθα ή καρμικά αποτελέσματα. Εκτελούν απλώς λειτουργίες οι οποίες δεν έχουν κανένα αντίκτυπο.





Εν ολίγοις, βιώνουμε το φαύλο ή το καλό αποτέλεσμα με αυτή την επακόλουθη συνείδηση.

### Λειτουργική (*kiriya*)

Ο τέταρτη φύση συνείδησης ονομάζεται *Kiriya*, η οποία μεταφράζεται ως

«καρμικά αναποτελεσματική»

«αδρανής», ή

«απλά λειτουργική».

### 3 Άρριζες Λειτουργικές Συνειδήσεις

Αυτές οι τρεις συνειδήσεις μεταξύ των 18 άρριζων (*ahetuka*) συνειδήσεων, δεν είναι καρμικά επακόλουθες (*virāka*).

Ανήκουν στην κατηγορία που ονομάζεται *κίργια*, μεταφρασμένες εδώ ως «λειτουργικές», δείχνοντας ότι εκτελούν διαδικασίες που δεν έχουν καμία καρμική ισχύ. Οι συνειδήσεις αυτού του είδους, δεν είναι ούτε αιτιατό κάρμα ούτε το επακόλουθο (το αποτέλεσμα) του κάρμα.





Σχετικά με όλες αυτές τις συνειδήσεις που αναφέραμε, μερικές ανήκουν στον συνειδητό νου και άλλες στον υποσυνείδητο. Αυτές που εμφανίζονται στον συνειδητό νου έχουν μια δυναμικότητα που μπορεί να τις συνειδητοποιήσει κανείς εύκολα, ενώ οι 15 επακόλουθες και οι 3 λειτουργικές εμφανίζονται στον υποσυνείδητο νου και είναι οι άρριζες για τις οποίες θα μιλήσουμε σήμερα. Κι ενώ στα προηγούμενα μαθήματα μιλούσαμε για τον συνειδητό νου, σήμερα θα μιλήσουμε για τον υποσυνείδητο νου.



Εδώ πρέπει να εξηγήσουμε την λέξη *αχέτουκα* για να καταλάβουμε την σημασία της.

**Ahetuka** → **A-hetu-ka**

↓

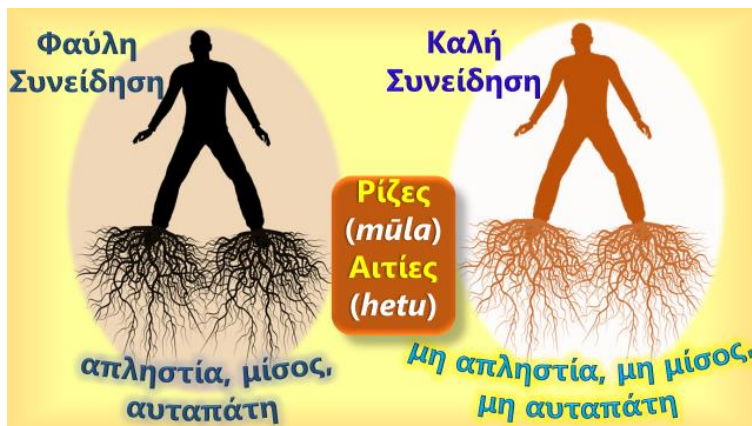
**hetu = αιτία**

Στις Sutta η λέξη **hetu** χρησιμοποιείται με τη γενική έννοια της αιτίας, του αίτιου, του αιτιατού, της αιτιολογίας, της αιτιότητας, της αφορμής ή του λόγου (*kāraṇa*).

Εκεί είναι συνώνυμη με τη λέξη *paccaya* (συνθήκη),  
με την οποία συχνά συνδέεται ως *hetu, paccayo*,  
(αιτία και συνθήκη)  
και ισχύει για οποιοδήποτε φαινόμενο που  
λειτουργεί ως αιτία ή συνθήκη για άλλα φαινόμενα και γεγονότα.

Στην Abhidhamma, ωστόσο, η λέξη *hetu* χρησιμοποιείται αποκλειστικά με την εξειδικευμένη έννοια της *ρίζας (mūla)*  
και περιορίζεται σε εφαρμογή στους έξι νοητικούς παράγοντες που αντιπροσωπεύουν ηθικά σημαντικές ιδιότητες.

Ποιοί είναι αυτοί οι έξι νοητικοί παράγοντες που ονομάζονται ρίζες ή αιτίες;



Λέγονται ρίζες ή αιτίες διότι προκαλούν την συνείδηση να γίνει φαύλη ή να είναι καλή.

Τυπικά καθορισμένη, μία ρίζα (*μούλα*) ή μια αιτία (*χέτου*), είναι ένας νοητικός παράγοντας ο οποίος εγκαθιστά εμμονή και σταθερότητα στις συνειδήσεις και στους νοητικούς παράγοντες με τους οποίους συνδέεται.

Έτσι λέγεται ότι εκείνες οι συνειδήσεις που είναι **ριζωμένες (sahetuka)** είναι έμμονες και σταθερές, όπως τα **δέντρα**, ενώ εκείνες που είναι **άρριζες (ahetuka)** είναι αδύναμες και ασταθείς, όπως το **μούσκουλο**.



(Στην λέξη *σαχέτουκα*, το σα είναι σαν το ελληνικό συ). Θα μιλήσουμε δε, για τα μούσκουλα, τα βρύα, που εμφανίζονται πριν παρουσιαστούν οι ρίζες.

Δεδομένου ότι μία ρίζα είναι ένας παράγοντας που συμβάλλει στην σταθερότητα μιας συνείδησης, αυτές οι συνειδήσεις που στερούνται ρίζας είναι πιο αδύναμες από αυτές που κατέχουν ρίζες.

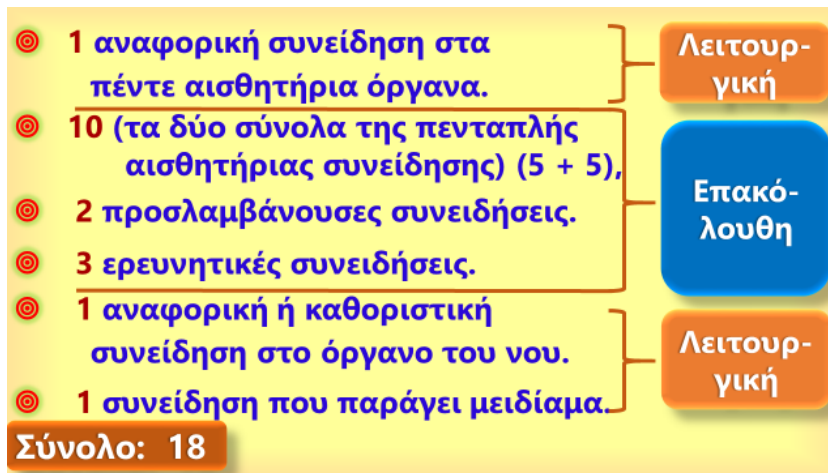
Ταξινομούνται επίσης και ως «**απροσδιόριστες (abyākata)**»,

δηλαδή συνειδήσεις που δεν μπορούν να προσδιοριστούν από την άποψη της διχοτόμησης

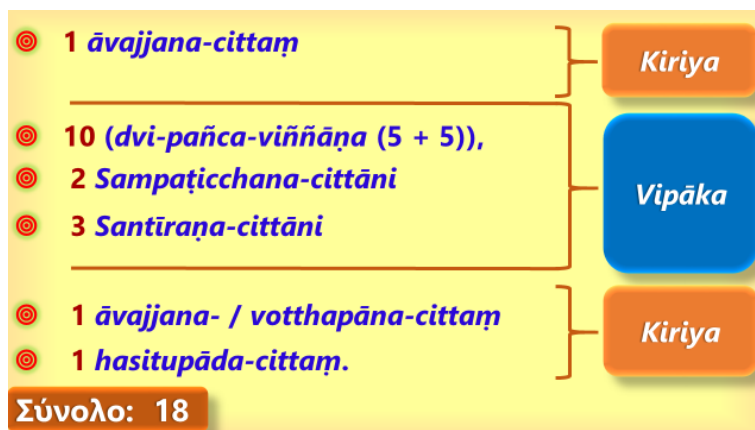
των τριών φαύλων, και  
των τριών καλών ριζών.

Τέτοιου είδους συνειδήσεις που είναι **άρριζες (ahetuka)** και **απροσδιόριστες (abyākata)** συμβαίνουν στον υποσυνείδητο του και είναι **συνολικά 18**.

Η πρώτη από αυτές είναι η αναφορική συνείδηση στα πέντε αισθητήρια όργανα και ονομάζεται έτσι διότι είναι αυτή που αναφέρει ή αναγγέλει ότι υπάρχει ένα αντικείμενο, το οποίο ως ερέθισμα έρχεται στα αισθητήρια όργανα. Είναι επίσης λειτουργική, δηλ. εκτελεί απλώς μία λειτουργία όπως πατάμε ένα διακόπτη για να ανάψουμε μια λάμπα.



Παρακάτω, έχω βάλει τον ίδιο πίνακα στην γλώσσα Πάλι για αυτούς που ενδιαφέρονται.



Όταν μιλάμε για την αναφορική συνείδηση στα πέντε αισθητήρια όργανα δεν πάμε μακριά από τον εαυτόν μας αλλά πάμε πολύ κοντά στον εαυτόν μας, και βλέπουμε τί ακριβώς γίνεται στον υποσυνείδητο νου μας, προτού αντιληφθούμε ένα αντικείμενο, προτού να συνειδητοποιήσουμε ένα αντικείμενο. Δεν συνειδητοποιούμε κάτι έτσι ξαφνικά, αλλά υπάρχει μια σταδιακή διαδικασία για το πώς αντιλαμβανόμαστε ένα αντικείμενο που έρχεται σε επαφή με τα αισθητήρια όργανα.

Θα ξεκινήσουμε την εξήγηση από τα πέντε αισθητήρια όργανα.



Για παράδειγμα, έχουμε το μάτι που έχει μια ευαισθησία για να συλλαμβάνει το φως, τα χρώματα ή τα σχήματα, και έχουμε και τα αισθητήρια αντικείμενα που είναι ορατά και έρχονται σαν ερεθίσματα στο μάτι. Όταν προσκρούσουν στο μάτι, αυτό πρώτα έχει αντίκτυπο στον υποσυνείδητο νου και στην συνέχεια το συνειδητοποιούμε με τον συνειδητό νου. Θα δούμε λοιπόν τί γίνεται σ' αυτό το στάδιο μεταξύ του υποσυνείδητου νου και του συνειδητού νου.

Το ίδιο γίνεται και με το αυτί σαν όργανο και τους ήχους ως αντικείμενο που ερεθίζουν το αυτί προσκρούοντας πάνω του. Αυτό ερεθίζει τον υποσυνείδητο νου και στην συνέχεια, μετά από κλάσματα δευτερολέπτου, τον συνειδητό νου.

Όταν πάλι οι μυρωδιές προσκρούουν στην μύτη, αυτό το ερέθισμα έχει αντίκτυπο στον υποσυνείδητο νου και στην συνέχεια φτάνει στον συνειδητό νου.

Το ίδιο και με την γλώσσα. Όταν οι γεύσεις προσκρούουν στην γλώσσα, αυτό έχει αντίκτυπο στον υποσυνείδητο νου, και στην συνέχεια λαμβάνει χώρα η διαδικασία με την οποία αντιλαμβανόμαστε τις γεύσεις με τον συνειδητό νου.

Τέλος δε, όταν απτά αντικείμενα προσκρούουν στο σώμα μας και ερεθίσουν την ευαισθησία που υπάρχει στο σώμα μας, αυτό έχει αντίκτυπο στον υποσυνείδητο νου και μετά από κλάσματα δευτερολέπτου αντιλαμβανόμαστε το τί συμβαίνει, με τον συνειδητό νου.

Υπάρχουν όμως κι άλλα αντικείμενα στον υποσυνείδητο νου που δεν γίνονται αισθητά από τα αισθητήρια όργανα, αλλά είναι ιδέες που έχουν κατασταλάξει μέσα μας και γίνονται ερέθισμα για τον συνειδητό νου. Για παράδειγμα, μπαίνουμε σε ένα δωμάτιο όπου δεν υπάρχουν ούτε ήχοι, ούτε μυρωδιές, ούτε ορατά αντικείμενα, και καθόμαστε απλώς εκεί με κλειστά τα μάτια. Τότε μπορεί να μας έρθουν αναμνήσεις που παρουσιάζονται πρώτα στον υποσυνείδητο

νου και στην συνέχεια ανεβαίνουν στον συνειδητό νου. Ο ίδιος ο νους δηλ. χωρίς κανένα εξωτερικό ερέθισμα, μπορεί να αναπαράγει συναισθήματα και σκέψεις, τα οποία βαθμιαία έρχονται στο κατώφλι του συνειδητού νου.



Όπως είπαμε, για να συνειδητοποιήσουμε ένα αντικείμενο από τον υποσυνείδητο νου στον συνειδητό, υπάρχει μια βαθμιαία διαδικασία.

Οι συνειδήσεις που εγείρονται στον υποσυνείδητο νου λέγονται άριζες συνειδήσεις. Είναι αμυδρές και πολύ αδύναμες και δεν μπορούμε να τις συνειδητοποιήσουμε πολύ εύκολα. Δεν σημαίνει ότι αυτό είναι αδύνατον, αλλά δεν είναι και εύκολο. Έτσι, όταν ένα αντικείμενο προσκρούσει για παράδειγμα στο μάτι, δημιουργείται ερέθισμα στον υποσυνείδητο νου και από εκεί σταδιακά το συνειδητοποιούμε με τον συνειδητό νου. Όταν το ερέθισμα εξαφανιστεί, τότε ο νους ξαναεπιστρέφει στην κατάσταση του υποσυνείδητου νου. Αυτό μπορεί να συμβεί πολλές φορές, δηλ. ο νους να κυμαίνεται ανάμεσα στο υποσυνείδητο και στο συνειδητό.

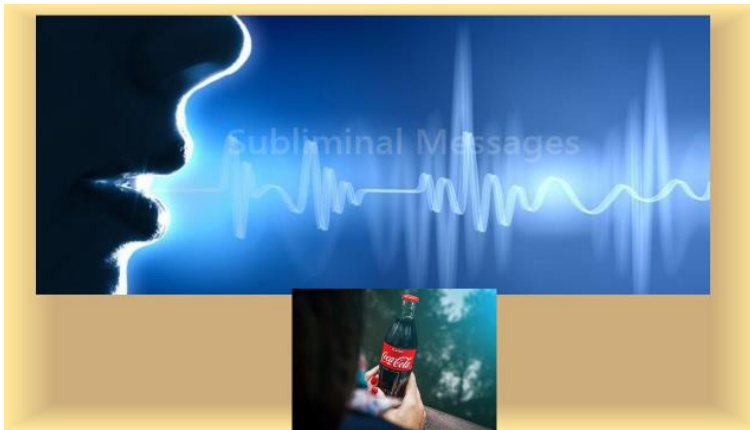
Άλλο ένα παράδειγμα δίδεται παρακάτω:



Όταν βλέπουμε ένα αντικείμενο μπροστά μας όπως είναι ο ουρανός, η πρώτη εικόνα που δεχόμαστε είναι κάπως θολή, χωρίς να μπορούμε να συνειδητοποιήσουμε αμέσως όλες τις λεπτομέρειες που υπάρχουν σ' αυτή την εικόνα.

Χρειάζονται μερικά κλάσματα δευτερολέπτου μέχρι να συνειδητοποιήσουμε την όλη εικόνα. Πρώτα μας έρχεται το φως, και μετά σιγά σιγά ξεκαθαρίζει όλη η εικόνα, όταν ο νους προσπαθεί να συνδιάσει τα διάφορα ερεθίσματα ώστε να βγάλουμε ένα νόημα του τί είναι αυτό που βλέπουμε μπροστά μας.

Θα σας δώσω ένα άλλο παράδειγμα σε σχέση με τα υποσυνείδητα μηνύματα που προφανώς να έχετε ακούσει γι' αυτά, όπως συμβαίνει με την Κόκα Κόλα.



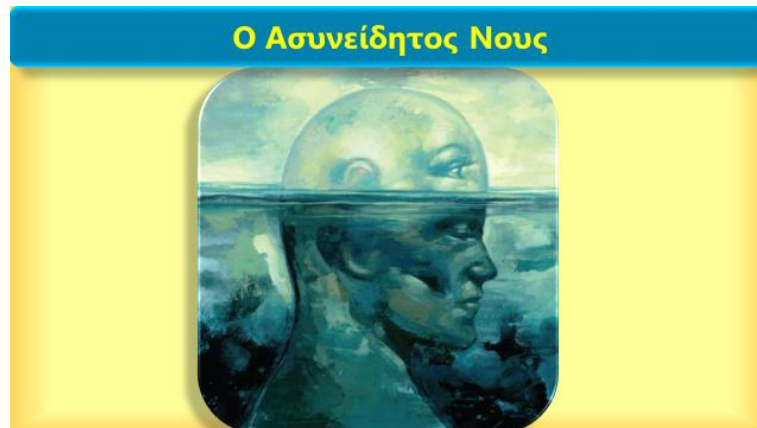
Ερευνητές έχουν πειραματισθεί με ανθρώπους που ενώ είναι στον κινηματογράφο και βλέπουν μια ταινία, τους έρχεται ξαφνικά επιθυμία να πιούν κόκα κόλα. Κανένας τους δεν έχει συνειδητοποιήσει για ποιόν λόγο συμβαίνει αυτό.

Ο λόγος όμως είναι, ότι στην ταινία παρεμβάλλονται για κλάσματα δευτερολέπτου, σλάιτς με την εικόνα ενός μπουκαλιού κόκα κόλας, τα οποία δεν τα συνειδητοποιούν ούτε έχουν επίγνωση ότι υπάρχουν. Αυτά λέγονται υποσυνείδητα μηνύματα και τα χρησιμοποιούν πάρα πολύ στο μάρκετινγκ, δηλ. στις διαφημίσεις, και έτσι, χωρίς να το έχει δει κανείς συνειδητά, σηκώνεται για να αγοράσει το συγκεκριμένο προϊόν.

Οι ψυχολόγοι τουλάχιστον, έχουν καταλάβει την διάσταση του υποσυνείδητου νου και το πώς μπορούμε να στείλουμε μηνύματα στον υποσυνείδητο νου μας, και πώς εμείς στην συνέχεια σαν αυτόματα ή σαν ρομπότ, να κάνουμε πράξεις που καμιά φορά μας φαίνονται ακόμα και παράλογες. Αυτό βέβαια δεν συμβαίνει μόνο με τον κινηματογράφο αλλά και αλλού στην καθημερινότητά μας.

Πριν όμως ξεκινήσουμε να αναλύουμε τον υποσυνείδητο νου, θα μιλήσουμε πρώτα για τον ασυνείδητο νου και για πράγματα που δεν τα συνειδητοποιούμε καθόλου. Από τον υποσυνείδητο νου καμιά φορά, μπορούμε να καταλάβουμε κάτι, όμως από τον ασυνείδητο νου είναι αδύνατον· αυτό ισχύει τουλάχιστον για την πλειονότητα των ανθρώπων.

Θα δούμε λοιπόν πώς γίνονται αυτές οι γνωστικές διαδικασίες στον ασυνείδητο και στον υποσυνείδητο νου.



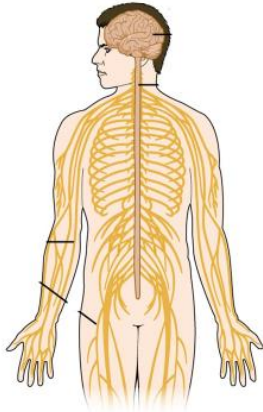
Όταν έναν αισθητήριο αντικείμενο προσκρούσει στην ευαισθησία ενός εκ των πέντε αισθητηρίων οργάνων, πχ. ένα ορατό αντικείμενο στο μάτι, ή ένα νοητικό αντικείμενο στο όργανο του νου, ο ασυνείδητος νους ή η ροή του ασυνείδητου νου διακόπτεται και μια ενεργός γνωστική διαδικασία ακολουθεί για τον σκοπό της συνειδητοποίησης του αντικειμένου.



Εδώ έχουμε το παράδειγμα μιας αράχνης που κοιμάται στον ιστό που έχει υφάνει και έχει άγνοια του περιβάλλοντος. Όταν όμως ένα έντομο πιαστεί στον ιστό, τότε δημιουργείται ένα τρέμουλο και η αράχνη ξυπνάει. Παρόμοια, ο ασυνείδητος νους είναι σαν την αράχνη που κοιμάται, μέχρι ένα αισθητήριο αντικείμενο να τον ενεργοποιήσει. Έχουμε τέτοιες περιπτώσεις που ο νους μας πέφτει στην κατάσταση του ασυνείδητου και δεν έχουμε επίγνωση του περιβάλλοντος.

Ο ιστός της αράχνης είναι παρόμοιος με το νευρικό μας σύστημα.





Όπως η αράχνη, έτσι κι εμείς απλώνουμε τον δικό μας ιστό, το δικό μας νευρικό σύστημα προς το εξωτερικό περιβάλλον, έτσι ώστε όταν ορισμένα αντικείμενα προσκρούσουν στο δέρμα μας ή στα μάτια μας, ή στα αυτιά μας, να μπορούμε να καταλάβουμε το μήνυμα ή το ερέθισμα που έρχεται απ' έξω.

Για παράδειγμα, όταν ένας άνθρωπος κοιμάται και κάποιος τον σπρώξει, είναι το νευρικό σύστημα που ταραζεται και κάνει τον ασυνείδητο νου να ξυπνήσει. Στην περίπτωση της αράχνης, αυτό που την ξυπνάει είναι ένα έντομο, και στην δικιά μας περίπτωση είναι ένα αντικείμενο αίσθησης.



Αμέσως μετά, εμφανίζεται μια νοερή στιγμή που ονομάζεται «δόνηση του ασυνείδητου νου» (*μπαβάνγκα-τσάλανα*), με την οποία ο ασυνείδητος νους «δονείται» για μία μόνο στιγμή.

Αυτή ακολουθείται από μια άλλη στιγμή που ονομάζεται «παύση του ασυνείδητου νου» (*μπαβάνγκα-ουπατσέντα*), με την οποία αποκόπτεται η ροή του ασυνείδητου νου.

Αμέσως μετά από αυτή την στιγμή, μια συνείδηση εγείρεται στρεφόμενη προς το αντικείμενο, είτε σε ένα εκ των πέντε φυσικών αισθητήριων οργάνων, είτε στο όργανο του νου μέσω κάποιας ανάμνησης ή ιδέας.

**Αυτή η λειτουργία στροφής προς στο αντικείμενο ονομάζεται «αναφορική» (*āvajjana*).**

**Και η συνείδηση που στρέφει την προσοχή στο αντικείμενο ονομάζεται «αναφορική συνείδηση» (*āvajjana-citta—adverting consciousness*).**



Η αναφορική συνείδηση λέγεται άρριζη και υπάρχουν τρεις άρριζες λειτουργικές συνειδήσεις.

**1 Αναφορική συνείδηση στα πέντε αισθητήρια όργανα (pañca-dvār'āvajjana-citta):**



Στην παρούσα ζωή, έχουμε αυτόν τον ασυνείδητο νου που συνεχίζει να κυλάει κανονικά (A σημαίνει εδώ ασυνείδητος νους). Εάν εμφανισθεί ένα αντικείμενο που μπορεί να ερεθίσει το μάτι για παράδειγμα, τι γίνεται τότε; ο ασυνείδητος νους διακόπτεται, διότι ήρθε ένα ερέθισμα και διέκοψε την ροή του (A1). Μετά υπάρχει η δόνηση (A2) και μετά το σταμάτημα (A3).

Στην συνέχεια εγείρεται μια άλλη συνείδηση που λέγεται αναφορική και συμβαίνει στον υποσυνείδητο νου, για να αναφέρει ή να αναγγείλει ότι κάτι συνέβει. Ότι αυτή η ησυχία που υπήρχε στον ασυνείδητο νου διαταράχθηκε από κάτι που χτύπησε στον ιστό, δηλ. στο νευρικό σύστημα· εν προκειμένω του ματιού. Η αναφορική συνείδηση έρχεται για να το αναφέρει αυτό στον υποσυνείδητο νου.

Στην συνέχεια βέβαια, εμφανίζονται άλλες συνειδήσεις που κι αυτές είναι άρριζες και βοηθούν να συνειδητοποιήσει ο συνειδητός τους τί ακριβώς συμβαίνει.

Μέχρι δηλ. να συνειδητοποιήσουμε εμείς ποιό είναι αυτό το ερέθισμα, μεσολαβούν άλλες συνειδήσεις που βοηθάνε, και οι οποίες συμβαίνουν στον υποσυνείδητο του.

Έτσι λοιπόν, όταν ένα εξωτερικό αισθητήριο αντικείμενο προσκρούει σε ένα από τα πέντε αισθητήρια όργανα, τότε, πριν να εγερθεί η κατάλληλη αισθητήρια συνείδηση – πχ. η συνείδηση στο μάτι που βλέπει μια μορφή – πρέπει πρώτα να εγερθεί μία άλλη συνείδηση.

Αυτή η συνείδηση είναι η αναφορική συνείδηση στα πέντε αισθητήρια όργανα, η οποία έχει την λειτουργία της αναφοράς ή αναγγελίας (*αβάτζανα*) οποιουδήποτε αντικείμενου παρουσιάζεται σε κάποιο από τα πέντε αισθητήρια όργανα.

Αυτή η συνείδηση δεν βλέπει, δεν ακούει, δεν μυρίζει, δεν γεύεται ή δεν αγγίζει το αντικείμενο. Απλώς στρέφεται προς το αντικείμενο, επιτρέποντας έτσι στην αισθητήρια συνείδηση να εγερθεί σε άμεση διαδοχή.

## **2 Αναφορική συνείδηση στο όργανο του νου (*mano-dvār'āvjjana-citta*):**

Σ' αυτή την περίπτωση, το αντικείμενο δεν προέρχεται από το εξωτερικό περιβάλλον μέσω των πέντε αισθητήριων οργάνων, αλλά προέρχεται από μέσα μας, όπως μια ανάμνηση ή μια ιδέα, ή κάτι ευχάριστο ή δυσάρεστο που ζήσαμε.

Σε μια διαδικασία στο όργανο του νου, δηλ. στην γνωστική διαδικασία που συμβαίνει με την εσωτερική νοερή ικανότητα, το ίδιο είδος «αναφορικής συνείδησης» εκτελεί άλλη λειτουργία.

Η λειτουργία της είναι να αναφερθεί στο αντικείμενο που εμφανίζεται στο όργανο του νου. Σε έναν τέτοιο ρόλο, αυτή η αναφορική συνείδηση είναι γνωστή ως «αναφορική συνείδηση στο όργανο του νου».

Έχουμε δηλ. πάλι τον ασυνείδητο του στην παρούσα ζωή που κυλάει κανονικά (Α εδώ είναι ο ασυνείδητος νους), μόνο που αυτή την φορά το ερέθισμα που διακόπτει την ηρεμία του (Α1) δεν προέρχεται από εξωτερικά αντικείμενα μέσω των αισθητήριων οργάνων, αλλά από εσωτερικά αντικείμενα μέσω του νου μας, όπως είναι οι αναμνήσεις. Αυτό προκαλεί δόνηση (Α2), και σταμάτημα (Α3).



Στην συνέχεια εμφανίζεται η αναφορική συνείδηση σαν προάγγελος για να αναφέρει στον υποσυνείδητο νου και να τον ειδοποιήσει ότι κάτι συμβαίνει. Αυτή ή ίδια η αναφορική συνείδηση ονομάζεται καμιά φορά καθοριστική, διότι καθορίζει το αντικείμενο.



**Οι Πέντε Αισθητήριες Λειτουργίες**

4. η όραση, ( <i>dassana</i> )	
5. η ακοή ( <i>savana</i> ),	
6. η όσφρηση ( <i>ghayana</i> ),	
7. η γεύση ( <i>sayana</i> )	
8. η αφή ( <i>rhusana</i> ),	



Μετά την στιγμή της αναφορικής λειτουργίας, εγείρεται μια συνείδηση που συνειδητοποιεί άμεσα το αντικείμενο πρόσκρουσης σε μια γνωστική διαδικασία στα αισθητήρια όργανα.

Αυτή η συνείδηση και η συγκεκριμένη λειτουργία που εκτελεί, καθορίζεται από την φύση του αντικειμένου.

**Αν το αντικείμενο είναι μια ορατή μορφή, εγείρεται η συνείδηση του ματιού που το βλέπει.**

**Αν είναι ένας ήχος, εγείρεται η συνείδηση του αυτιού που το ακούει.**

**Αν το αντικείμενο είναι μια μυρωδιά, εγείρεται η συνείδηση της μύτης που το οσφρίζεται.**



**Αν είναι μια γεύση, εγείρεται συνείδηση της γλώσσας που το γεύεται.**



**Εάν το αντικείμενο είναι ψηλαφητό μέσω της αφής, εγείρεται η συνείδηση του σώματος που το αγγίζει.**



Αυτές οι συνειδήσεις δεν είναι αναφορική συνείδηση, διότι όπως είπαμε η αναφορική συνείδηση δεν βλέπει, δεν ακούει, κλπ. Είναι πέντε συνειδήσεις διαφορετικές η μία από την άλλη. Κάθε συνείδηση έχει διαφορετικές λειτουργίες. Η συνείδηση πχ. του ματιού δεν μπορεί να ακούσει ήχους και η συνείδηση του αυτιού δεν έχει την ικανότητα να δει ορατά αντικείμενα.

Σε αυτό το πλαίσιο, οι λειτουργίες της όρασης, της ακοής, κλπ., δεν αναφέρονται στις γνωστικές διαδικασίες που ρητά αναγνωρίζουν ή εξακριβώνουν την ταυτότητα των αντικειμένων της όρασης, της ακοής, κλπ., ως τέτοια. Δηλώνουν μάλλον, τις στοιχειώδεις στιγμιαίες περιστάσεις συνείδησης με τις οποίες το αισθητήριο στοιχείο βιώνεται με την ελάχιστη αμεσότητα και απλότητά του, πριν από όλες τις αναγνωριστικές γνωστικές λειτουργίες. Όταν δηλ. αυτή η συνείδηση εγείρεται, δεν σημαίνει ότι καταλάβαμε αμέσως το αντικείμενο. Είναι απλώς μία στιγμιαία περίπτωση με ελάχιστη αμεσότητα και απλότητα. Πρέπει στην συνέχεια να εγερθούν σταδιακά άλλες συνειδήσεις ώστε να αντιληφθούμε το αντικείμενο στον συνειδητό του.

Επομένως, χρησιμοποιούμε εδώ τον όρο «υποσυνείδητος νους», που επισημαίνει μια πολύ αμυδρή συνείδηση των νοητικών γεγονότων.

Κάτι ανάλογο συμβαίνει και με τις επόμενες λειτουργίες της πρόσληψης, της έρευνας, και του καθορισμού του αντικειμένου.

Συμβαίνουν κι αυτές στον υποσυνείδητο του.

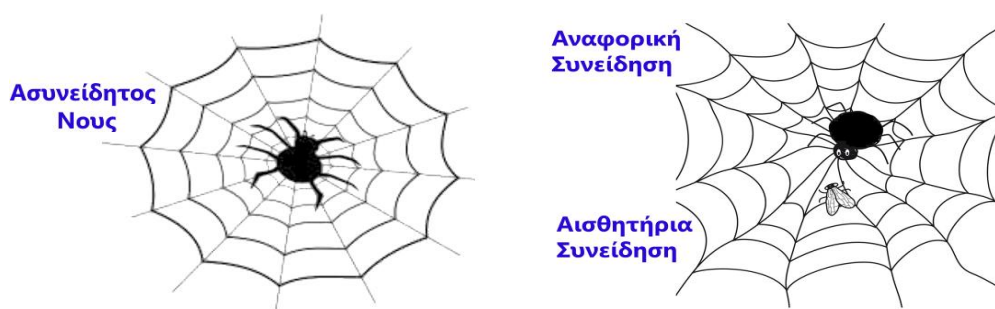


Βλέπουμε εδώ πώς λειτουργεί η αισθητήρια συνείδηση σε ορισμένες περιστάσεις και αυτό ονομάζεται γνωστική διαδικασία μέσω των αισθητηρίων οργάνων.

Έχουμε τον ασυνείδητο νου που κυλάει κανονικά (A είναι ο ασυνείδητος νους) και ένα αντικείμενο που προκαλεί ερέθισμα στο μάτι. Αυτό το ερέθισμα διακόπτει την ροή του ασυνείδητου νου (A1), προκαλεί δόνηση (A2) και σταμάτημα (A3). Στην συνέχεια εμφανίζεται η αναφορική συνείδηση για να αναφέρει στον υποσυνείδητο νου και να τον ειδοποιήσει ότι κάτι συμβαίνει.

Αμέσως μετά εμφανίζεται η αισθητήρια συνείδηση η οποία μπορεί να δει το αντικείμενο χωρίς όμως να το συνειδητοποιεί απόλυτα. Μπορεί να το δει μόνο με αμυδρή μορφή. Στην συνέχεια εμφανίζονται άλλες συνειδήσεις μέχρι τον συνειδητό νου.

Ας δούμε ξανά το παράδειγμα της αράχνης.



Ο ασυνείδητος νους είναι σαν την αράχνη που κοιμάται και δεν έχει ιδέα για το περιβάλλον. Όταν όμως εμφανισθεί ένα έντομο που κουνάει τον ιστό της, δηλ. ένα αντικείμενο που ερεθίζει το νευρικό μας σύστημα, εμφανίζεται η αναφορική συνείδηση που αναγγέλει ότι κάτι συμβαίνει εκεί. Στην συνέχεια εμφανίζεται η αισθητήρια συνείδηση όταν η αράχνη ανοίγει τα μάτια για να δει ποιο είναι αυτό το αντικείμενο.

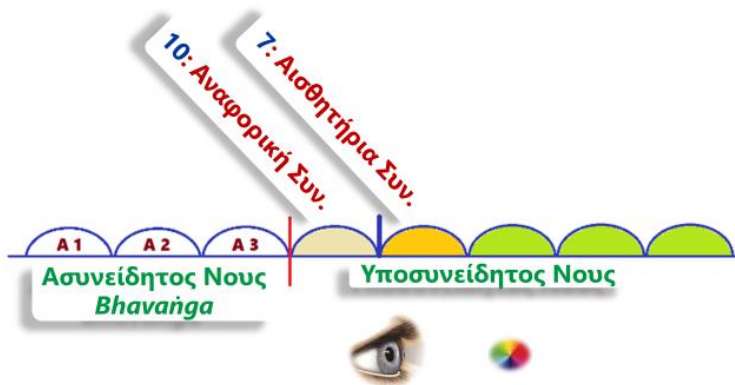
## Αισθητήρια Συνείδηση στα Πέντε Αισθητήρια Όργανα

α) Στα δύο είδη της πενταπλής αισθητήριας συνείδησης συνδυάζονται μόνο οι επτά (7) καθολικοί νοητικοί παράγοντες.

Αισθητήρια  
Συνείδηση  
+  
7

Αυτή η συνείδηση δεν συμβαίνει μόνη της αλλά συνδιάζεται και με άλλους νοητικούς παράγοντες. Αυτό που αποκαλούμε αισθητήρια συνείδηση, δεν είναι μια μόνο μονάδα αλλά είναι η αισθητήρια συνείδηση συν επτά νοητικούς παράγοντες. Είχαμε πει και σε άλλα μαθήματα, ότι η συνείδηση ποτέ δεν εγείρεται μόνη της αλλά συνοδεύεται πάντα με τουλάχιστον άλλους επτά νοητικούς παράγοντες. Αυτοί ονομάζονται καθολικοί διότι όποτε εγείρεται η συνείδηση είναι πάντα παρόντες.

Κάτι ανάλογο γίνεται και με την αναφορική συνείδηση με την οποία συνδέονται δέκα νοητικοί παράγοντες.



Για να καταλάβουμε πώς γίνεται αυτό:

**Συνείδηση στο μάτι**





Κάθε συνείδηση συνοδεύεται από αυτούς τους νοητικούς παράγοντες. Έτσι, όταν λέμε συνείδηση, πρέπει να καταλάβουμε ότι συνείδηση δεν είναι ένα πράγμα το οποίο είναι ανεξάρτητο, αλλά εξαρτάται από άλλους νοητικούς παράγοντες που θα μας δώσουν την εμπειρία. Χωρίς αυτούς τους νοητικούς παράγοντες όπως την νοητική επαφή, το αίσθημα κλπ., δεν θα μπορέσουμε να έχουμε εμπειρία.



## Διαδοχικές Λειτουργίες

9. η πρόσληψη (*samprāṭicchana*)
10. η έρευνα (*santīraṇa*),
11. ο καθορισμός (*voṭṭharaṇa*)



Ακολουθώντας την συνείδηση που εκτελεί την λειτουργία της όρασης, κλπ., στην γνωστική διαδικασία μέσω οποιουδήποτε εκ των πέντε αισθητήριων οργάνων, εγείρονται διαδοχικά, συνειδήσεις που εκτελούν τις λειτουργίες της πρόσληψης, της έρευνας, και του καθορισμού του αντικειμένου.

Μετά δηλ. την αισθητήρια συνείδηση ακολουθούν άλλες διαδοχικές λειτουργίες. Η προσλαμβάνουσα που προσλαμβάνει το αντικείμενο, η έρευνα που το ερευνά, και ο καθορισμός που το καθορίζει.



Αμέσως μετά την αισθητήρια συνείδηση, εγείρεται μια συνείδηση που συλλαμβάνει ή «προσλαμβάνει» το αντικείμενο που είχε δει η συνείδηση στο μάτι.

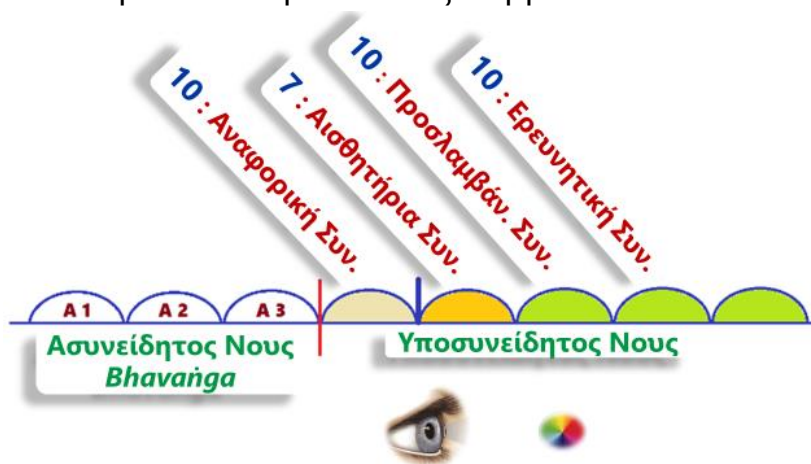
Αυτή είναι η «προσλαμβάνουσα συνείδηση» η οποία προκύπτει από το ίδιο είδος κάρμα που παρήγαγε την συνείδηση στο μάτι.



Η ερευνητική είναι μία άλλη άρριζη επακόλουθη συνείδηση, η οποία εγείρεται αμέσως μετά την προσλαμβάνουσα συνείδηση.

Η λειτουργία της είναι να ερευνήσει ή να εξετάσει το αντίκειμενο που μόλις είχε γνωρίσει η αισθητήρια συνείδηση και έχει συλλάβει η προσλαμβάνουσα συνείδηση.

Η προσλαμβάνουσα συνείδηση και η ερευνητική συνείδηση εγείρονται μόνο στα πέντε αισθητήρια όργανα, και είναι αποτέλεσμα του παρελθόντος κάρμα.



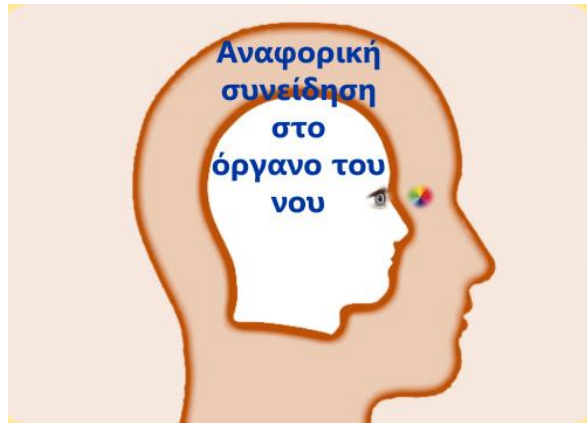
Στην περίπτωση όμως μια γνωστικής διαδικασίας που συμβαίνει στο όργανο του νου, ανεξάρτητα από τα φυσικά αισθητήρια όργανα, αυτές οι τρεις λειτουργίες δεν συμβαίνουν. Όταν δηλ. δεν έχουμε ερεθίσματα από τα αισθητήρια όργανα αλλά έχουμε αναμνήσεις. Τότε, εάν αυτές οι αναμνήσεις ερεθίσουν τον νου μας, οι τρεις προηγούμενες συνειδήσεις δεν συμβαίνουν. Γιατί; διότι ήδη έχουμε βιώσει το αντικείμενο. Για να θυμηθούμε κάτι σημαίνει ότι το έχουμε ήδη βιώσει και δεν χρειάζεται να το προσλάβουμε, να το ερευνήσουμε, και να το καθορίσουμε ξανά. Απλώς εμφανίζεται αυθόρμητα μέσα μας.

Όταν για παράδειγμα δούμε για πρώτη φορά ένα λουλούδι, τότε εμφανίζονται διαδοχικά οι συνειδήσεις της πρόσληψης, της έρευνας, και του καθορισμού του αντικειμένου. Όταν στην συνέχεια πάμε σε ένα δωμάτιο και κλείσουμε τα μάτια, η εικόνα του λουλουδιού έρχεται στον νου μας αυθόρμητα κι έτσι ο νους δεν χρειάζεται να το ερευνήσει ξανά. Γι' αυτό και δεν εμφανίζονται ξανά η προσλαμβάνουσα συνείδηση, η ερευνητική συνείδηση και η καθοριστική συνείδηση.



Εδώ η μία συνείδηση διαδέχεται την άλλη, μεταφέροντας το μήνυμα από τον ασυνείδητο στον υποσυνείδητο νου, και από εκεί στον συνειδητό νου.





Να πούμε εδώ μερικά επιπλέον πράγματα για την αναφορική συνείδηση στο όργανο του νου.

**Η αναφορική συνείδηση στο όργανο του νου μπορεί να εγερθεί**

- είτε σε μια γνωστική διαδικασία που συμβαίνει στο όργανο του νου,
- είτε σε μια γνωστική διαδικασία που συμβαίνει στα πέντε αισθητήρια όργανα.

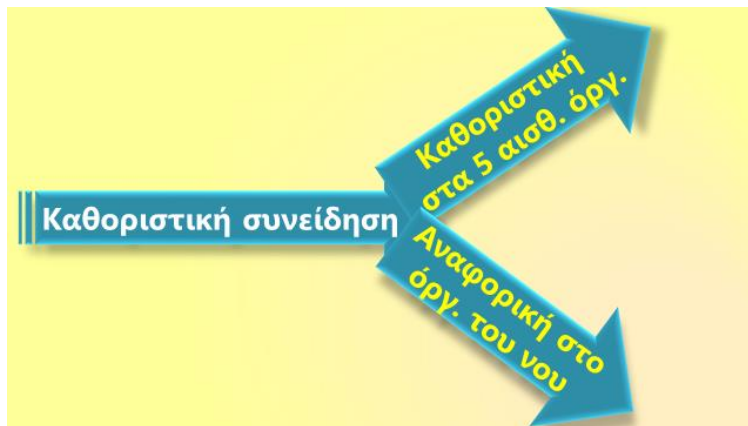
Σε κάθε περίπτωση εκτελεί διαφορετική λειτουργία.

Όταν συμβαίνει σε μια διαδικασία των πέντε αισθητήριων οργάνων, ονομάζεται «**καθοριστική συνείδηση**» (*voṭṭharāna-citta*).

Όμως σε μια διαδικασία στο όργανο του νου, δηλ. στην γνωστική διαδικασία που συμβαίνει με την εσωτερική νοερή ικανότητα, το ίδιο είδος «αναφορικής συνείδησης» εκτελεί άλλη λειτουργία. Η λειτουργία της είναι να αναφερθεί στο αντικείμενο που εμφανίζεται στο όργανο του νου.

Σε έναν τέτοιο ρόλο, αυτή η αναφορική συνείδηση είναι γνωστή ως «αναφορική συνείδηση στο όργανο του νου».

Έχουμε δηλ. την καθοριστική συνείδηση που ονομάζεται καθοριστική στα πέντε αισθητήρια όργανα και αναφορική στο όργανο του νου.



Θα δούμε ξανά όλη την γενική εικόνα:

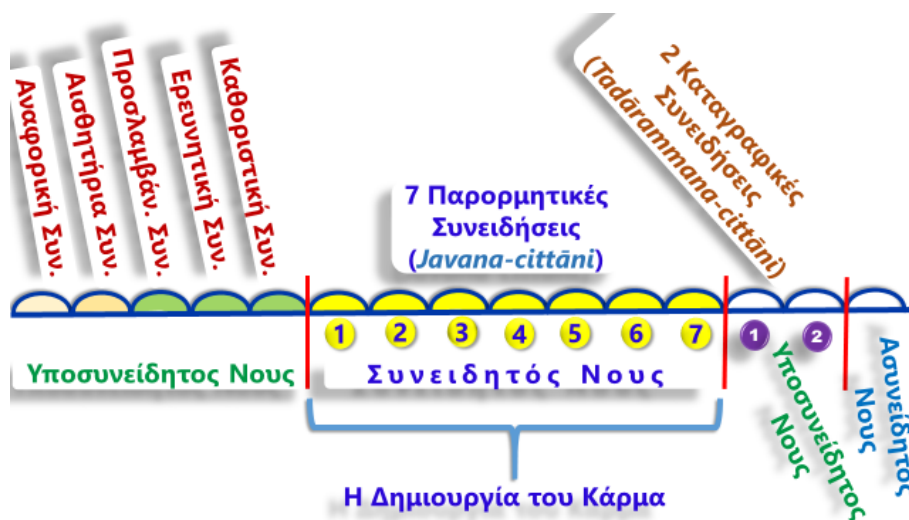
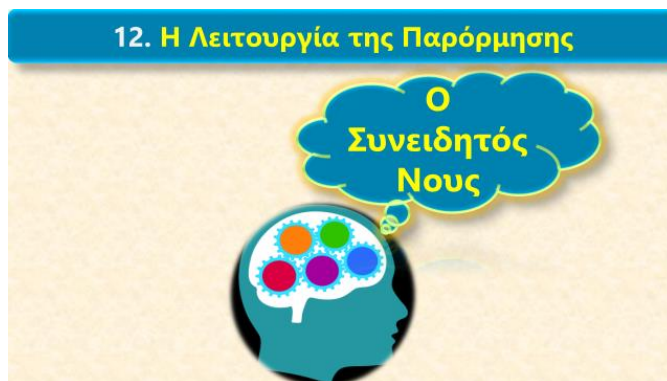


Μέχρι εδώ εξετάσαμε τις συνειδήσεις του υποσυνείδητου νου που είναι η προκαταρκτική διαδικασία για να συνειδητοποιήσουμε ένα αντικείμενο. Αυτή συντελείται σε μια αμυδρή κατάσταση, σε μια αδύναμη κατάσταση, μέχρι να έλθει στον συνειδητό μας νου για να την χρησιμοποιήσουμε. Μερικές φορές δε, ο συνειδητός νους πρέπει να εγερθεί τρεις, τέσσερεις, η και πέντε φορές, για να συνειδητοποιήσουμε ένα αντικείμενο. Αυτές είναι διαδικασίες που ονομάζονται γνωστικές διαδικασίες και συμβαίνουν μ' αυτόν τον τρόπο.

Σας έχω δώσει ήδη το παράδειγμα με τα υποσυνείδητα μηνύματα που μας περνάνε καμιά φορά στον κινηματογράφο αλλά και σε άλλες περιπτώσεις της καθημερινότητάς μας, και χωρίς να έχουμε γνώση ενεργούμε σύμφωνα με το εκάστοτε μήνυμα.

Στην συνέχεια θα εξετάσουμε την λειτουργία της παρόρμησης. Υπάρχουν συνειδήσεις που δίνουν κατά κάποιον τρόπο την παρόρμηση ώστε να συνειδητοποιήσουμε κάτι στον συνειδητό νου.

## 12. Η Λειτουργία της Παρόρμησης



Όπως είδαμε, στον υποσυνείδητο του έχουμε την αναφορική συνείδηση, την αισθητήρια, την προσλαμβάνουσα, την ερευνητική και την καθοριστική συνείδηση. Μετά τι έχουμε;

Μετά έχουμε 7 παρορμητικές συνειδήσεις στον συνειδητό του. Αυτές πρέπει να εμφανισθούν ώστε να έχουμε μια καθαρή εικόνα της εμπειρίας από ένα ερέθισμα. Και εδώ δημιουργείται το κάρμα, στον συνειδητό του. Όχι στον υποσυνείδητο ή στον ασυνείδητο του αλλά στον συνειδητό.

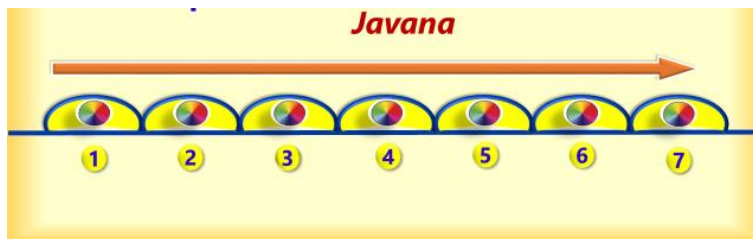
Οι συνειδήσεις του υποσυνείδητου του είναι άρριζες. Ενώ οι επτά παρορμητικές συνειδήσεις του συνειδητού του είναι ριζωμένες. Εδώ μπορεί να εμφανισθεί η απληστία στον συνειδητό του! Εδώ μπορεί να εμφανισθεί το μίσος, εδώ και η αυταπάτη! Ή τα αντίθετά τους δηλ. η μη απληστία, το μη μίσος και η μη αυταπάτη! Εδώ, στον συνειδητό του δημιουργούμε το κάρμα, εδώ είναι που παίρνουμε αποφάσεις!

Και τι υπάρχει μετά; Μετά υπάρχουν δύο καταγραφικές συνειδήσεις που καταγράφουν τις εμπειρίες του συνειδητού του στον υποσυνείδητο του. Και όταν αυτές πάψουν, εμφανίζεται ο ασυνείδητος του.

## Javana

Η κυριολεκτική έννοια αυτής της λέξης είναι «γρήγορο τρέξιμο, ορμή ή παρόρμηση».

Ονομάζεται έτσι επειδή στην πορεία μιας γνωστικής διαδικασίας, τρέχει διαδοχικά για επτά συνειδησιακές στιγμές, διατηρώντας το ίδιο αντικείμενο. Για να συνειδητοποιήσουμε δηλ. ένα αντικείμενο, χρειαζόμαστε αυτές τις επτά σειρές συνειδητήσεων ώστε να έχουμε μια καθαρή εικόνα.



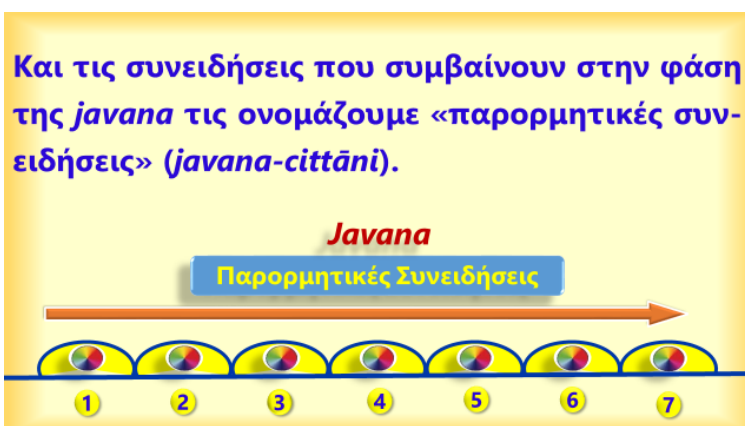
Οι νοητικοί παράγοντες που συνακολουθούν με τις συνειδησιακές στιγμές της *τζάβανα* είναι ίδιοι, αλλά η δυναμική τους ισχύ διαφέρει.

Στην περίπτωση του θανάτου, η *τζάβανα* τρέχει διαδοχικά μόνο για πέντε συνειδησιακές στιγμές. Ενώ στην υπερκόσμια διαδικασία της *τζάβανα*, η συνείδηση της Οδού εγείρεται μόνο για μια στιγμή.

Είναι ακριβώς στην φάση της *τζάβανα* που δημιουργείται το κάρμα (η εκούσια πράξη).

Σ' αυτήν την περίπτωση μεταφράζουμε την *τζάβανα* ως «παρόρμηση» που στα Ελληνικά σημαίνει επίσης:

«η ενσυνείδητη ώθηση του ατόμου για την εκτέλεση ορισμένης πράξης».



Ως λειτουργία της συνείδησης, η παρόρμηση (*τζάβανα*) αφορά το στάδιο της γνωστικής διαδικασίας που ακολουθεί αμέσως μετά την καθοριστική συνείδηση, και αποτελείται από μια σειρά συνειδήσεων (όλες ταυτόσημες σε είδος) που παρορμούν πάνω στο αντικείμενο για την σύλληψή του.




Το στάδιο της παρόρμησης (*τζάβανα*), είναι το πιο σημαντικό από ηθικής πλευράς, επειδή κατά την διάρκειά του είναι που προέρχονται οι καλές ή φαύλες συνειδήσεις, και συνεπώς η δημιουργία του κάρμα.

Είναι σε αυτό το νοητικό στάδιο που πραγματικά δημιουργείται το καλό ή το κακό κάρμα (πράξη) μέσω της καλής ή κακής πρόθεσης.

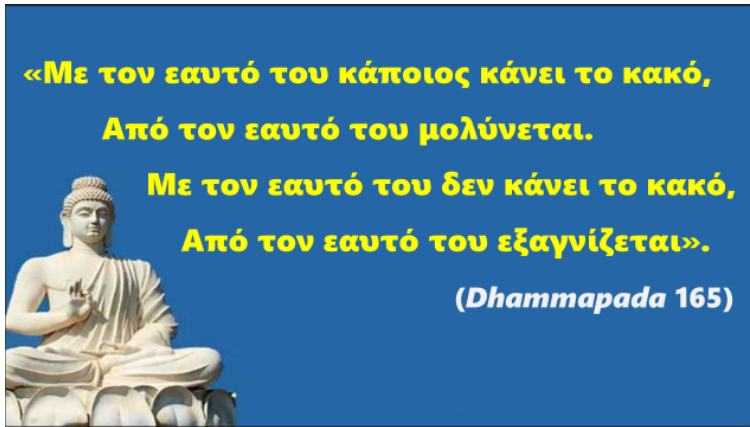
Ανεξάρτητα από το πόσο επιθυμητό ή ανεπιθύμητο είναι το αντικείμενο που παρουσιάζεται στον νου, κάποιος μπορεί να κάνει την διαδικασία της παρόρμησης (*τζάβανα*) καλή ή κακή.

Εάν, για παράδειγμα, κάποιος συναντήσει έναν εχθρό, μια σκέψη μίσους θα προκύψει σχεδόν αυτομάτως.



Γι' αυτό ο Βούδδας λέει:

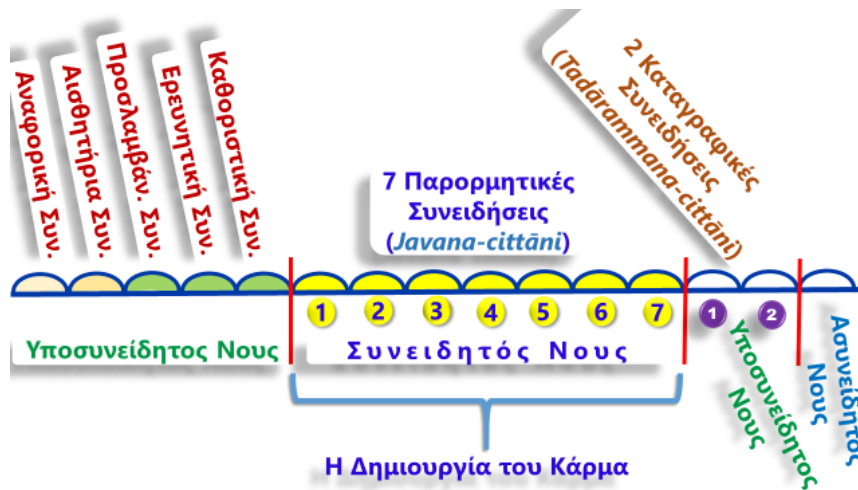




## Η Λειτουργία της Καταγραφής (*tadārammaṇa*)

Η λέξη *ταντάραμμάνα* σημαίνει κυριολεκτικά «έχοντας το ίδιο αντικείμενο» και υποδηλώνει την λειτουργία της λήψης ή της καταγραφής ως αντικείμενο, το αντικείμενο που είχε συλληφθεί από τις «παρορμητικές συνειδήσεις» (*τζάβανα-τσιττάνι*).

Σε αυτή την περίπτωση, μετά τις επτά παρορμητικές συνειδήσεις, έρχονται οι δύο καταγραφικές συνειδήσεις που αποτυπώνουν την εμπειρία μας στον υποσυνείδητο του. Αμέσως μετά επέρχεται πάλι ο ασυνείδητος νους.



Αυτή η λειτουργία ασκείται μόνο για δύο συνειδησιακές στιγμές αμέσως μετά την φάση των παρορμητικών συνειδήσεων (τζάβανα) σε μια γνωστική διαδικασία της ηδονικής σφαίρας, όταν το αντικείμενο είναι είτε πολύ εμφανές στις αισθήσεις, είτε πολύ ευδιάκριτο στον νου.

Αυτή η λειτουργία όμως δεν ασκείται καθόλου όταν το αντικείμενο στερείται ιδιαίτερης σπουδαιότητας ή σαφήνειας, και όταν συμβαίνουν άλλα είδη γνωστικών διαδικασιών, εκτός από την γνωστική διαδικασία της ηδονικής σφαίρας.

Όταν δηλ. το αντικείμενο είναι πολύ εμφανές μπορεί να εμφανισθεί, όταν όμως είναι πολύ αμυδρό δεν εμφανίζεται και το ξεχνάμε αμέσως. Παρ' όλο που κάτι συνειδητοποιήσαμε, μετά από μια στιγμή το έχουμε ξεχάσει, διότι το αντικείμενο δεν είναι εμφανές και ευδιάκριτο στον νου μας.

Μετά την καταγραφή (ή μετά την παρορμητική *τζάβανα* φάση όταν η καταγραφή δεν συμβαίνει), το ρεύμα της συνείδησης ξαναγυρίζει πίσω στο ασυνείδητο (*μπαβάνγκα*).

Βλέπουμε λοιπόν, ότι όταν έχουμε ερεθίσματα στα αισθητήρια όργανά μας, συνειδητοποιούμε πράγματα που αρχίζουν από τον υποσυνείδητο νου. Υπάρχει επίσης μια προεργασία ή μια σειρά διαδικασιών πριν συνειδητοποιήσουμε κάτι. Αυτός είναι ο υποσυνείδητος νους διότι εκεί η εμπειρία μας είναι ακόμα αμυδρή. Σταδιακά στην συνέχεια εμφανίζεται ο συνειδητός νους ο οποίος χρειάζεται επτά συνειδήσεις σε αλληλουχία για να έχουμε μια καθαρή εικόνα του αντικειμένου.

Αυτό λοιπόν που αποκαλούμε συνείδηση δεν είναι ένα πράγμα αλλά ένα πολύπλοκο φαινόμενο, όπως είναι και το μάτι μας για παράδειγμα ένα πολύπλοκο όργανο. Για να δούμε κάτι, για να αντιληφθούμε ένα χρώμα ή ένα σχήμα, χρειάζονται τόσα πολλά στοιχεία μέσα στο μάτι μας, ακριβώς όπως χρειάζονται πολύπλοκες διαδικασίες συνείδησης για να αντιληφθούμε κάτι στον νου μας, να συνειδητοποιήσουμε καθαρά το αντικείμενό μας και να πάρουμε αποφάσεις, ώστε να δράσουμε και να αντιδράσουμε.

Καταδείξαμε λοιπόν σήμερα τον ασυνείδητο και τον υποσυνείδητο νου, και το πώς συμβαίνουν οι ψυχολογικές διαδικασίες.

Στα επόμενα μαθήματα θα εξηγήσουμε περισσότερα πράγματα για τις άρριζες επακόλουθες συνειδήσεις, γιατί αυτές ονομάζονται φαύλες επακόλουθες ή καλές επακόλουθες, και ποίοι είναι οι νοητικοί παράγοντες που τις καθορίζουν ως φαύλες ή ως καλές.

Αυτές οι άρριζες συνειδήσεις παίζουν μεγάλο ρόλο στις πράξεις που κάνουμε υποσυνείδητα, όταν πράττουμε σαν αυτόματα, σαν ρομπότ, χωρίς να συνειδητοποιούμε πώς εγέρθησαν τέτοιες σκέψεις μέσα μας. Λαμβάνουμε δηλ. υποσυνείδητα μηνύματα, και μετά εκτελούμε πράξεις νομίζοντας ότι εμείς πήραμε την απόφαση, ενώ πολλές φορές αυτό γίνεται με αυτόματο τρόπο.

## **Οι Άρριζες Συνειδήσεις (2)**

Πολλοί άνθρωποι ιδιαίτερα στην Ευρώπη νομίζουν ότι οι όροι ασυνείδητος νους, υποσυνείδητος νους, και συνειδητός νους έχουν προέλθει από τους μοντέρνους ψυχολόγους και δεν υπάρχουν σε άλλα συστήματα ψυχολογίας. Επειδή λοιπόν υπάρχει κάποια αμφιβολία σε μερικούς ανθρώπους για το εάν πραγματικά ο Βούδδας έχει διδάξει για τον ασυνείδητο νου και τον υποσυνείδητο νου, θα εξηγήσουμε σ' αυτό το μάθημα ότι πραγματικά αυτοί οι όροι χρησιμοποιούνται στην Βουδδιστική ψυχολογία πολύ συχνά. Θα δούμε με ποιόν τρόπο τους εδίδαξε ο Βούδδας και φυσικά θα συγκρίνουμε αυτά τα πράγματα με την μοντέρνα ψυχολογία και θα καταδείξουμε πόσο η μοντέρνα ψυχολογία έχει επηρεαστεί από την Βουδδιστική ψυχολογία.

Όσο παράξενο κι αν σας φαίνεται, υπήρξαν Ευρωπαίοι που σπούδασαν Βουδδισμό, όπως ο γερμανός φιλόσοφος Σόπενχάουερ, μέσω του οποίου επηρρεάστηκε ο Φρόϋντ. Ο τελευταίος διάβασε τα βιβλία του Σοπενχάουερ και στην συνέχεια τακτοποίησε τις θεωρίες του με συστηματικό και μεθοδικό τρόπο. Αρχικά οι θεωρίες του Φρόϋντ ήταν τελείως μπερδεμένες χωρίς κανένα σύστημα. Όταν όμως διάβασε τον Σοπενχάουερ που ανέλυε με ιδιαίτερα Βουδδιστικό τρόπο τα πράγματα, άρχισε από εκείνον τον καιρό να βάζει τις θεωρίες του σε μια τάξη.

Έτσι θα αρχίσουμε με τις γλωσσικές εξηγήσεις για να δούμε πώς χρησιμοποιείται στον Βουδδισμό ο όρος ασυνείδητος νους.



## Γλωσσικές Εξηγήσεις

Ο ασυνείδητος νους στην αρχαία γλώσσα Πάλι που μιλούσε ο Βούδδας, ονομάζεται *μπαβάνγκα*. (Να πούμε εδώ ότι η Πάλι είναι αδελφική γλώσσα της Σανσκριτικής).

Ο όρος *μπαβάνγκα* εμφανίζεται περισσότερες από 85 φορές στο *Αμπιντάμμα-πίτακα* (Συλλογή της Υπέρτατης Διδασκαλίας), που περιέχει την πιο διεξοδική εξήγηση για την ανάλυση και την σύνθεση του νου και της ύλης. Πολλές πληροφορίες που χρησιμοποιούμε εδώ, τις παίρνουμε από αυτή την συλλογή. Είναι η πρώτη φορά στην ιστορία της ανθρώπινης σκέψης που τέτοιο έργο ανελήφθη διεξοδικά και ρεαλιστικά για να αναλύσει τον νου και την ύλη.

Παραδοσιακά, η *Αμπιντάμμα* διδάχθηκε από τον Βούδδα, που σημαίνει ότι ο όρος *μπαβάνγκα* έχει χρησιμοποιηθεί από τον ίδιο.

Στο *Σούττα-πίτακα* (Συλλογή των ομιλιών), ο Βούδδας χρησιμοποιεί και τον όρο *μπάβα-σότα* που σημαίνει «το ρεύμα της ύπαρξης». Και *μπαβάνγκα* σημαίνει κυριολεκτικά «ένα μέρος του ρεύματος της ύπαρξης».

**Ο όρος *Abhidhamma* (Υπέρτατη Διδασκαλία), που προέρχεται από την πρόθεση**

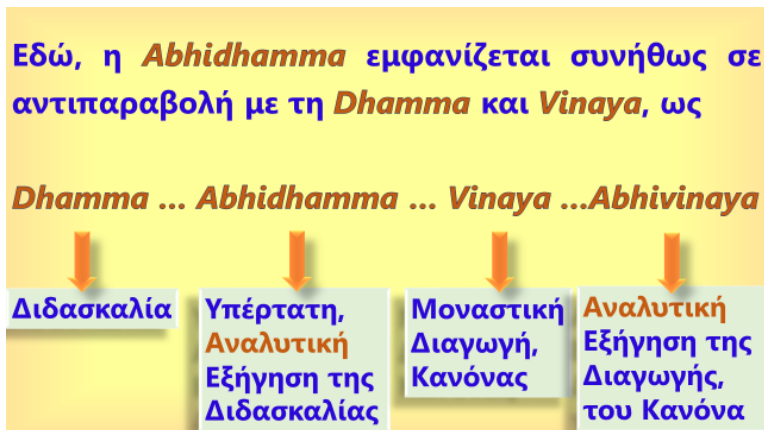
***abhi* (υπέρ, άνω) + *dhamma* (διδασκαλία),**

**εμφανίζεται 42 φορές στο *Sutta-piṭaka* (Συλλογή των Ομιλιών),**

**και 12 φορές στο *Vinaya-piṭaka* (Συλλογή της Μοναστικής Διαγωγής).**

Το αναφέρω αυτό, διότι μερικοί νομίζουν ότι το *Αμπιντάμμα* είναι κάτι ξεχωριστό από την *Σούττα*, την Συλλογή των Ομιλιών, και πιθανόν να μην το έχει διδάξει ο Βούδδας.

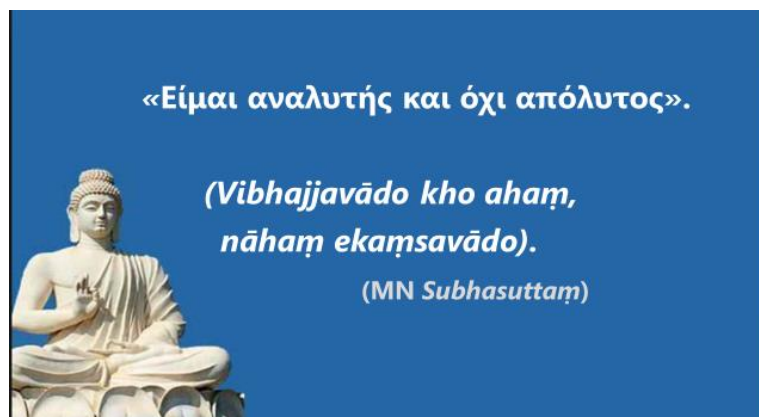
Αυτός ο όρος όμως εμφανίζεται πάρα πολλές φορές και τον χρησιμοποιεί ο ίδιος ο Βούδδας και στην Συλλογή των Ομιλιών και στην Συλλογή της Μοναστικής Διαγωγής.



Έχουμε την Διδασκαλία, έχουμε και την Υπέρτατη Αναλυτική Εξήγηση της Διδασκαλίας. Αυτό κάνει το Αμπιντάμμα. Τα πράγματα δηλ. που εξηγεί ο Βούδδας με περιληπτικό τρόπο στις συνηθισμένες Ομιλίες του, στο Αμπιντάμμα τα εξηγεί με πιο αναλυτικό τρόπο.

Κάτι ανάλογο κάνει και με την Μοναστική Διαγωγή, όταν δηλ. βάζει τους κανόνες ιδιαίτερα για τους μοναχούς. Ένας κανόνας για παράδειγμα στην Βίναγια, μπορεί να είναι τέσσερεις ή πέντε γραμμές. Στην Άμπιβίναγια όμως, ο Βούδδας αναλύει λέξη προς λέξη την κάθε σειρά και εξηγεί πότε ο κανόνας παραβιάζεται, πότε όχι, και πότε υπάρχουν εξαιρέσεις. Έτσι ένας κανόνας μπορεί να είναι δυο τρεις σειρές, αλλά οι εξηγήσεις του να είναι ολόκληρες σελίδες.

Η μέθοδος που χρησιμοποιεί ο Βούδδας είναι κάτι αξιοσημείωτο· τουλάχιστον για εκείνη την εποχή, δεν υπήρχε κάποιος άλλος για να κάνει αυτό το πράγμα, και ο ίδιος λέει για τον εαυτόν του:



**απόλυτος =  
δογματικός  
μονολιθικός,  
μονοκόμματος**

Την μέθοδο της ανάλυσης δεν την χρησιμοποίησε μόνο στο Αμπιντάμμα αλλά και σε πολλές άλλες Ομιλίες που τις ανέλυσε με πολύ ορθολογικό τρόπο.

Σχετικά τώρα με αυτές τις Συλλογές που αναφέραμε, θα πρέπει να εξηγήσουμε κάποια πράγματα τουλάχιστον γι' αυτούς που δεν γνωρίζουν από πού έρχονται αυτές οι πληροφορίες που παίρνουμε στον Βουδδισμό.

***Ti-piṭaka*** (Οι Τρεις Συλλογές)

***Vinaya-piṭaka***  
(Συλλογή της Μοναστικής Διαγωγής)

***Sutta-piṭaka*** (Συλλογή των Ομιλιών)

***Abhidhamma-piṭaka***  
(Συλλογή της Υπέρτατης Διδασκαλίας)

Ο όρος *Ti-piṭaka* μεταφράζεται πολλές φορές ως τα «Τρία καλάθια». *Piṭaka* κυριολεκτικά σημαίνει καλάθι· καλάθι όχι για απορρίματα αλλά καλάθι για συλλογή πραγμάτων. Έτσι μεταφορικά, και ιδιαίτερα για τις Ομιλίες του Βούδδα, χρησιμοποιούμε τον όρο «συλλογή».

Η πρώτη Συλλογή, αυτή της Μοναστικής Διαγωγής, απευθύνεται στους μοναχούς που ζουν σε κοινοβιακή ζωή και είναι ανάγκη να τηρούν κάποιους κανόνες χάριν της αρμονίας της μοναστικής κοινότητας.

Η δεύτερη Συλλογή, αυτή των Ομιλιών, απευθύνεται στον γενικό πληθυσμό για διάφορα θέματα.

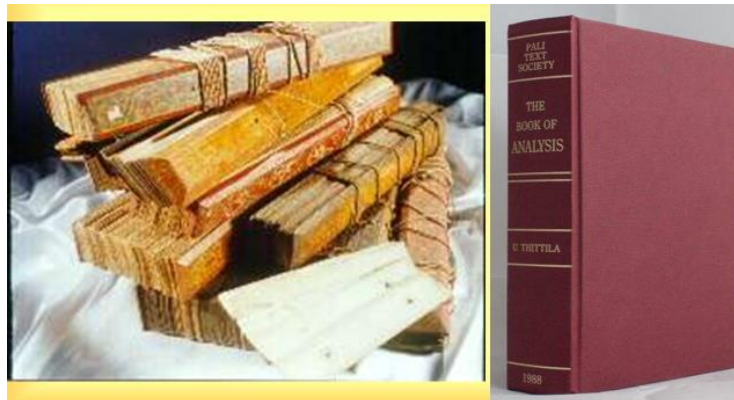
Η τρίτη Συλλογή, αυτή της Υπέρτατης Διδασκαλίας, έχει σαν σκοπό να ξεχωρίσει την πληθώρα των πληροφοριών που προηγουμένως υπήρχαν σκόρπιες στην Σούττα, στην δεύτερη Συλλογή.



Παλαιότερα, όταν δεν υπήρχαν τυπογραφεία, οι μοναχοί κατέγραφαν αυτές τις Ομιλίες σε φύλλα από φοίνικες. Βλέπουμε παρακάτω ένα παράδειγμα για το πώς ήταν η γραφή τότε.



Άλλο ένα παράδειγμα σύγκρισης ενός μοντέρνου τόμου και της ανάλογης πληθώρας των φύλλων φοίνικα.



Κι εδώ μια φωτογραφία από τις βιβλιοθήκες των φύλλων φοίνικα, όπου για να διαβάσει κάποιος μία Ομιλία του Βούδδα έπρεπε να κουρασθεί ψάχνοντας.



Συνεχίζοντας την ανάλυση του Αμπιντάμμα εντός του οποίου υπάρχουν οι πληροφορίες για τον ασυνείδητο νου, θα δούμε ότι το Αμπιντάμμα-πίτακα αποτελείται από επτά βιβλία ή τόμους.

Abhidhamma-piṭaka	
1. Dhammasaṅgaṇī	Buddhist Psychological Ethics
2. Vibhaṅga	The Book of Analysis
3. Dhātukathā	Discourse on Elements
4. Puggalapaññatti	A Designation of Human Types
5. Kathāvatthu	Points of Controversy
6. Yamaka	The Book of Pairs
7. Paṭṭhāna	Conditional Relations

Ο πρώτος τόμος ονομάζεται *Ντάμμασανγκάνι* (Βουδδιστική Ψυχολογική Ηθική). Ο δεύτερος ονομάζεται *Βιμπάνγκα* (Το Βιβλίο της Ανάλυσης) και περιέχει μεγάλη ανάλυση πολλών θεμάτων ιδιαίτερα για τον νου και την ύλη. Το τρίτο βιβλίο ονομάζεται *Ντάτουκατά* (Ομιλία περί Στοιχείων του σώματος). Το τέταρτο ονομάζεται *Πούγκαλαπανιάττι* (Προσδιορισμός των Ανθρώπινων Τύπων) και ταξινομεί τους διάφορους τύπους ανθρώπων σύμφωνα με την συνείδησή τους. Το πέμπτο ονομάζεται *Κατάβαττου* (Σημεία Αντιπαλότητας) στο οποίο συζητούνται σημεία αμφισβήτησης. Το έκτο ονομάζεται *Γιάμακα* (Το Βιβλίο των Ζευγών) και εξηγεί με ποιόν τρόπο ορισμένα φαινόμενα συνδιάζονται μεταξύ τους και δίνουν ζεύγη. Τέλος ο έβδομος τόμος ονομάζεται *Παττάννα* (Συνθηκοκρατημένες Σχέσεις) και είναι πολύ σημαντικός διότι από αυτόν θα πάρουμε τις πολύ σημαντικές πληροφορίες για τον ασυνείδητο νου. Αυτό το έβδομο βιβλίο διαιρείται σε τρεις τόμους κάνοντας ένα σύνολο δέκα τόμων.

Ο όρος **bhavaṅga** εμφανίζεται πάνω από 85 φορές στον τελευταίο τόμο της *Abhidhamma* με τον τίτλο **Paṭṭhāna** (Conditional Relations – Συνθηκοκρατημένες Σχέσεις).

Κυριολεκτικά, **bhavaṅga** σημαίνει:  
 «μέλος, μέρος ή παράγοντας» (**aṅga**)  
 «της ύπαρξης» (**bhava**).



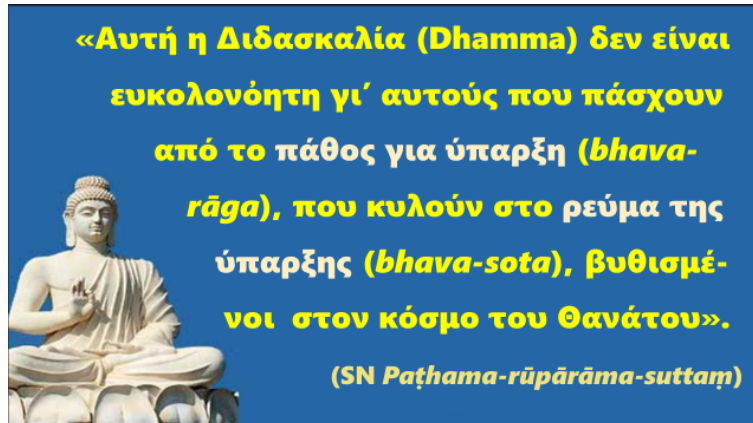
***bhavaṅga* = bhava + aṅga**  
↓ ↓  
κυριολεκτική μετάφραση **ύπαρξη + μέλος, μέρος**  
**(μέρος ή παράγοντας της ύπαρξης)**

Η Αγγλική μετάφραση από το λεξικό P.T.S. είναι:  
***bhavaṅga* = constituents of becoming**  
**(συστατικό μέρος του γίνεσθαι, της ύπαρξης)**

Άλλες Αγγλικές μεταφράσεις είναι:  
**life-continuum = συνέχεια ζωής, ζωτικό συνεχές**  
**factor of being, of existence = παράγοντας της**  
**ύπαρξης**  
**unconscious mind = ασυνείδητος νους**

Στις Ομιλίες του ο Βούδας χρησιμοποιεί και τη λέξη ***bhava-sota*** που σημαίνει «το ρεύμα της ύπαρξης». Έτσι λέει ο Βούδας:





Και ο Βούδας είναι αυτός που «έχει περάσει πέρα από το ρεύμα της ύπαρξης (*bhavasotaṃ tīṇṇo*)».

(Ap Mahākappinattheraapadānaṃ)

Σύμφωνα με τα επεξηγηματικά σχόλια, *bhava-sota* σημαίνει *vaṭṭa-sota* (το ρεύμα στον κύκλο της ύπαρξης).

Επομένως, *bhavaṅga* σημαίνει «ένα μεμονωμένο μέρος του ρεύματος της ύπαρξης».



Έτσι *bhavaṅga* είναι η λειτουργία της συνείδησης με την οποία η συνέχεια του ατόμου διατηρείται κατά τη διάρκεια οποιασδήποτε ενιαίας ύπαρξης, από τη σύλληψη μέχρι τον θάνατο.



Από την στιγμή που γεννιέται κάποιος μέχρι που να πεθάνει, χρησιμοποιεί από το ρεύμα της ύπαρξης, ένα μέρος.

Και φυσικά όταν πεθάνει, συνεχίζει στο ρεύμα της ύπαρξης και χρησιμοποιεί ένα άλλο μέρος του ρεύματος. Αυτό συνεχίζεται έτσι από ζωή σε ζωή. Έχει την λειτουργία της διατήρησης της συνέχειας της ατομικής ύπαρξης από την σύλληψη μέχρι τον θάνατο.



Σε επεξηγηματικά σχόλια της *Abhidhamma* χρησιμοποιείται και ο όρος *bhavaṅga-sota* (το ρεύμα της *bhavaṅga*).



Λόγω του ότι όμως η συνείδηση της *bhavaṅga* είναι, σύμφωνα με το *Abhidhamma*, εκτός της γνωστικής διαδικασίας (*citta-vīthi-mutta*), αποδίδεται στα αγγλικά ως "unconscious mind" «ασυνείδητος νους».



Οι άνθρωποι δηλ. δεν μπορούν να συνειδητοποιήσουν αυτό το υπολανθάνον ρεύμα που έχουμε για να μας πηγαίνει από ζωή σε ζωή.

Αυτή η απόδοση χρησιμοποιείται ιδιαίτερα από την I.B. Horner στην μετάφρασή της στο *Milinda-pañha* (Οι Ερωτήσεις του Έλληνα Βασιλιά Μένανδρου), που χρονολογείται το 100 π.Χ.

The Questions of King Milinda



Η Χόρνερ χρησιμοποιεί τον όρο ασυνείδητος νους στην μετάφραση αυτού του βιβλίου.

Σε παρένθεση να πούμε εδώ, ότι η Χόρνερ είναι λόγιος που έχει εργασθεί πολλά χρόνια μεταφράζοντας πάρα πολλά Βουδδιστικά κείμενα του Θεραβαντικού Βουδδισμού.

Οι Ερωτήσεις του Βασιλιά Μιλίντα ή Μένανδρου, είναι ένα πολύ φημισμένο βιβλίο που πραγματεύεται τις ερωτήσεις του Βασιλιά προς τον μοναχό Νάγκασένα. Ο Μένανδρος ήταν ένας από τους στρατηγούς του Μ. Αλεξάνδρου, ο οποίος μετά την αποχώρηση των στρατευμάτων από την Ινδία, παρέμεινε εκεί και ήλθε σε επαφή με πολλά θρησκευτικά και φιλοσοφικά κινήματα της Ινδίας, διότι ενδιαφερόταν πολύ για τα πνευματικά θέματα.

Όταν ήλθε σε επαφή με τον Βουδδισμό, έθεσε την πληθώρα των ερωτήσεων που είχε στον Βουδδιστή μοναχό Νάγκασένα. Αυτό συνέβει το 100 π.Χ. Ο Νάγκασένα ήταν Αρχάτ και πολύ φημισμένος για τις γνώσεις του οι οποίες ήταν αποδεκτές από τον Θεραβαντικό Βουδδισμό.

Σε κάποια από τις ερωτήσεις, ο Βασιλιάς Μένανδρος ρωτάει τον Βουδδιστή μοναχό Ναγκασένα για το αν κάποιος βλέπει τα όνειρα κοιμισμένος ή ξύπνιος.

**Ο Νάγκασενα του απαντάει ότι τα βλέπει ενδιάμεσα, δηλ. ότι τα όνειρα σταματούν κατά την διάρκεια του *bhavaṅga* (unconscious state—της ασυνείδητης κατάστασης του νου),**

The Questions of King Milinda



**λόγω του ότι ο νους δεν λειτουργεί (the mind does not function) όταν εισέλθει στο *bhavaṅga*, και επίσης δεν βιώνει ευτυχία ή δυστυχία.**

The Questions of King Milinda



Στην κατάσταση του ασυνειδήτου, ο νους είναι αδρανής. Δεν υπάρχει δηλ. συνειδητή λειτουργία και δεν έχει κανείς συναίσθηση της ευτυχίας ή της δυστυχίας.

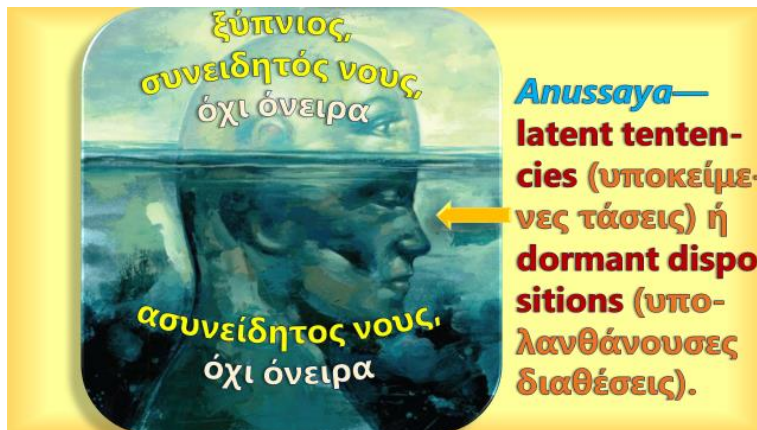
**Ωστόσο όταν κοιμάται τον «ύπνο της μαϊμούς» και είναι μισοξύπνιος-μισοκοιμισμένος, τότε σε αυτό το ενδιάμεσο στάδιο του «ύπνου της μαϊμούς» είναι που βλέπει όνειρα.**



Αυτό σημαίνει ότι όπως η μαϊμού μισοκοιμάται στα κλαδιά ενός δέντρου, έτσι και ο άνθρωπος όταν είναι μισοκοιμισμένος, στο ενδιάμεσο δηλ. στάδιο του ύπνου, βλέπει τα όνειρα. Σε αυτή την περίπτωση ο Νάγκασένα αναφέρει ότι υπάρχουν τρία στάδια του νου. Στον συνειδητό και στον ασυνειδήτο νου δεν υπάρχουν όνειρα. Υπάρχουν όμως στην ενδιάμεση κατάσταση, στο υποσυνείδητο.



Στην γλώσσα Πάλι, η λέξη που χρησιμοποιεί ο Βούδδας για αυτή την ενδιάμεση κατάσταση είναι *Ανούσαγια*, δηλ. υποκείμενες διαθέσεις ή υποσυνείδητο.



### Η Λειτουργία του Ασυνείδητου Νου

Όταν ο νους βρίσκεται στην ασυνείδητη κατάστασή του, δεν λειτουργεί καθόλου; παρ' όλο που δεν βλέπουμε όνειρα;

Για εκείνους που έχουν συλληφθεί έτσι κατά την επαναγέννηση, από την στιγμή αμέσως μετά την παύση της συνείδησης της σύλληψης μέχρι και την έγερση της συνείδησης του θανάτου, ο ασυνείδητος νους, που λαμβάνει το ίδιο αντικείμενο, ρέει αδιάκοπα όπως το ρεύμα ενός ποταμού.



Υπάρχει ένα σημείο που η παρελθούσα ζωή σταματάει, και ο άνθρωπος γεννιέται στην παρούσα ζωή. Σ' εκείνο το σημείο έχουμε την συνείδηση της σύλληψης εντός της μήτρας, που συμβαίνει στον υποσυνείδητο νου. Αμέσως μετά, επέρχεται ο ασυνείδητος νους ο οποίος συνεχίζεται για δεκαέξη στιγμές. Αυτός ο ασυνείδητος νους (*μπαβάνγκα*) είναι μέρος της ύπαρξης που συμβαίνει από την στιγμή της σύλληψης μέχρι την στιγμή του θανάτου. Είναι ένα μέρος της ύπαρξης που έχει έρθει από την παρελθούσα ζωή και που συνεχίζεται σ' αυτή την ζωή.

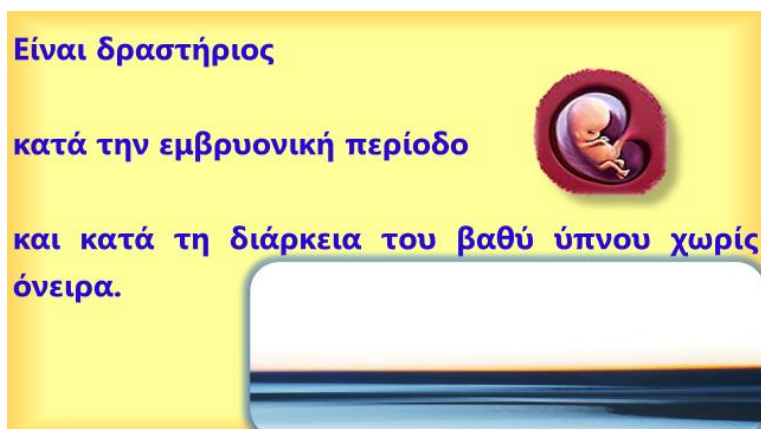
Κατά την συνείδηση της σύλληψης η ροή του διακόπτεται για μια στιγμή, η συνείδηση της σύλληψης επέρχεται στον υποσυνείδητο νου, και μετά συνεχίζεται ξανά ο ασυνείδητος νους.

Το αντικείμενο αυτού του ασυνείδητου νου δεν είναι ένα κενό, αλλά είναι κάτι από την προηγούμενη ζωή, όπως το κάρμα (πράξεις που έχει κάνει το άτομο στην προηγούμενη ζωή), το σημάδι του κάρμα (αυτό που συμβολίζει αυτές τις πράξεις), και το σημάδι του πεπρωμένου (το πού θα γεννηθεί αυτό το άτομο ξανά). Ο ασυνείδητος νους λοιπόν δεν είναι άδειος αλλά έχει ένα αντικείμενο το οποίο είναι σαν επακόλουθο του παρελθόντος κάρμα, συνεχίζει σε αυτή την ζωή, και μπορεί να αλλάξει την τροπή των πραγμάτων σε έναν άνθρωπο. Εάν για παράδειγμα έχει κανείς κακό κάρμα από την προηγούμενη ζωή μπορεί να του συμβούν ανεπιθύμητα πράγματα, ενώ εάν έχει καλό κάρμα μπορεί να του συμβούν επιθυμητά πράγματα.

Ο ασυνείδητος νους (μπαβάνγκα-τσιττα), είναι μία επακόλουθη συνείδηση του ίδιου είδους με την συνείδηση της σύλληψης, αλλά εκτελεί μια διαφορετική λειτουργία, δηλ. την λειτουργία της διατήρησης της συνέχειας της ατομικής ύπαρξης.

Αυτό συμβαίνει για όσο διάστημα δεν υπάρχει κάποιο περιστατικό της γνωστικής διαδικασίας, οπότε ο ασυνείδητος νους διακόπτεται περιστασιακά. Για όσο διάστημα δηλ. δεν υπάρχει κάποιο εξωτερικό ερέθισμα από τα μάτια, από την μύτη, κλπ., ο ασυνείδητος νους ρέει συνεχώς. Όταν όμως διακόπτεται από ερεθίσματα, τότε επέρχεται ο υποσυνείδητος και ο συνειδητός νους.

Έτσι, ο ασυνείδητος νους εγείρεται και παύει κάθε στιγμή κατά την διάρκεια της ζωής, όταν δεν υπάρχει ενεργή γνωστική διαδικασία που διεξάγεται, η οποία τον διακόπτει.



Σε αυτές τις καταστάσεις το άτομο βρίσκεται σε μία κατάσταση άγνοιας και δεν μπορεί να έχει επίγνωση της δυστυχίας ή της ευτυχίας.

Εμφανίζεται επίσης στιγμιαία κατά την διάρκεια της ξύπνιας ζωής, αμέτρητες φορές μεταξύ κενών χρόνων της ενεργής γνωστικής διαδικασίας. Δηλαδή, ενώ είμαστε στον συνειδητό νου, υπάρχουν φορές που ο νους βυθίζεται ξαφνικά στον ασυνείδητο νου και μετά ξαναέρχεται στον συνειδητό. Αυτό συμβαίνει όταν είμαστε αφηρημένοι και δεν έχουμε επίγνωση της παρούσας στιγμής. Όταν δηλ. υπάρχουν τέτοια κενά στην συνειδητή γνωστική διαδικασία, λέμε ότι ο νους πέφτει στην κατάσταση του ασυνείδητου νου. Στην συνέχεια μετά, επανέρχεται στην συνειδητή γνωστική διαδικασία.

Η πρώτη όμως φορά που ο ασυνείδητος νους διακόπτεται από μια γνωστική διαδικασία στην παρούσα ζωή, είναι 16 στιγμές μετά την έγερσή του.

**Αυτή η γνωστική διαδικασία ονομάζεται**

***bhava-nikanti-javana,***

**δηλαδή**

**«παρόρμηση με προσκόλληση στην ύπαρξη».**

**Είναι μια μορφή  
αυτού που  
ονομάζει ο  
Βούδας  
*bhava-taṇhā,*  
«η επιθυμία για  
ύπαρξη».**



Ακριβώς πριν να συμβεί αυτή η γνωστική διαδικασία, ο ασυνείδητος νους διακόπτεται, δονείται και σταματά.

**Μετά εγείρεται μια αναφορική συνείδηση στο  
όργανο του νου (*manodvārāvajjana-citta*) ακο-  
λουθούμενη από τη γνωστική διαδικασία με **7**  
**παρορμητικές συνειδήσεις (*javana-cittāni*)** στις  
οποίες αναπτύσσεται μια προσκόλληση στη νέα  
ύπαρξη ή ζωή.**





Στο παραπάνω σχεδιάγραμμα βλέπουμε πώς ακριβώς γίνεται αυτή η διαδικασία:

Από την Παρελθούσα ζωή έρχεται το ρεύμα της ύπαρξης (*μπάβασόττα*), ο ασυνείδητος νους. Στην Παρούσα ζωή υπάρχει η στιγμή της σύλληψης στον υποσυνείδητο νου. Μετά εμφανίζεται για πρώτη φορά (στην παρούσα ζωή) ο ασυνείδητος νους που συνεχίζει μέχρι την δέκατη τέταρτη στιγμή όπου διακόπτεται, δονείται, και σταματάει. Επέρχεται στην συνέχεια η διαδικασία μέσω του οργάνου του νου με πρώτη την αναφορική συνείδηση η οποία στρέφει την προσοχή του νου σε ένα καινούριο ερέθισμα (εξ' ου και η διακοπή του ασυνείδητου νου) Μετά επέρχεται για πρώτη φορά (στην παρούσα ζωή) ο συνειδητός νους μέσω επτά παρορμητικών συνειδήσεων. Αυτές είναι με τις οποίες προσκολλάται ο νους στην νέα ύπαρξη. Στην συνέχεια εμφανίζεται ξανά ο ασυνείδητος νους και συνεχίζει έτσι.

Αυτή η γνωστική διαδικασία, η πρώτη στη νέα ζωή, λαμβάνει ως αντικείμενο την συνείδηση της σύλληψης. Όταν τελειώσει αυτή η διαδικασία, ξαναεγείρεται ο ασυνείδητος νους και παρακμάζει, συνεχίζοντας έτσι για όσο διάστημα δεν υπάρχει παρέμβαση μιας γνωστικής διαδικασίας.

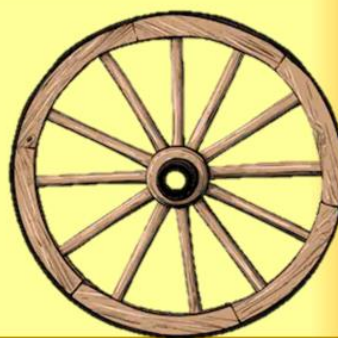
Ιδιαίτερα όταν το έμβρυο αποκτήσει αισθητήρια όργανα και εξέλθει από την μήτρα, ο ασυνείδητος νους διακόπτεται από γνωστικές διαδικασίες μέσω των αισθητηρίων οργάνων. Όταν δηλ. τα αισθητήρια όργανα ερεθίζονται από τα αντίστοιχα αισθητήρια αντικείμενα, ο ασυνείδητος νους διακόπτεται και επέρχεται ο συνειδητός νους. Έτσι, όταν ένα αντικείμενο προσκρούσει σε ένα αισθητήριο όργανο, ο ασυνείδητος νους διακόπτεται και μια ενεργός γνωστική διαδικασία ακολουθείται, με σκοπό την συνειδητοποίηση του αντικειμένου.

Αμέσως μετά την ολοκλήρωση της γνωστικής διαδικασίας, και πάλι ο ασυνείδητος νους παρεμβαίνει και συνεχίζει μέχρι να προκύψει η επόμενη γνωστική διαδικασία.

Εγχειρόμενος και παρακμάζοντας σε κάθε στιγμή, κατά την διάρκεια αυτής της παθητικής φάσης της συνειδητότητας, ο ασυνείδητος νους ρέει σαν ρεύμα, χωρίς να παραμένει στατικός για δύο διαδοχικές στιγμές.



Με αυτό τον τρόπο ρέει το ρεύμα της συνείδησης από τη σύλληψη μέχρι τον θάνατο και από τον θάνατο στη νέα γέννηση «περιστρεφόμενο σαν τον τροχό ενός κάρου».



## ΥΠΟΣΥΝΕΙΔΗΤΟΣ ΝΟΥΣ

### ANUSAYA

- Υπολανθάνουσες Διαθέσεις-

Είναι διαθέσεις που βρίσκονται υποκείμενες κατά τη διάρκεια της νοητικής διαδικασίας στην οποία ανήκουν.



Στην Σούττα, ο Βούδδας χρησιμοποιεί την λέξη *ανούσαγια* για να ορίσει τις υπολανθάνουσες διαθέσεις ή τον υποσυνείδητο νου.

Όποτε αυτές οι διαθέσεις συναντώνται με τις κατάλληλες συνθήκες, αναδύονται στην επιφάνεια του νου ως έμμονες ιδέες, αιφνίδιες ορμές ή ένστικτα, που μας ωθούν να κάνουμε πράγματα χωρίς σκέψη.

## 7 ANUSAYA - Υπολανθάνουσες Διαθέσεις-

Υπάρχουν επτά υπολανθάνουσες διαθέσεις οι οποίες αναφέρονται στις Ομιλίες του Βούδδα:

1. η φιλήδονη επιθυμία	<i>kāma-rāga</i>
2. η αποστροφή	<i>paṭigha</i>
3. η λανθασμένη νόηση	<i>ditṭhi</i>
4. η σκεπτικιστική αμφιβολία	<i>vicikicchā</i>
5. η υπεροψία	<i>māna</i>
6. η επιθυμία για ύπαρξη	<i>bhava-rāga</i>
7. η άγνοια	<i>avijjā</i>

Ίσως να απορείτε για το πώς αυτά αποκαλούνται ένστικτα. Θα δούμε όμως και τί είναι ένστικτα στην μοντέρνα ψυχολογία, και θα καταλάβετε τις ομοιότητες.

Έχουμε μιλήσει ήδη για τις φαύλες και τις καλές ρίζες και στον ακόλουθο πίνακα βλέπουμε πώς τα επτά *ανούσαγια* βρίσκονται υπό την επίδραση των διάφορων φαύλων ριζών.

1. η φιλήδονη επιθυμία	<i>απληστία</i>
2. η αποστροφή	<i>μίσος</i>
3. η λανθασμένη νόηση	<i>απληστία</i>
4. η σκεπτικιστική αμφιβολία	<i>αυταπάτη</i>
5. η υπεροψία	<i>απληστία</i>
6. η επιθυμία για ύπαρξη	<i>απληστία</i>
7. η άγνοια	<i>αυταπάτη</i>

Η φιλήδονη επιθυμία σχετίζεται με την φαύλη ρίζα της απληστίας, η αποστροφή με το μίσος, η λανθασμένη νόηση με την απληστία (είχαμε αναφέρει ότι η λανθασμένη νόηση συνδιάζεται με φαύλες συνειδήσεις που είναι ριζωμένες στην απληστία). Η σκεπτικιστική αμφιβολία σχετίζεται με την ρίζα της αυταπάτης, η υπεροψία και η

επιθυμία για ύπαρξη συνδιάζονται με την φαύλη ρίζα της απληστίας, και η άγνοια συνδιάζεται με την ρίζα της αυταπάτης.

Εν ολίγοις, έχουμε εδώ τις τρεις φαύλες ρίζες οι οποίες εμφανίζονται στον υποσυνείδητο νου ως ένστικτα, αιφνίδιες ορμές, ή έμμονες ιδέες.

Θα δείξουμε τώρα πώς εμφανίζονται αυτά τα ένστικτα.

Σε σχέση με την φιλήδονη επιθυμία, έχουμε πέντε είδη αυτής που σχετίζονται με τα πέντε αισθητήρια αντικείμενα και τα αντίστοιχα αισθητήρια όργανα. Όταν κάποιος συνηθίσει σ' αυτή, η φιλήδονη επιθυμία έρχεται στον υποσυνείδητο νου σαν αντανακλαστικό, ή σαν επακόλουθο, όπως συμβαίνει με μια μπάλα που όταν την πετάξουμε με δύναμη στον τοίχο επιστρέφει πίσω αντανακλαστικά.



Δίνουμε ένα παράδειγμα με ορατά αντικείμενα (χρώματα, σχήματα, μορφές) τα οποία είναι ελκυστικά, μας αρέσουν, και τα οποία κάνουν την φιλήδονη επιθυμία να εμφανίζεται. Όταν αυτά τα αντικείμενα προσκρούουν στο μάτι, προκαλούν ένα ερέθισμα το οποίο έχει αντίκτυπο στον νου μας και εγείρει την φιλήδονη επιθυμία. Όταν συνηθίσει κάποιος σε αυτήν, τότε, ακόμα και όταν τα ελκυστικά αντικείμενα δεν είναι παρόντα, εξακολουθεί να υπάρχει η τάση για να βιώσει ξανά κάποιος αυτά τα αντικείμενα. Κι αυτή η τάση όπως είπαμε, εγείρεται αιφνίδια μέσα στον υποσυνείδητο νου σαν αντανακλαστικό.

Κάτι ανάλογο συμβαίνει και με τους ελκυστικούς ήχους που προσκρούουν στο αυτί και ερεθίζουν τον νου εγείροντας την φιλήδονη επιθυμία. Αργότερα, τελείως αιφνιδιαστικά εγείρεται η επιθυμία να ακούσουμε τον ίδιο ήχο ξανά. Το ίδιο γίνεται και με τις ελκυστικές μυρωδιές, τις ελκυστικές γεύσεις και τα ελκυστικά απτά αντικείμενα. Όταν τα συνηθίσει κανείς, τότε ακόμα και αν δεν υπάρχουν μπροστά του, εγείρεται αιφνίδια μέσα του η επιθυμία γι' αυτά σαν αντανακλαστικό μέσα στον υποσυνείδητο νου.

Έχουμε επίσης πέντε είδη αποστροφής που σχετίζονται με τα πέντε αισθητήρια αντικείμενα και τα αντίστοιχα αισθητήρια όργανα, και τα οποία εγείρουν μέσα μας θυμό.



Για παράδειγμα έχουμε ορατά αντικείμενα που δεν είναι ελκυστικά και μας προκαλούν αποστροφή. Εάν δούμε μια μαύρη γάτα για παράδειγμα, θα την πάρουμε ως κακό οιωινό. Το θέμα βέβαια δεν είναι με την γάτα αλλά με το μαύρο χρώμα, διότι εάν η γάτα ήταν άσπρη δεν θα υπήρχε πρόβλημα. Και υπάρχουν κι άλλα χρώματα που τα θεωρούμε μη ελκυστικά. Αυτό το ερέθισμα τώρα, έχει επίπτωση στο μάτι μας και κατ' επέκταση στον νου μας, εγείροντας έτσι θυμό, αποστροφή, ή ακόμα και μίσος. Όταν συνηθίσει κανείς σ' αυτόν τον θυμό, τότε ακόμα κι όταν αυτά τα αντικείμενα δεν υπάρχουν, εγείρεται μέσα του η αποστροφή γι' αυτά σαν αντανάκλαστικό μέσα στον υποσυνείδητο νου, έχοντας την υπολανθάνουσα τάση να θυμώσει.

Υπάρχουν και μη ελκυστικοί ήχοι, όπως θόρυβοι, που ερεθίζουν το αυτί και στην συνέχεια τον νου, εγείροντας θυμό. Ανάλογα συμβαίνει και με τις μη ελκυστικές μυρωδιές, τις μη ελκυστικές γεύσεις, και τα μη ελκυστικά απτά αντικείμενα. Όταν λοιπόν υπάρχουν τέτοια ερεθίσματα μη ελκυστικών αντικειμένων ξανά και ξανά, δεν έχει τρόπο να τα ελέγξει κανείς επειδή υποβόσκουν μέσα του και εμφανίζονται σαν αντανάκλαστικά στον υποσυνείδητο νου, κάνοντας το άτομο να είναι έτοιμο να θυμώσει ανά πάσα στιγμή. Υπάρχει δηλ. μια υπολανθάνουσα τάση για θυμό, μια αιφνίδια ορμή, ένα ένστικτο, παρ' όλο που δεν καταλαβαίνει κάποιος γιατί συμβαίνει αυτό. Είναι κάτι σαν εμμονή που δεν μπορούμε να την σταματήσουμε καμιά φορά.

Αυτά λοιπόν είναι τα *ανούσαγια*, οι υπολανθάνουσες τάσεις ή αλλιώς τα ένστικτα.

Η πρώτη σχολή ψυχολογίας που έκανε το ένστικτο κεντρική ιδέα ήταν η Φροϋδική.

Ο Freud περιέγραψε δύο κατηγορίες ενστίκτων:

- το Εγώ (*Ego*), ή ένστικτα της αυτοσυντήρησης,
- και τα σεξουαλικά ένστικτα.

Στα τελευταία του έργα περιόρισε τον όρο στον

- Θανάτο (*Thanatos* - τα ένστικτα του θανάτου)
- και τον Έρωτα (*Eros* - τα ένστικτα της ζωής).

Εδώ βλέπουμε μερικές ορολογίες που έχει χρησιμοποιήσει ο ίδιος ο Φρόυντ, και θα δούμε πώς είναι δυνατόν να σχετίζονται αυτές με τον Βουδδισμό.

Θα δούμε κατ' αρχάς με ποιόν τρόπο ο Φρόυντ επηρεάστηκε από την Βουδδιστική ψυχολογία μέσω των ερευνών του Σοπενχάουερ και από πού πήρε αυτή την ορολογία.

Ο Βούδδας έχει μιλήσει για τρία είδη επιθυμίας:



- η επιθυμία για ηδονές (*kāma-taṇhā*),
- η επιθυμία για ύπαρξη (*bhava-taṇhā*),
- η επιθυμία για μη ύπαρξη (*vibhava-taṇhā*).

Σύγκριση του Βούδδα με τον Φρόυντ:

Βούδας	Φρόυντ
• η επιθυμία για ηδονές ( <i>kāma</i> )	σεξουαλικά ένστικτα Έρωτας ( <i>Eros</i> ), <i>libido, id</i>
• η επιθυμία για ύπαρξη ( <i>bhava</i> )	Εγώ ( <i>Ego</i> ),
• η επιθυμία για μη ύπαρξη ( <i>vibhava</i> )	Θανάτος ( <i>Thanatos</i> )

Για τον Βούδδα βέβαια η επιθυμία για ηδονές δεν περιορίζεται μόνο στην σεξουαλικότητα όπως στον Φρόυντ. Υπάρχουν πολλά είδη ηδονών, και η ηδονή μπορεί να εμφανισθεί με πολλούς άλλους τρόπους όπως όταν βλέπουμε ένα όμορφο λουλούδι ή ακούμε έναν όμορφο ήχο. Έτσι το ηδονικό ένστικτο δεν είναι μόνο σεξουαλικό, αλλά και ένστικτο να μυρίσουμε, να γευθούμε, κλπ. Γι' αυτό άλλωστε έχουμε τα αισθητήρια όργανα. Λόγω αυτών των ενστίκτων, ο άνθρωπος αποκτά τα αισθητήρια όργανα διότι θέλει να δει, θέλει να ακούσει, θέλει να μυρίσει, κλπ.

Η επιθυμία για ύπαρξη ή το εγώ, είναι επιθυμία για αυτοσυντήρηση.

Η επιθυμία για μη ύπαρξη, είναι η επιθυμία ή το ένστικτο του θανάτου.

Αυτά τα τρία είδη επιθυμίας ή ενστίκτων που αναφέρει ο Βούδδας, τα έχει αναλύσει στα βιβλία του ο Σοπενχάουερ (με τον δικό του βέβαια τρόπο). Αναλύει πόσο πολύ μας επηρεάζουν οι επιθυμίες στην καθημερινή μας ζωή, οι οποίες προβάλλουν σαν παρορμήσεις μέσα μας. Αυτή η κατηγορία των τριών ειδών επιθυμίας αναλύθηκε από τον Σοπενχάουερ με τόσο έξυπνο τρόπο, ώστε όταν ο Φρόυντ διάβασε τα βιβλία του Σοπενχάουερ επηρεάστηκε τόσο πολύ που έγραψε: «Από τώρα και στο εξής, αγκυροβολούμε το καράβι μας στο λιμάνι του Σοπενχάουερ».



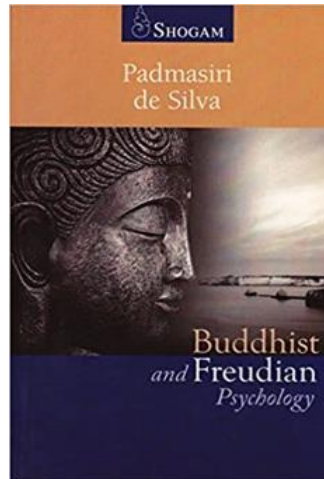
**Arthur Schopenhauer**  
1788 – 1860

**Sigmund Freud**  
1856 – 1939

Από τούδε και στο εξής, ο Φρόυντ άρχισε να βάζει τις θεωρίες του που ήταν σκόρπιες, σε μια σειρά. Πρέπει να πούμε ότι πριν από αυτά, ο Φρόυντ δεν ήταν διάσημος, δεν τον ήξερε σχεδόν κανείς. Έγραφε μικρά συγγράμματα, και από τα πρώτα που έγραψε ήταν για την κοκαΐνη, και όσο κι αν ακούγεται παράξενο, είχε ασχοληθεί πολλά χρόνια με την κοκαΐνη. Είχε γράψει επίσης για την επιληψία, διότι εκείνη την εποχή οι γιατροί ερευνούσαν τί είναι και τί προκαλεί την επιληψία.

Οι θεωρίες του όμως ήταν σκόρπιες και ουδόλως κατασταλαγμένες. Μελετώντας όμως τα συγγράμματα του Σοπενχάουερ, καταστάλαξε, έβαλε τις ιδέες του σε μια σειρά, και ανέπτυξε την δικιά του θεωρία περί των ενστίκτων. Έτσι τα επόμενα συγγράμματά του είχαν συνειρμό και ο κόσμος μπορούσε να τα καταλάβει.

Ένα άλλο βιβλίο σχετικά με την Βουδδιστική ψυχολογία, είναι το «Βουδδιστική και Φροϋδιανή Ψυχολογία» του Παντμασίρι ντε Σίλβα.



Η φύση του ενστίκτου της σεξουαλικότητας, το ένστικτο του εγώ και το ένστικτο του θανάτου στον Φρόϋντ, συγκρίνονται με παράλληλες έννοιες του Βουδδισμού. ... Περιλαμβάνει νέα κεφάλαια σχετικά με την φύση του ασυνείδητου, την θεραπευτική βάση της πρώιμης Βουδδιστικής ψυχολογίας, και την αναζήτηση του Φρόϋντ για το ιδανικό θεραπευτικό μοντέλο.

IV	MOTIVATION	76
	<i>Motivation in Freud and Buddhism</i>	76
	<i>The libido</i>	82
	<i>Kāma-taṇhā</i>	95
	<i>The libido and the concept of kama-taṇhā</i>	107
	<i>The ego</i>	110
	<i>Bhava-taṇhā</i>	119
	<i>The ego instincts and bhava-taṇhā</i>	127
	<i>The death instinct and bhava-taṇhā</i>	133
	<i>Vibhava-taṇhā</i>	140
	<i>The death instinct and vibhava-taṇhā</i>	149
	<i>Conclusion</i>	151

Μπορούμε να δούμε εδώ από τα περιεχόμενα αυτού του βιβλίου, πώς συγκρίνεται η λίμπιντο με την *Κάμα-τάνχα*, δηλ. την σεξουαλική επιθυμία.



Ο συγγραφέας πραγματεύεται τις Βουδδιστικές απόψεις του Σοπενχάουερ και την αποδοχή τους από τον Φρόϋντ σχετικά με την λίμπιντο, με το ένστικτο της αυτοσυντήρησης που είναι η *μπάβα-τάνχα* ή η επιθυμία για ύπαρξη, και με το ένστικτο του θανάτου που είναι η *βιμπάβα-τάνχα* ή επιθυμία για μη ύπαρξη.

Σε αυτή την περίπτωση ο συγγραφέας που είναι ο ίδιος ψυχολόγος, αναλύει και εξετάζει με μεγάλη λεπτομέρεια το πώς ο Φρόϋντ είχε επηρεαστεί από τον Σοπενχάουερ, ο οποίος με την σειρά του είχε επηρεαστεί από τον Βουδδισμό, και το πώς αυτές οι πληροφορίες έφτασαν στα χέρια του Φρόϋντ.

Όπως είπαμε όμως προηγουμένως, στον Βουδδισμό δεν υπάρχουν μόνο αυτά τα τρία βασικά ένστικτα αλλά επτά. Τα *Ανούσαγιας* είναι επτά.

Ο άνθρωπος έχει πολλά άλλα ένστικτα όπως είναι η αλαζονεία (που μπορεί να υπαχθεί στην κατηγορία ενστίκτου του εγώ). Υπάρχει ένστικτο για θεωρητικές απόψεις, για εικασίες. Έχουμε την τάση να κάνουμε εικασίες και να προσπαθούμε να ερμηνεύσουμε ένα φαινόμενο με εικασίες. Υπάρχει επίσης ένστικτο για αμφιβολία. Έτσι στον Βουδδισμό τα βασικά ένστικτα είναι επτά και δεν περιορίζονται μόνο στα τρία που αναφέρει και αναλύει ο Φρόϋντ.

Συνεχίζουμε τώρα με τον Συνειδητό νου.


**ΣΥΝΕΙΔΗΤΟΣ ΝΟΥΣ**



Η φράση που χρησιμοποιείται στη Sutta για τον συνειδητό νου είναι *viññāṇa-sota* (το ρεύμα της συνείδησης), σε αντιπαράθεση με το *bhava-sota* (το ρεύμα της ύπαρξης).

Ο Βούδδας χρησιμοποιεί όχι μόνον τον όρο *μπάβα-σότα* δηλ. ρεύμα της ύπαρξης, αλλά και τον όρο *βιννιάνα-σότα* δηλ. ρεύμα της συνείδησης, που είναι ο συνειδητός νους. Και τα δύο είναι ένα ρεύμα χωρίς τίποτα στατικό. Εξετάζοντάς τα βλέπουμε ότι δεν υπάρχει τίποτα στατικό μέσα τους. Αυτό που κάνουμε εμείς είναι να παίρνουμε κομμάτια από αυτό το ρεύμα και να ταυτιζόμαστε μαζί τους θεωρώντας τα σαν κάτι παγιωμένο μέσα μας, χωρίς να αντιλαμβανόμαστε ότι οι εγκεφαλικές διαδικασίες και ο ίδιος ο νους βρίσκονται σε μια συνεχή ροή και δεν υπάρχει στατικότητα.

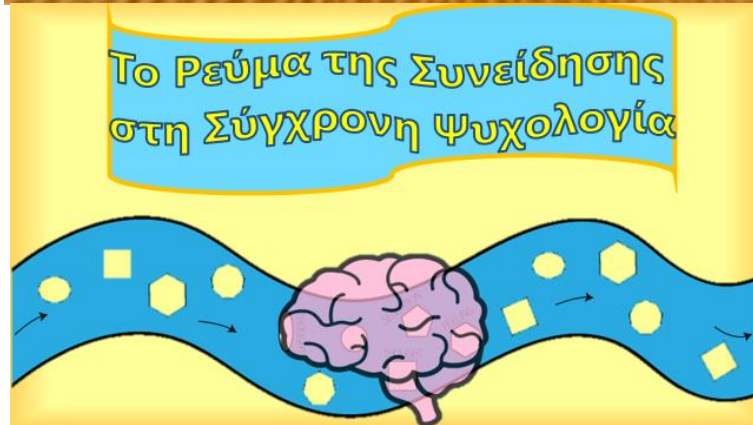
**Το Ρεύμα της Συνείδησης**



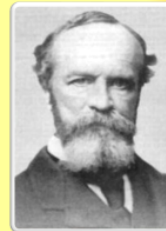
**Viññāṇa-sota** αντιστοιχεί με την φράση στο **Abhidhamma citta-santati** (η αδιάσπαστη συνέχεια, η εξακολουθήση, η ροή της συνείδησης).

Στη **Sutta** απαντάται και η φράση **saṅkhāra-santati** (η αδιάσπαστη συνέχεια, η εξακολουθήση, η ροή των νοητικών λειτουργιών).

Όλοι αυτοί οι όροι δείχνουν την ροή και την μη στατικότητα του νου.



Ο όρος «το ρεύμα της συνείδησης» στη σύγχρονη ψυχολογία αποδίδεται στον William James, τον Αμερικανό φιλόσοφο και ψυχολόγο, που τον χρησιμοποίησε το 1890 στο βιβλίο του «Οι Αρχές της Ψυχολογίας» (*The Principles of Psychology*).



Ισχυρίσθηκε ότι η ανθρώπινη σκέψη μπορεί να χαρακτηριστεί ως ρέον ρεύμα (*flowing stream*), κάτι που ήταν τότε μια νεοτεριστική έννοια, λόγω του προηγούμενου ισχυρισμού άλλων ότι η ανθρώπινη σκέψη ήταν περισσότερο σαν μια ξεχωριστή αλυσίδα. Νόμιζαν δηλ. ότι η σκέψη ήταν κάτι παγιωμένο όπως οι κρίκοι μιας αλυσίδας και ότι χρησιμοποιούσε κανείς κάποιον από τους κρίκους κάθε φορά. Την μια στιγμή έναν κρίκο, την άλλη στιγμή έναν άλλο πηγαينوερχόμενος πάνω κάτω σ' αυτή την αλυσίδα.

Πίστευε επίσης, ότι οι άνθρωποι δεν μπορούν ποτέ να βιώσουν ακριβώς την ίδια σκέψη ή ιδέα περισσότερο από μία φορά. Εκτός από αυτό, θεωρούσε την συνείδηση εντελώς συνεχή (*continuous*).


Αυτό δηλ. που είπε ο Ηράκλειτος, ότι δεν μπορεί να πατήσει κανείς στο ίδιο ποτάμι πάνω από μία φορά, κάτι ανάλογο είπε και ο Ουίλιαμ Τζαίμς σχετικά με την συνείδηση.

Για παράδειγμα, με το που θα πούμε «αυτή είναι η σκέψη μου» αυτή η σκέψη έχει ήδη φύγει. Το μόνο που μπορούμε να κάνουμε είναι να την θεωρήσουμε ξανά ή να την αναθεωρήσουμε, διότι αυτή έχει γίνει ήδη παρελθόν και δεν μπορούμε να την βιώσουμε ξανά παρά μόνο να την ξαναθυμηθούμε.

Παραθέτουμε έναν πίνακα που δείχνει τις κεντρικές ιδέες του Ουίλιαμ Τζαίμς στην αγγλική και ελληνική γλώσσα.

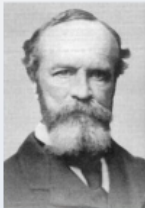
II. FUNCTIONALISM AT HARVARD  
A. William James

- Central Ideas
  - Stream of consciousness
    - Personal to the individual
    - Continuous; cannot be divided up for analysis
    - Always changing
    - Selective; some events are selected for further consideration while others are not
    - Functional; purpose is to aid the individual in adapting to the environment.



II. ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΣΜΟΣ ΣΤΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΤΟΥ ΧΑΡΒΑΡΝΤ  
A. William James

- Κεντρικές Ιδέες
  - **Το Ρεύμα της Συνείδησης**
    - Συνεχές· δεν μπορεί να διαιρεθεί για ανάλυση
    - Πάντα αλλάζει
    - Επιλεκτικό· ορισμένα γεγονότα επιλέγονται για περαιτέρω εξέταση ενώ άλλα όχι
    - Λειτουργικό· ο σκοπός είναι να βοηθήσει το άτομο να προσαρμοστεί στο περιβάλλον



Όταν δηλ. μιλούσε για τον νου, όταν μιλούσε την προσωπικότητα, όταν μιλούσε για ψυχολογικά θέματα, τα θεωρούσε σαν λειτουργίες και μόνο. Έβλεπε τον άνθρωπο, τον νου του, τα συναισθήματά του μόνο σαν λειτουργία. Γι' αυτό και η θεωρία του ονομάστηκε Λειτουργισμός.

Θεώρησε σωστά ότι το ρεύμα της συνείδησης είναι συνεχές, αλλά δεν ήταν σε θέση να καταλάβει ότι μπορεί στην πραγματικότητα να διαιρεθεί για περαιτέρω ανάλυση. Αυτό ήταν πού ξεκινήσαμε να κάνουμε εμείς σε αυτό το σεμινάριο, να αναλύσουμε δηλαδή μέσω του Βουδδισμού, το ρεύμα της συνείδησης. Και είπαμε ότι έχουμε τις φαύλες συνειδήσεις, τις καλές συνειδήσεις, τις επακόλουθες και τις λειτουργικές, παρακολουθώντας τί γίνεται ανά πάσα στιγμή σε αυτό το ρεύμα και ταξινομώντας τις συνειδήσεις σε μια σειρά.

Σύμφωνα με τον Βουδδισμό, ένα άτομο μπορεί να συγκριθεί με ένα ποτάμι, το οποίο διατηρεί μια φαινομενική ταυτότητα, αν και οι σταγόνες νερού που το διαμορφώνουν διαφέρουν από στιγμή σε στιγμή.



Παρόμοια, ένα άτομο διατηρεί μια φαινομενική ταυτότητα, που την ονομάζει «εαυτός μου», «εγώ μου», ή «ψυχή μου», παρ' όλο που το σώμα, τα αισθήματα, οι αντιλήψεις, οι ιδέες, και η συνείδηση που το διαμορφώνουν, υπόκεινται σε συνεχή αλλαγή και διαφέρουν από στιγμή σε στιγμή.

Κάθε στιγμή ο νους μας βρίσκεται σε αυτή την ρευστή κατάσταση, κι έτσι, κάθε προσπάθεια να ταυτισθεί κανείς με κάποιο από τα υλικά και νοητικά συναθροίσματα ή με το σύνολο αυτών, οι έννοιες «εαυτός», «εγώ», ή «ψυχή», δεν είναι παρά μία ψευδαίσθηση. Έτσι παρ' όλο που μιλάμε για το ρεύμα του νου ή το ρεύμα της συνείδησης, παρ' όλο που βλέπουμε τον νου σαν μια λειτουργία ή διαδικασία, υπάρχει τρόπος να το αναλύσει κάποιος, ξεκινώντας από την βαθμιαία συνειδητοποίηση ενός αντικειμένου.



### **Οι Άρριζες Συνειδήσεις (3)**

Καλησπέρα σας και καλώς ήλθατε σ' αυτό το μάθημα. Σήμερα θα ολοκληρώσουμε την εξέταση των άρριζων συνειδήσεων βλέποντάς τες από άλλη σκοπιά, για να καταλάβουμε τον αντίκτυπο που έχουν στην καθημερινή μας ζωή.

Είχαμε πει ότι η συνειδητοποίηση ενός αντικειμένου γίνεται με βαθμιαίο τρόπο: πριν το αντιληφθούμε στον συνειδητό νου, υπάρχουν ορισμένες συνειδήσεις που συμβαίνουν στον υποσυνείδητο νου και οι οποίες επιχειρούν να καταλάβουν το αντικείμενο. Αυτές είναι οι άρριζες συνειδήσεις.

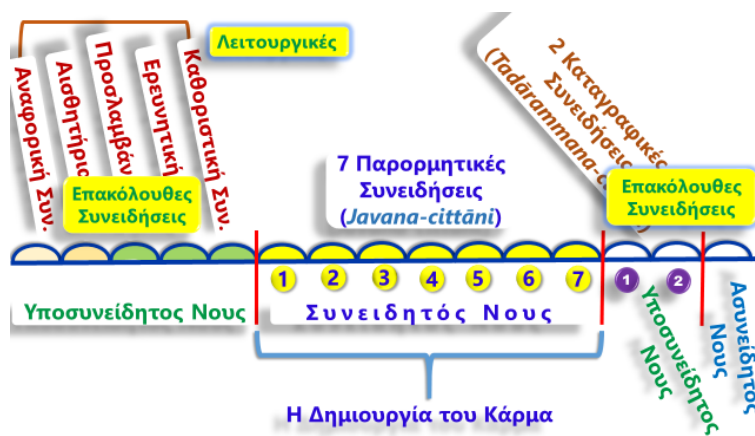
Έτσι, όταν για παράδειγμα ένα ορατό αντικείμενο προσκρούει στο ανάλογο αισθητήριο όργανο, δηλ. στο μάτι μας, υπάρχει μια βαθμιαία συνειδητοποίησή του, από τον υποσυνείδητο νου στον συνειδητό. Η εικόνα δεν εμφανίζεται αμέσως στον συνειδητό νου. Η πληροφορία περνάει πρώτα από τον υποσυνείδητο νου όπου γίνεται η επεξεργασία της και μετά καταλήγει στον συνειδητό νου. Πρώτα βλέπουμε το φως και τα χρώματα, μετά βλέπουμε το σχήμα που έχει το αντικείμενο μπροστά μας, και τέλος το αντιλαμβανόμαστε πλήρως στον συνειδητό νου.

Όταν δε, αυτή η οπτική επαφή αποδυναμωθεί, τότε ο νους ξαναγυρίζει πίσω στην κατάσταση του υποσυνείδητου νου.

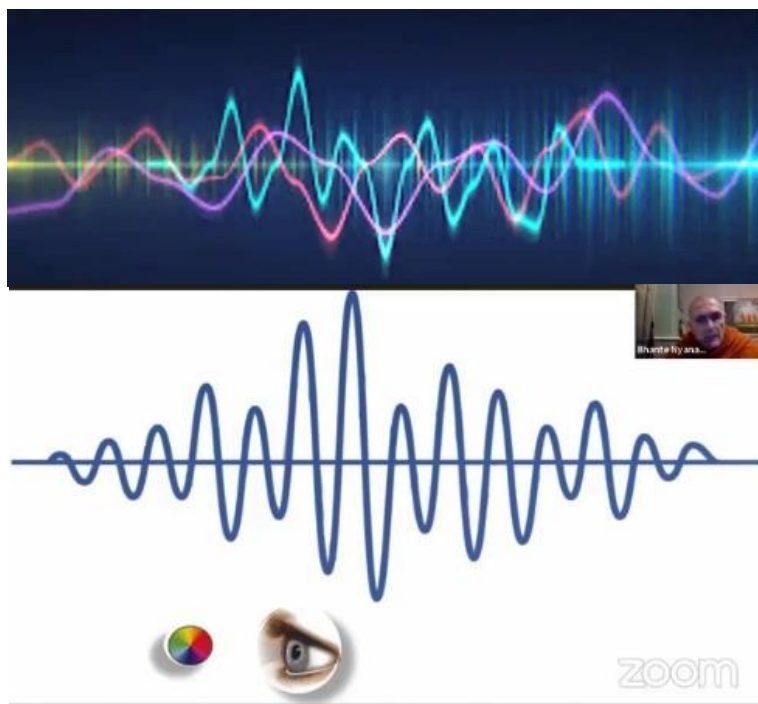


Υπάρχει λοιπόν μια αλληλουχία συνειδήσεων που επεξεργάζονται αυτό το αντικείμενο μέχρι να το συνειδητοποιήσει ο συνειδητός νους.

Επαναλαμβάνουμε εδώ τους πίνακες της γνωστικής διαδικασίας μέσω των αισθητηρίων οργάνων για να κάνουμε την σύνδεση των πληροφοριών.



Εν ολίγοις, όταν ένα αντικείμενο προσκρούει στον νου μας, αυτός δονείται σαν κύματα.



Σε αυτή την περίπτωση βλέπουμε ότι στην μέση υπάρχει ένταση, κι αυτός είναι ο δυναμικός δραστήριος συνειδητός νους, ενώ στις άκρες βρίσκεται ο παθητικός υποσυνείδητος νους. Η ένταση αυτή συμβαίνει όταν για παράδειγμα ένα ορατό αντικείμενο προσκρούει στο μάτι. Εάν το αντικείμενο είναι πολύ ελκυστικό, δημιουργεί μεγαλύτερη ένταση, και ο νους παράγει συνειδήσεις για να το κάνει αντιληπτό. Όταν το αντικείμενο εξαφανίζεται, σταματάει και η δόνηση. Εάν το αντικείμενο εμφανισθεί ξανά, η δόνηση ξαναρχίζει. Για όσο διάστημα υπάρχει το ερέθισμα, υπάρχει και η δόνηση.

Αυτές οι δονήσεις λαμβάνουν χώρα στην καθημερινή μας ζωή, από ήχους, από γεύσεις, από μυρωδιές, ακόμα κι από σκέψεις ή ιδέες που έχουμε, χωρίς εμείς να το αντιλαμβανόμαστε συνειδητά.

Κατ' αυτόν τον τρόπο καταλαβαίνουμε ότι ο νους μας βρίσκεται σε μια συνεχή δόνηση, και ότι δεν υπάρχει ούτε μία στιγμή που να μη δονείται. Ακόμα κι όταν βλέπουμε όνειρα, ο νους μας δονείται. Έτσι ο νους μας βρίσκεται συνέχεια σε μια κατάσταση δόνησης ή κυμμάτων, που εγείρονται, παρακμάζουν, εγείρονται, παρακμάζουν, ανάλογα με το ερέθισμα που δεχόμαστε, είτε απ' έξω είτε από αναμνήσεις που τις αναμασούμε ξανά και ξανά.

Μπορούμε να πούμε ότι είμαστε μια νοητική δόνηση. Όσο ο νους μας βομβαρδίζεται από αυτά τα ερεθίσματα βρίσκεται σε αυτή την αναστατωμένη κατάσταση.



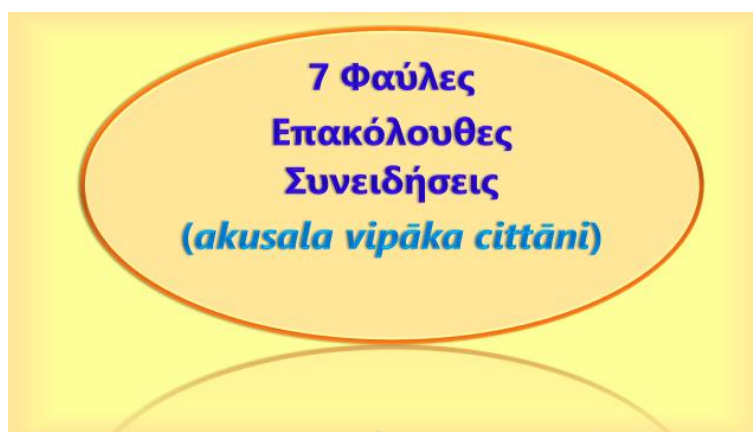


Οι δονήσεις αυτές μπορούν να μετρηθούν, και έχει διαπιστωθεί ότι έχουν επιπτώσεις όχι μόνον στον εγκέφαλο αλλά και σε άλλα μέρη του σώματος. Αυτό συμβαίνει διότι ο ίδιος ο νους μπορεί να παράξει ύλη, όπως φωτόνια και ηλεκτρομαγνητισμό.

Στην συνέχεια, όπως ανέφερα στην αρχή του μαθήματος, θα εξετάσουμε με λεπτομέρειες τις άρριζες συνειδήσεις που εμφανίζονται στον υποσυνείδητο νου, και είναι 18.



Εξετάζουμε πρώτα τις 7 φαύλες επακόλουθες συνειδήσεις.



## 7 Φάυλες Επακόλουθες Συνειδήσεις

1. Συνείδηση στο **μάτι** συνοδευόμενη από ουδέτερο αίσθημα (*urekkhā*).
2. Συνείδηση στο **αυτί** συνοδευόμενη από ουδέτερο αίσθημα (*urekkhā*).
3. Συνείδηση στη **μύτη** συνοδευόμενη από ουδέτερο αίσθημα (*urekkhā*).

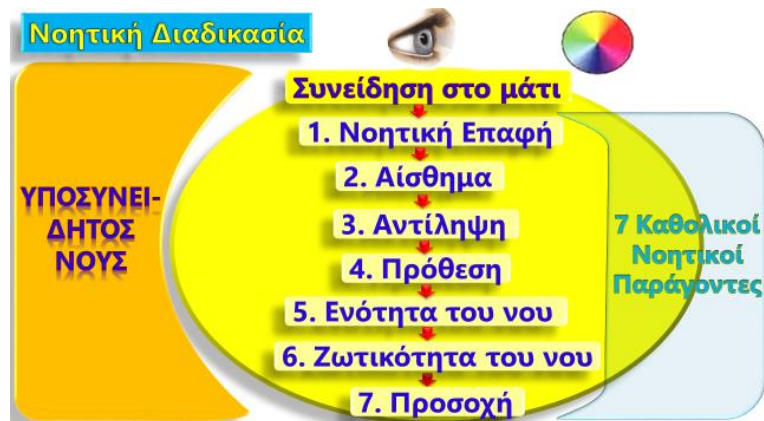
Αισθη-  
τήριες  
Συνει-  
δήσεις

4. Συνείδηση **στη γλώσσα** συνοδευόμενη από ουδέτερο αίσθημα (*urekkhā*).
5. Συνείδηση στο **σώμα** συνοδευόμενη από **δυσάρεστο** αίσθημα (*dukkha*).

Αισθη-  
τήριες  
Συνει-  
δήσεις

6. **Προσλαμβάνουσα** συνείδηση συνοδευόμενη από ουδέτερο αίσθημα (*urekkhā*).
7. **Ερευνητική** συνείδηση συνοδευόμενη από ουδέτερο αίσθημα (*urekkhā*).

Όταν για παράδειγμα έχουμε ένα δυσάρεστο αισθητήριο αντικείμενο όπως χρώμα ή φως, το οποίο διεγείρει την ευαισθησία στο μάτι μας, επέρχεται μια νοητική διαδικασία που μας βοηθάει να συνειδητοποιήσουμε αυτό το αντικείμενο. Αυτή η νοητική διαδικασία αρχίζει από τον υποσυνείδητο νου όπως στον ακόλουθο πίνακα.



Η συνείδηση είτε φαύλη είτε καλή, είναι πάντα συνδιασμένη με αυτούς τους 7 καθολικούς παράγοντες. Η ίδια η συνείδηση αυτή καθ' εαυτή δεν μπορεί να συνειδητοποιήσει ένα αντικείμενο αλλά χρειάζεται την βοήθεια αυτών των νοητικών παραγόντων για να αισθανθεί, να αντιληφθεί, να προσέξει το αντικείμενο. Οι νοητικοί παράγοντες δίνουν στην συνείδηση την εικόνα του αντικειμένου που προσέκρουσε π.χ. στο μάτι, ώστε με την σειρά της να μας δώσει το ερέθισμα.

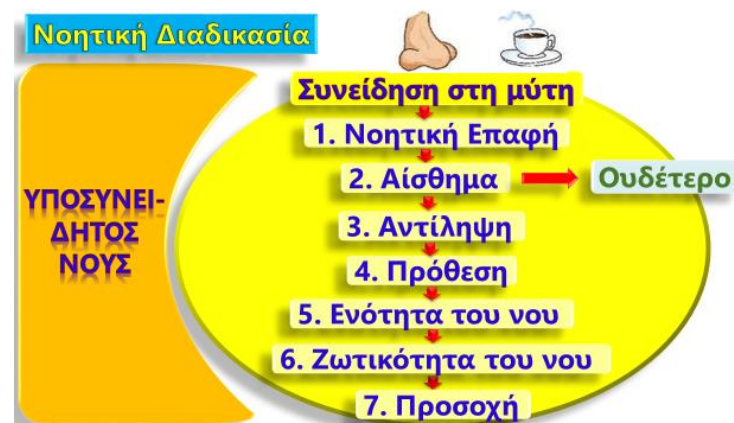
Στην περίπτωση των αισθητήριων οργάνων, πρέπει να πούμε ότι το αίσθημα που δημιουργείται από την πρόσκρουση του αντικειμένου στο αισθητήριο όργανο του ματιού ή του αυτιού για παράδειγμα, είναι ουδέτερο, κι αυτό, διότι το αντικείμενο δεν έρχεται σε πραγματική άμεση επαφή με το αισθητήριο όργανο. Π.χ. μπορεί να δούμε κάτι πολύ άσχημο. Η εικόνα του άσχημου αυτού αντικειμένου δεν ακουμπάει άμεσα στο μάτι ώστε να αισθανθούμε δυσάρεστα, και γι' αυτό το αίσθημα δεν είναι ούτε δυσάρεστο ούτε ευχάριστο.

Αντιθέτως, η επαφή ενός δυσάρεστου απτού αντικειμένου με το αισθητήριο όργανο του σώματος είναι άμεση, και γι' αυτό το αίσθημα μπορεί να είναι δυσάρεστο.

Το ίδιο συμβαίνει και με το αυτί.



Το ίδιο και με την μύτη.



Το ίδιο και με την γλώσσα, όπου η συνείδηση είναι ακόμα πολύ αδύναμη και δεν μπορεί να αισθανθεί το ευχάριστο ή το δυσάρεστο.

Με το σώμα όμως είναι διαφορετικά. Επειδή η επαφή ενός δυσάρεστου απτού αντικειμένου με το αισθητήριο όργανο του σώματος είναι άμεση, το αίσθημα είναι κι αυτό δυσάρεστο.



Αυτή η φαύλη κατηγορία της άρριζης συνείδησης περιλαμβάνει τις επτά συνειδήσεις που επακολουθούν ή προκύπτουν από το φαύλο κάρμα (δηλ. τις φαύλες εκούσιες πράξεις).

Αυτές οι επακόλουθες συνειδήσεις δεν είναι οι ίδιες φαύλες αλλά καρμικά απροσδιόριστες (*αμπιάκατα*).

Η λέξη «φαύλες» (*ακούσαλα*), σημαίνει εδώ ότι αυτές είναι αποτελέσματα που παράγονται από το φαύλο κάρμα.

Αυτή η λέξη χαρακτηρίζει όχι αυτές τις καταστάσεις της συνείδησης καθ' εαυτές, αλλά το φαύλο κάρμα από το οποίο γεννιούνται.

Θα εξετάσουμε τώρα τις 8 καλές επακόλουθες συνειδήσεις.



## 8 Καλές Επακόλουθες Άρριζες Συνειδήσεις

1. Συνείδηση στο **μάτι** συνοδευόμενη από ουδέτερο αίσθημα (*urekkhā*).
2. Συνείδηση στο **αυτί** συνοδευόμενη από ουδέτερο αίσθημα (*urekkhā*).
3. Συνείδηση στη **μύτη** συνοδευόμενη από ουδέτερο αίσθημα (*urekkhā*).

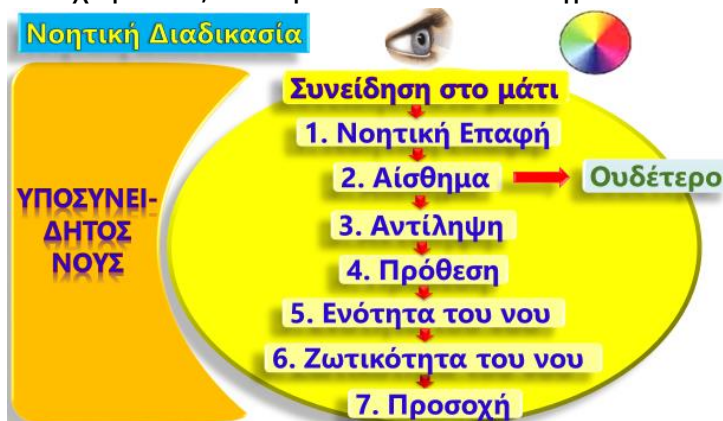
Αισθη-  
τήριες  
Συνει-  
δήσεις

4. Συνείδηση στη **γλώσσα** συνοδευόμενη από ουδέτερο αίσθημα (*urekkhā*).
5. Συνείδηση στο **σώμα** συνοδευόμενη από **ευχάριστο** αίσθημα (*sukha*).

Αισθη-  
τήριες  
Συνει-  
δήσεις

6. **Προσλαμβάνουσα** συνείδηση συνοδευόμενη από ουδέτερο αίσθημα (*urekkhā*).
7. **Ερευνητική** συνείδηση συνοδευόμενη από **ευάρεστο** αίσθημα (*somanassa*).
8. **Ερευνητική** συνείδηση συνοδευόμενη από ουδέτερο αίσθημα (*urekkhā*).

Στην περίπτωση των αισθητήριων οργάνων, το αίσθημα που δημιουργείται από την πρόσκρουση του αντικειμένου στο αισθητήριο όργανο είναι ουδέτερο, κι αυτό, διότι το αντικείμενο δεν έρχεται σε πραγματική άμεση επαφή με το αισθητήριο όργανο. Π.χ. μπορεί να δούμε κάτι πολύ όμορφο. Η εικόνα του όμορφου αυτού αντικειμένου δεν ακουμπάει άμεσα στο μάτι ώστε να αισθανθούμε ευχάριστα, και γι' αυτό το αίσθημα είναι ουδέτερο.



Το ίδιο συμβαίνει και με το αυτί.



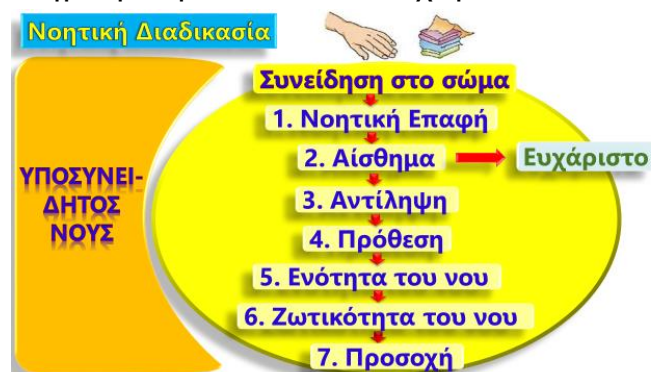
Το ίδιο και με την μύτη.



Το ίδιο και με την γλώσσα.



Αντιθέτως, η επαφή ενός ευχάριστου αποτύ αντικειμένου με το αισθητήριο όργανο του σώματος είναι άμεση, και γι' αυτό το αίσθημα μπορεί να είναι ευχάριστο.



### Επακόλουθες Αισθητήριες Συνειδήσεις



Οι πρώτες πέντε επακόλουθες αισθητήριες συνειδήσεις στο μάτι, στο αυτί, ... στο σώμα, είναι τα πιο στοιχειώδη είδη συνείδησης.

### Επακόλουθες Αισθητήριες Συνειδήσεις



Σύμφωνα με την κατάταξη σε φαύλες επακόλουθες ή καλές επακόλουθες συνειδήσεις, αυτές αποτελούν τις δύο ομάδες των πέντε αισθητηρίων συνειδήσεων, δηλ.:

**5** φαύλες και **5** καλές επακόλουθες αισθητήριες συνειδήσεις = **10** επακόλουθες.

### Επακόλουθες Αισθητήριες Συνειδήσεις



Δεν περιέχουν κανέναν άλλον νοητικό παράγοντα με πιο πολύπλοκες λειτουργίες εκτέλεσης, παρά μόνο τους επτά καθολικούς νοητικούς παράγοντες.

### Επακόλουθες Αισθητήριες Συνειδήσεις



Αυτές βασίζονται στην **υλική ευαισθησία** (*rasāda*) του ματιού, του αυτιού, της μύτης, της γλώσσας και του σώματος για την λειτουργία τους.

Το μάτι, κλπ., δηλ. τα πέντε αισθητήρια όργανα, είναι **υλικά φαινόμενα (rūpa)**, όπου υπάρχει η **ευαίσθητη ύλη (pasāda-rūpa)**, χωριστά για το καθένα.



Κάθε ένα από αυτά χρησιμεύει ως μια **πόρτα (dvāra)** με την οποία η **συνείδηση** και οι **νοητικοί παράγοντες** που εγείρονται σε μια νοητική διαδικασία αποκτούν πρόσβαση στο αντικείμενό τους,



και μέσω των οποίων το αντικείμενο γίνεται προσβάσιμο στις **συνειδήσεις** και στους **νοητικούς παράγοντες**.



Επομένως, τα αισθητήρια όργανα χρησιμεύουν ώστε να έχει πρόσβαση η συνείδηση στο αντικείμενο, και το αντικείμενο να είναι προσβάσιμο στην συνείδηση.



Στην Πάλι γλώσσα τα αισθητήρια όργανα ονομάζονται πόρτες (*ντβάρσ*). Στα Ελληνικά θα τα λέγαμε παράθυρα, μέσα από τα οποία μπορούμε να δούμε, να μυρίσουμε, κλπ., και να συνειδητοποιήσουμε αντικείμενα. Είναι τα μέσα με τα οποία επικοινωνούμε με τον κόσμο, και όταν θέλουμε τα έχουμε ανοικτά, όταν δεν θέλουμε τα κλείνουμε.

Θα εξετάσουμε τώρα αυτά τα όργανα (*πόρτες*) αναλυτικά.



Η ευαισθησία στο μάτι είναι η **πόρτα** για την **συνείδηση** που ανήκει στην νοητική διαδικασία του οργάνου του ματιού, επιτρέποντάς της να **συνειδητοποιήσει** ορατές μορφές μέσω του ματιού.

ευαισθησία του ματιού



συνείδηση του ματιού

Η συνείδηση στο μάτι προκύπτει με βάση την ευαισθησία στο μάτι (*cakkhu-pasāda/-dhātu*).



Ο όρος *ντάτου* χρησιμοποιείται από τον Βούδδα στις ομιλίες του, ενώ ο όρος *πασάντα* συναντάται στο Αμπιντάμμα. Αυτό ισχύει και για τα πέντε αισθητήρια όργανα.

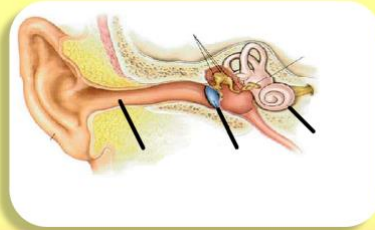
Η λειτουργία αυτής της συνείδησης είναι απλά να βλέπει και να συνειδητοποιεί άμεσα και αμέσως το ορατό αντικείμενο.

ευαισθησία του ματιού



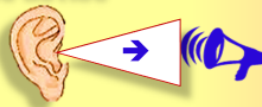
συνείδηση του ματιού

## Το Όργανο του Αυτιού



Η ευαισθησία στο αυτί είναι η **πόρτα** για την **συνείδηση** που ανήκει στην νοητική διαδικασία του οργάνου του αυτιού, επιτρέποντάς της να συνειδητοποιήσει ήχους μέσω του αυτιού.

ευαισθησία του αυτιού



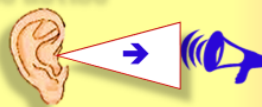
συνείδηση του αυτιού

Η συνείδηση στο αυτί προκύπτει με βάση την ευαισθησία στο αυτί (*sota-pasāda/-dhātu*).



Η λειτουργία της είναι απλά να ακούει ήχους και να συνειδητοποιεί άμεσα και αμέσως τους ήχους.

ευαισθησία του αυτιού



συνείδηση του αυτιού

## Το Όργανο της Μύτης



Η ευαισθησία στη μύτη είναι η **πόρτα** για την **συνείδηση** που ανήκει στην νοητική διαδικασία του οργάνου της μύτης, επιτρέποντάς της να συνειδητοποιήσει οσμές μέσω της μύτης.

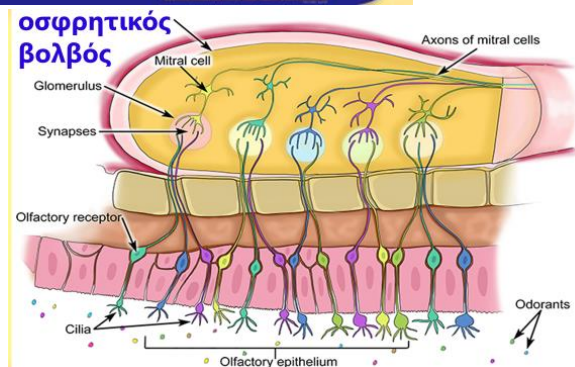
ευαισθησία της μύτης



συνείδηση της μύτης



Η συνείδηση στη μύτη προκύπτει με βάση την ευαισθησία στη μύτη (*ghana-pasāda/-dhātu*).



Η λειτουργία της συνείδησης της μύτης είναι απλά να οσφρίζεται οσμές και να συνειδητοποιεί άμεσα και αμέσως τις οσμές.

ευαισθησία της μύτης



συνείδηση της μύτης

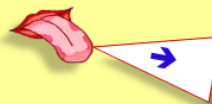


## Το Όργανο της Γλώσσας



Η ευαισθησία στη γλώσσα είναι η **πόρτα** για την **συνείδηση** που ανήκει στην νοητική διαδικασία του οργάνου της γλώσσας, επιτρέποντάς της να συνειδητοποιήσει γεύσεις μέσω της γλώσσας.

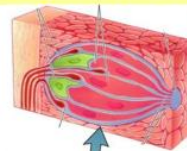
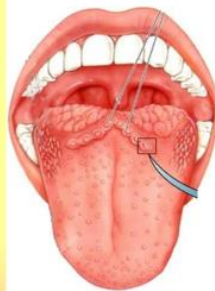
ευαισθησία της γλώσσας



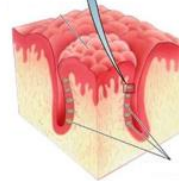
συνείδηση της γλώσσας



Η συνείδηση στη γλώσσα προκύπτει με βάση την ευαισθησία στη γλώσσα (*jivhā-pasāda/-dhātu*).



συνείδηση γεύσης  
Γευστικός κάλυκας



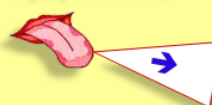
Γευστικοί κάλυκες

## Γευστικές Περιοχές της Γλώσσας



Η λειτουργία της είναι απλά να γεύεται γεύσεις και να συνειδητοποιεί άμεσα και αμέσως τις γεύσεις.

ευαισθησία της γλώσσας



συνείδηση της γλώσσας

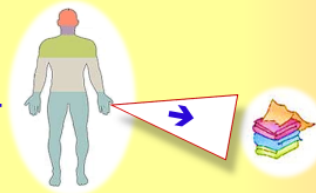


# Το Όργανο του Σώματος

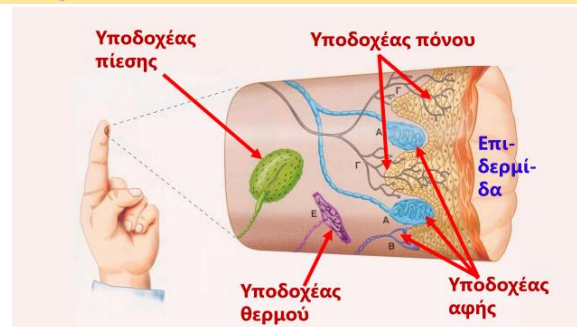


Η ευαισθησία στο σώμα είναι η **πόρτα** για την **συνείδηση** που ανήκει στην **νοητική διαδικασία** του οργάνου του σώματος, **επιτρέποντάς της να συνειδητοποιήσει** **αφές ή απτά αντικείμενα** μέσω του σώματος.

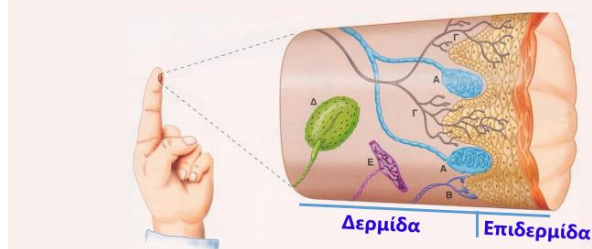
ευαισθησία του σώματος



συνείδηση του σώματος

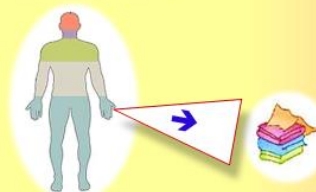


Η συνείδηση στο σώμα προκύπτει με βάση την ευαισθησία στο σώμα (*kaya-pasāda/-dhātu*).



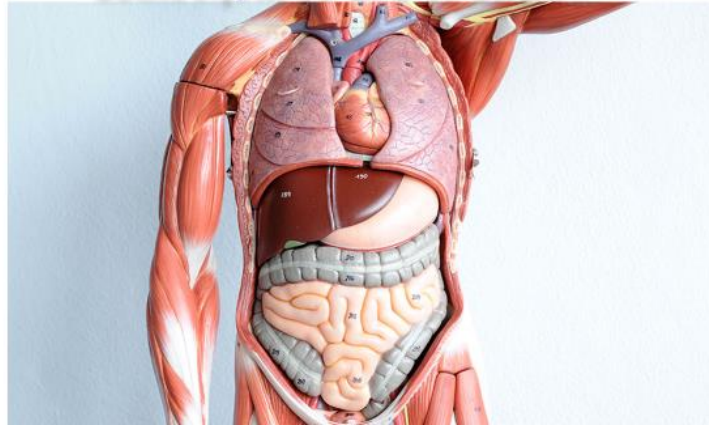
Η λειτουργία της είναι απλά να **άπτεται αφές** και να **συνειδητοποιεί άμεσα** και **αμέσως τις αφές**.

ευαισθησία του σώματος

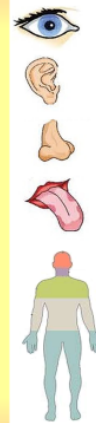


συνείδηση του σώματος

## Ευαισθησία σε Όλο το Σώμα



Οι άνω αναφερθείσες αισθητήριες συνειδήσεις βασίζονται στην υλική ευαισθησία (*pasāda*) του ματιού, του αυτιού, της μύτης, της γλώσσας και του σώματος για τη λειτουργία τους.



Η λειτουργία τους είναι απλά να συνειδητοποιούν τα αντίστοιχα αισθητήρια αντικείμενά τους.

Καμία από αυτές τις αισθητήριες συνειδήσεις δεν μπορεί να συλλάβει την αίσθηση ενός αντικείμενου που ανήκει σε άλλη κατηγορία αίσθησης. Π.χ. η συνείδηση του ματιού δεν μπορεί να ακούσει τον ήχο, παρ' όλο που το αντικείμενο μπορεί να έχει χρώμα, σχήμα, αλλά και ήχο. Ούτε να μυρίσει την μυρωδιά του αντικείμενου. Για παράδειγμα, μπορεί να βλέπουμε από μακριά ένα αντικείμενο και να μας φαίνεται όμορφο. Όταν όμως πλησιάσουμε κοντά και το μυρίσουμε μπορεί να είναι αηδιαστικό. Τότε η συνείδηση της μύτης μας λέει «όχι»! Και η συνείδηση της γεύσης πάλι, δεν μπορεί να συνειδητοποιήσει τίποτα άλλο πέραν της γεύσης του αντικείμενου.

Χρειαζόμαστε δηλ. βοήθεια απ' όλους τους τύπους συνείδησης για να συνειδητοποιήσουμε το αντικείμενο.

## Το Όργανο του Νου



Όπως έχουμε πει ξανά, στον Βουδδισμό ο νους είναι ένα όργανο που το χρησιμοποιούμε κάθε μέρα.

Εδώ ο ασυνείδητος νους (*μπαβάνγκα*) ονομάζεται το όργανο του νου. Για ποιόν λόγο;



Λέμε ότι έχουμε μια νοητική διαδικασία μέσω του οργάνου του νου, δηλ. θυμόμαστε ή σκεπτόμαστε κάτι, διότι το ερέθισμα δεν έρχεται εξωτερικά από τα μάτια, τα αυτιά, την μύτη κλπ. Για παράδειγμα, βρισκόμαστε μέσα σε ένα δωμάτιο χωρίς να ακούμε, να βλέπουμε, να γευόμαστε, να μυρίζουμε ή να ακουμπάμε κάτι, αλλά να σκεπτόμαστε κάτι. Εάν το ερέθισμα της σκέψης έχει κάποια ένταση, τότε ο ασυνείδητος νους ή αλλιώς το όργανο του νου διακόπτεται και επέρχεται στην συνέχεια δόνηση και διακοπή. Στην συνέχεια πάλι επέρχεται μια συνείδηση που ονομάζεται αναφορική συνείδηση, και μετά ακολουθεί ο συνειδητός νους.

Σε αυτή την περίπτωση ο ασυνείδητος νους είναι το όργανο του νου, κι αυτό το όργανο του νου είναι που πήρε το ερέθισμα εσωτερικά από την ανάμνηση. Άνοιξε κατά κάποιον τρόπο την πόρτα μέσω της αναφορικής συνείδησης για να εισχωρήσει το ερέθισμα της ανάμνησης και να δει ο νους τι είναι. Μετά επέρχεται ο συνειδητός νους για να το συνειδητοποιήσει.

Υπάρχει όμως και νοητική διαδικασία μέσω των αισθητήριων οργάνων.





Παρ' όλο που όλα αυτά μπορεί να σας φαίνονται σαν επαναλήψεις, στην κυριολεξία είναι αυτά που συμβαίνουν αυτή την στιγμή μέσα μας! Όταν ακούτε κάτι τώρα, αυτές είναι οι συνειδήσεις που εγείρονται εντός σας! Ή όταν μυρίζετε ή γεύεστε κάτι, αυτές είναι οι συνειδήσεις που επαναλαμβάνονται χιλιάδες φορές κάθε μέρα μέσα σας.

Η επαναλειπτική αυτή διαδικασία εξακολουθεί αδιάκοπα για όσο χρόνο υπάρχει το ερέθισμα στο ανάλογο αισθητήριο όργανο.

Αυτές οι νοητικές διαδικασίες συμβαίνουν μέσα μας χιλιάδες φορές κάθε μέρα. Συμβαίνουν επίσης με τόσο μεγάλη ταχύτητα που είναι δύσκολο για απλούς ανθρώπους να τις καταλάβουν. Μπορούν να συνειδητοποιηθούν μόνο όταν κάποιος πετύχει βαθειά αυτοσυγκέντρωση και ο νους του γίνει ατάραχος ώστε να παρατηρήσει αυτά τα φαινόμενα με ηρεμία.

#### Επακόλουθες Αισθητήριες Συνειδήσεις

Στην περίπτωση των φαύλων επακόλουθων συνειδήσεων, το αντικείμενο είναι **δυσάρεστο ή ανεπιθύμητο (anīṭṭha)**.

Άνθρωποι που έχουν κάνει φαύλες πράξεις με κάποιο από τα αισθητήρια όργανα, βιώνουν σαν επακόλουθο ανάλογα δυσάρεστα ή ανεπιθύμητα αντικείμενα, δηλ. να δουν δυσάρεστα αντικείμενα, ή να ακούσουν δυσάρεστους ήχους, ή να μυρίσουν ανεπιθύμητες μυρωδιές, κλπ.

#### Επακόλουθες Αισθητήριες Συνειδήσεις

Ωστόσο, ο αντίκτυπος του δυσάρεστου αντικειμένου στα πρώτα τέσσερα αισθητήρια όργανα είναι **αδύναμος** και συνεπώς το συνοδευόμενο αίσθημα είναι ουδέτερο.



### Επακόλουθες Αισθητήριες Συνειδήσεις

Στην περίπτωση όμως της **φαύλης** επακόλουθης σωματικής συνείδησης, **ο αντίκτυπος** του **δυσάρεστου** αντικειμένου στην ευαισθησία του σώματος είναι **δυνατός**, και έτσι το συνοδευόμενο αίσθημα είναι **δυσάρεστο** σωματικό αίσθημα (*dukkha*).



### Επακόλουθες Αισθητήριες Συνειδήσεις

Αντίθετα, στην περίπτωση των **καλών** επακόλουθων συνειδήσεων, το αντικείμενο είναι **ευχάριστο** ή **επιθυμητό** (*iṭṭha*).

Αυτοί που έχουν κάνει καλές πράξεις με κάποιο από τα αισθητήρια όργανα, βιώνουν σαν επακόλουθο ανάλογα ευχάριστα ή επιθυμητά αντικείμενα, δηλ. να δουν ευχάριστα αντικείμενα, ή να ακούσουν ευχάριστους ήχους, ή να μυρίσουν επιθυμητές μυρωδιές, κλπ.

### Επακόλουθες Αισθητήριες Συνειδήσεις

Ωστόσο, **ο αντίκτυπος** του **ευχάριστου** αντικειμένου στα πρώτα τέσσερα αισθητήρια όργανα είναι **αδύναμος** και συνεπώς το συνοδευόμενο αίσθημα είναι **ουδέτερο**.



### Επακόλουθες Αισθητήριες Συνειδήσεις

Στην περίπτωση όμως της **καλής** επακόλουθης σωματικής συνείδησης, **ο αντίκτυπος** του **ευχάριστου** αντικειμένου στην ευαισθησία του σώματος είναι **δυνατός**, και έτσι το συνοδευόμενο αίσθημα είναι **ευχάριστο** σωματικό αίσθημα (*sukha*).



**8 Καλές Επακόλουθες & Άρριζες Συνειδήσεις**  
(*kusala vipaka ahetuka cittani*)

Οι οκτώ καλές-επακόλουθες άρριζες συνειδήσεις, είναι αποτελέσματα που παράγονται από το καλό κάρμα (εκούσιες πράξεις).

Η λέξη «καλές» (*κούσαλα*) χαρακτηρίζει όχι αυτές τις καταστάσεις της συνείδησης καθ' εαυτές, αλλά το καλό κάρμα από το οποίο γεννιούνται.

Όπως είχαμε προαναφέρει, αυτό ισχύει και για τις επτά φαύλες επακόλουθες συνειδήσεις.

Το καλό ή το φαύλο κάρμα από το οποίο γεννιούνται είναι, όπως λέει ο Βούδδας, το παλιό κάρμα (*πουράνακάρμα*). Γι' αυτό λέει:

**«Και τι είναι το παλιό κάρμα;**

**Το μάτι  είναι το παλιό κάρμα που πρέπει να κατανοηθεί ότι παράγεται από συνθήκες (*abhisankhataṃ*), διαμορφώνεται από την βούληση, (*abhisācetaṃ*) και μπορεί να βιωθεί (*vedanīyaṃ*).**

**«Το αυτί  είναι το παλιό κάρμα ...**

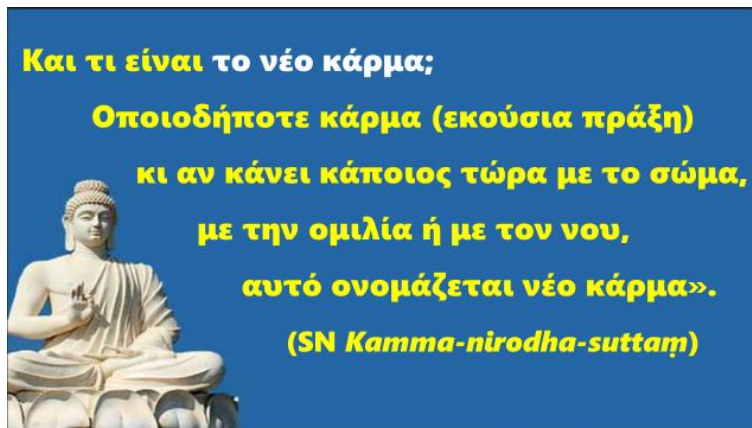
**η μύτη  ...**

**η γλώσσα  ...**

**το σώμα  ...**

**ο νους (*mano*)  είναι το παλιό κάρμα,**

**που πρέπει να κατανοηθεί ότι παράγεται από συνθήκες (*abhisankhataṃ*), διαμορφώνεται από την βούληση (*abhisācetaṃ*), και μπορεί να βιωθεί (*vedanīyaṃ*). Αυτό ονομάζεται παλιό κάρμα».**



Έτσι, εμείς είμαστε που δημιουργήσαμε το παλιό κάρμα και εμείς που δρέπουμε τα αποτελέσματά του. Για το πώς συμβαίνει αυτό, ο Βούδδας δίνει μια παρομοίωση με έναν ζωγράφο:

«Ας υποθέσουμε ότι ένας ζωγράφος που χρησιμοποιεί βαφές και χρώματα, δημιουργεί την εικόνα ενός άνδρα ή μιας γυναίκας πλήρως σε όλα τα χαρακτηριστικά τους.

Κατά τον ίδιο τρόπο επίσης, όταν κάποιος δημιουργεί κάτι με τις πράξεις του, είναι το υλικό σώμα που δημιουργεί, είναι το αίσθημα που δημιουργεί, είναι την αντίληψη που δημιουργεί, είναι τις νοητικές λειτουργίες που δημιουργεί, είναι την συνείδηση που δημιουργεί».



Τώρα, όπως ένας επιδέξιος ζωγράφος μπορεί να δημιουργήσει μια εικόνα που είναι όμορφη και καλά διαμορφωμένη, έτσι επίσης και ένας επιδέξιος άνθρωπος με έναν καθαρό και ηθικό νου μπορεί να δημιουργήσει ένα όμορφο σώμα, με ευχάριστα αισθήματα, συναισθήματα, αντιλήψεις, κλπ.

Από την άλλη πλευρά, όπως ένας αδέξιος ζωγράφος μπορεί να δημιουργήσει μια εικόνα που είναι άσχημη, παραμορφωμένη και δυσάρεστη, έτσι επίσης και ένας αδέξιος και ανήθικος άνθρωπος με συγχισμένο νου μπορεί να δημιουργήσει ένα άσχημο, παραμορφωμένο και δυσάρεστο σώμα, με δυσάρεστα αισθήματα, συναισθήματα, αντιλήψεις, ιδέες και συνείδηση.

Έτσι, ο Βούδδας επισημαίνει:

**«Οι πράξεις  
κάνουν τον  
κόσμο να  
κινείται, οι  
πράξεις κάνουν  
αυτή τη γενιά να  
περιστρέφεται.**



**«Τα όντα  
δεσμεύονται από  
τις πράξεις τους,  
όπως οι τροχοί  
ενός άρματος  
δεσμεύονται από  
τον άξονα».**



**«Με τον εαυτό του κάποιος κάνει το κακό,  
Από τον εαυτό του μολύνεται.  
Με τον εαυτό του δεν κάνει το κακό,  
Από τον εαυτό του εξαγνίζεται».**  
*(Dhammapada 165)*



Όλα αυτά σχετίζονται με τις εκούσιες πράξεις που συμβαίνουν στις παρορμητικές συνειδήσεις στον συνειδητό νου και επέρχονται τα επακόλουθα.

Υπάρχουν τώρα κι άλλες 3 άρριζες λειτουργικές συνειδήσεις που θα τις αναφέρουμε περιληπτικά.

### 3 Άρριζες Λειτουργικές Συνειδήσεις (*ahetuka kiriya cittāni*)

#### 1 Αναφορική συνείδηση στα πέντε αισθητήρια όργανα (*pañca-dvār'āvajjana-citta*).

Αυτή η συνείδηση δεν βλέπει, δεν ακούει, δεν μυρίζει, δεν γεύεται, ή δεν αγγίζει το αντικείμενο. Απλώς στρέφεται προς το αντικείμενο, επιτρέποντας έτσι στην αισθητήρια συνείδηση να εγερθεί σε άμεση διαδοχή.

#### 2 Αναφορική συνείδηση στο όργανο του νου (*mano-dvār'āvajjana-citta*):

Αυτή η συνείδηση μπορεί να εγερθεί είτε σε μια νοητική διαδικασία που συμβαίνει στα πέντε αισθητήρια όργανα, είτε σε μια διαδικασία που συμβαίνει στο όργανο του νου.

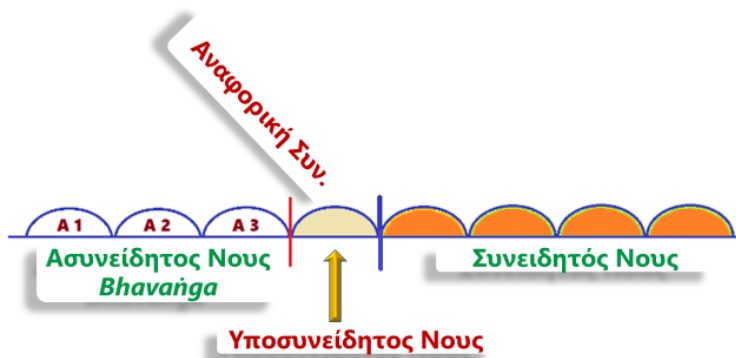
Σε κάθε περίπτωση εκτελεί διαφορετική λειτουργία.

Όταν συμβαίνει σε μια διαδικασία των πέντε αισθητηρίων οργάνων, ονομάζεται «καθοριστική συνείδηση» (*βοττάπανα-σίττα*). Στην διαδικασία των πέντε αισθητηρίων οργάνων, η καθοριστική συνείδηση διαδέχεται την «ερευνητική συνείδηση». Αφού η ερευνητική συνείδηση εξετάσει το αντικείμενο, η καθοριστική συνείδηση το κρίνει.



Η αναφορική και η καθοριστική συνείδηση είναι λειτουργικές, ενώ οι άλλες τρεις είναι επακόλουθες.

Όταν συμβαίνει σε μια διαδικασία στο όργανο του νου, δηλ. στην γνωστική διαδικασία που συμβαίνει με την εσωτερική νοερή ικανότητα, το ίδιο είδος «αναφορικής συνείδησης» εκτελεί άλλη λειτουργία. Η λειτουργία της είναι να αναφερθεί στο αντικείμενο που εμφανίζεται στο όργανο του νου. Σε έναν τέτοιο ρόλο αυτή η αναφορική συνείδηση είναι γνωστή ως «αναφορική συνείδηση στο όργανο του νου».



### 3 Συνείδηση που παράγει μειδίαμα (*hasit'uppāda-citta*):

Αυτή είναι μια συνείδηση ιδιαίτερη στους *Άραχαντς*, συμπεριλαμβανομένων των Βουδδών και των *Πατσέκα Βουδδών*, οι οποίοι είναι επίσης *Άραχαντς*.

Η λειτουργία της είναι να προκαλέσει μειδίαμα για τα φαινόμενα της ηδονικής σφαίρας. Όταν ένας Βούδδας ή ένας Αρχάτ βλέπουν ένα αντικείμενο της ηδονικής σφαίρας που είναι κατά κάποιο τρόπο αστείο ή χιουμοριστικό, μειδιούν. Η συνείδηση που το προκαλεί αυτό στα μάγουλα είναι λειτουργική.

Σύμφωνα με το Αμπιντάμμα, οι Άραχαντς μπορούν να μειδιάσουν με μία από τις πέντε συνειδήσεις: τις τέσσερις έξοχες (*σόμεπανα*) λειτουργικές συνειδήσεις της ηδονικής σφαίρας, και την άρριζη συνείδηση που παράγει μειδίαμα όπως αναφέρθηκε εδώ.

Συνολικά έχουμε 18 άρριζες συνειδήσεις όπως προαναφέραμε:



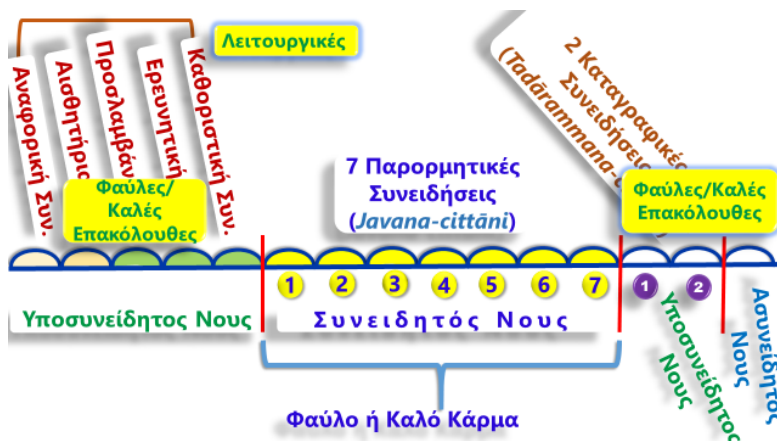
**Κάρμα (1)**

Καλησπέρα σας και καλώς ορίσατε σε αυτό το μάθημα. Σήμερα θα μιλήσουμε για τον ψυχολογικό παράγοντα της πρόθεσης ή της παρόρμησης και το πόσο ρόλο παίζει στις πράξεις μας.



Οι 7 παρορμητικές συνειδήσεις στον συνειδητό νου, είναι αυτές που δημιουργούν το κάρμα. Εδώ στον συνειδητό νου με αυτές τις παρορμητικές συνειδήσεις κάνουμε τις πράξεις μας και δημιουργούμε κάρμα. Εδώ εγείρεται η συνειδητή μας πρόθεση για να αποφασίσουμε τί είδους πράξη θα κάνουμε, φαύλη ή καλή.

Στην συνέχεια ακολουθούν δύο καταγραφικές συνειδήσεις που καταγράφουν την εμπειρία μιας πράξης, έτσι ώστε να μπορούμε να την ανακαλέσουμε ξανά. Μετά επέρχεται ο ασυνείδητος νους ο οποίος συνεχίζεται για όσο διάστημα δεν υπάρχει κάποιο ερέθισμα από τα πέντε αισθητήρια όργανα ή από το όργανο του νου. Όταν υπάρξει ερέθισμα, ο ασυνείδητος νους διακόπτεται ξανά και εμφανίζεται ο υποσυνείδητος νους με την αναφορική συνείδηση κλπ., κι αυτός ο κύκλος συνεχίζεται διαρκώς.





Σήμερα θα επικεντρωθούμε περισσότερο στον συνειδητό νου και θα μιλήσουμε για το κάρμα, δηλ. τις πράξεις που κάνουμε συνειδητά από πρόθεση.

Εάν για παράδειγμα, η πρώτη από τις παρορμητικές συνειδήσεις είναι φαύλη, τότε εμφανίζονται μαζί της τουλάχιστον 17 νοητικοί παράγοντες, εκ των οποίων 7 είναι καθολικοί, 6 είναι περιστασιακοί, και 4 είναι φαύλοι καθολικοί. Οι τέσσερις τελευταίοι είναι η αυταπάτη, η αδιαντροπία, ο μη ηθικός φόβος, και η ανησυχία.



Π.χ. όταν κάποιος κλέβει, δεν έχει ντροπή και ηθικό φόβο, ούτε την ορθή γνώση ότι αυτό είναι κάτι κακό. Κι αφού κάνει την πράξη έχει και την ανησυχία μήπως τον πιάσουνε.

Οι 7 καθολικοί και οι 6 περιστασιακοί νοητικοί παράγοντες είναι ηθικά ουδέτεροι. Όταν όμως συνδιαστούν με τους φαύλους καθολικούς παράγοντες όπως στο παράδειγμά μας, γίνονται κι αυτοί φαύλοι.

Οι ίδιοι αυτοί 17 νοητικοί παράγοντες συμβαίνουν και στις υπόλοιπες παρορμητικές συνειδήσεις όπως και στην πρώτη, με την διαφορά ότι η έντασή τους αυξάνεται. Η διαφορά δηλ. δεν έγκειται στον αριθμό των νοητικών παραγόντων αλλά στην έντασή τους.

Για να κάνει κάποιος μια πράξη πρέπει οι παρορμητικές συνειδήσεις να «πάρουν φόρα» και να ενταθούν μέχρι να ξαναπέσουν, όπως κάνει ένας δρομέας.

#### Παρορμητικές Συνειδήσεις



η ταχύτητα (ένταση) των νοητικών παραγόντων

Έχουμε και την περίπτωση όπου η πρώτη από τις παρορμητικές συνειδήσεις να είναι φαύλη, αλλά να εμφανίζονται μαζί της το μέγιστο 19 νοητικοί παράγοντες, εκ των οποίων 7 είναι καθολικοί, 6 είναι περιστασιακοί, και 4 είναι φαύλοι καθολικοί. Από τους τελευταίους, οι 4 είναι όπως και προηγουμένως συν την απληστία και την αλαζονεία.



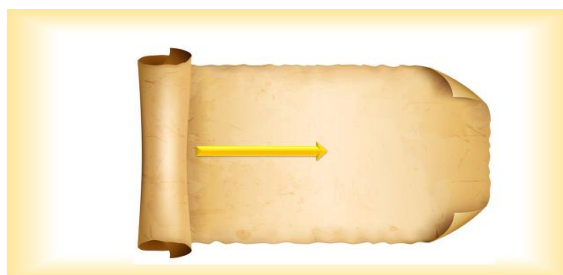
Και εδώ πάλι αυτοί οι νοητικοί παράγοντες εμφανίζονται από το 1 έως το 7 σαν αυξανόμενη ένταση ξανά και ξανά, μέχρι να συνειδητοποιήσει κάποιος αυτές τις παρορμητικές συνειδήσεις και να πάρει απόφαση για να κάνει μια πράξη.

Π.χ. ένας άνθρωπος όπως ένας δρομέας, αρχίζει με συνείδηση ριζωμένη στην απληστία. Στην πορεία αυτή η παρόρμηση της απληστίας εντείνεται μέχρι να φτάσει στο αποκορύφωμα, και στην συνέχεια κατευνάζει. Αυτή η διαδικασία μπορεί να επαναληφθεί ξανά και ξανά μέσα μας διότι η απληστία έχει βαθμούς έντασης.



Έτσι η απληστία έρχεται μέσα μας σε βαθμίδες. Αυξάνεται, αυξάνεται, αυξάνεται, κορυφώνεται, και κατευνάζει. Και πάλι από την αρχή μέχρι να πάρουμε απόφαση και να εκτελέσουμε την πράξη που συνοδεύεται από την απληστία όπως π.χ. την κλοπή. Η σκέψη έρχεται μέσα μας αρχικά σε μικρό βαθμό και μετά αυξάνεται σταδιακά, μέχρι που μας ωθεί να πάμε να πάρουμε το αντικείμενο.

Όταν κάνουμε ξανά και ξανά μια τέτοια πράξη όπως με απληστία, ο νους μας συνηθίζει σιγά σιγά και αποκτά μια μόνιμη κλίση προς τέτοιες πράξεις. Ένας άνθρωπος που τέτοιες πράξεις του έχουν γίνει συνήθεια και τις κάνει τελείως αυτόματα, μοιάζει με ένα χαρτί, που όταν το τυλίξουμε επανειλημμένα προς την ίδια κατεύθυνση, αποκτά την τάση να παραμένει τυλιγμένο ακόμα και όταν προσπαθούμε να το ισιώσουμε και να το επαναφέρουμε στην αρχική του κατάσταση.



Κάτι ανάλογο γίνεται και με τις καλές συνειδήσεις.

Εάν για παράδειγμα, η πρώτη από τις παρορμητικές συνειδήσεις είναι καλή, τότε εμφανίζονται μαζί της τουλάχιστον 32 νοητικοί παράγοντες, εκ των οποίων 7 είναι καθολικοί, 6 είναι περιστασιακοί, και 19 είναι καλοί καθολικοί. Οι δεκαεννέα τελευταίοι κυμαίνονται από την πίστη στην καλοσύνη, την ηθική ντροπή, τον ηθικό φόβο, την μη απληστία, το μη μίσος, έως και την ευθύτητα του νου. Και όταν εγείρεται ένας από αυτούς, εγείρονται μαζί του και όλοι οι υπόλοιποι, δηλ. όλοι οι 19 μαζί.



Για να κάνει δηλ. κάποιος μια καλή πράξη, χρειάζεται την υποστήριξη πολλών περισσότερων νοητικών παραγόντων απ' ότι για μια φαύλη πράξη. Αυτό σημαίνει ότι είναι πολύ εύκολο να κάνει κάποιος μια φαύλη πράξη απ' ότι να κάνει μια καλή πράξη.

Οι νοητικοί παράγοντες κατά την διάρκεια των παρορμητικών συνειδησεων δεν αλλάζουν, αλλά αλλάζει ο βαθμός έντασής τους.



Για να κάνει κάποιος μια καλή πράξη πρέπει αυτές οι παρορμητικές συνειδησεις να εγερθούν ξανά και ξανά μέσα στον νου του, μέχρι να «πάρει φόρα» και να εκτελέσει την πράξη. Έτσι οι άνθρωποι μπορούν να κάνουν αλτρουϊστικές πράξεις που δεν εμπεριέχουν την απληστία μέσα τους.

Στην συνέχεια έχουμε και την περίπτωση όπου η πρώτη από τις παρορμητικές συνειδησεις να είναι καλή, αλλά να εμφανίζονται μαζί της το μέγιστο 35 νοητικοί παράγοντες, εκ των οποίων 7 είναι καθολικοί, 6 είναι περιστασιακοί, και 22 είναι καλοί καθολικοί. Από τους τελευταίους, οι δεκαεννέα είναι όπως και προηγουμένως, συν την σοφία, τον ορθό λόγο, και την συμπαθητική χαρά.

Σοφία εδώ σημαίνει μη αυταπάτη, άρα έχουμε τις τρεις καλές ρίζες που είναι η μη απληστία, το μη μίσος και η μη αυταπάτη.



Στην συνέχεια, ξανά οι ίδιοι νοητικοί παράγοντες από το 1 έως το 7 της έντασης επαναλαμβάνονται ξανά και ξανά μέχρι να γίνει η πράξη.

Εδώ παραθέτουμε έναν πίνακα σύγκρισης.



Βλέπουμε ότι για να κάνουμε καλό κάρμα, χρειαζόμαστε περισσότερους και πιο δυναμικούς νοητικούς παράγοντες, και σε ποσότητα και σε ποιότητα.

Μιλάμε για τις συνειδήσεις· όμως αυτές οι συνειδήσεις εμφανίζονται καθημερινά στην ζωή μας μέσα από τον τρόπο που ενεργούμε με το σώμα, την ομιλία, και την σκέψη. Η δράση μας αυτή ονομάζεται κάρμα.

**Κάρμα (karma) ή Κάμμα (kamma) είναι ινδική λέξη και σημαίνει «πράξη», «δράση», «έργο».**

**Προέρχεται από τη ρηματική ρίζα kara που σημαίνει**

**«κάνω, πράττω, ενεργώ, δρω», κ.λπ.**

Στα Ελληνικά έχουμε και τις λέξεις: «κάμνω, κάμει, έκαμα, καμμένος, κάμωμα, καμώματα» κλπ., που πιθανόν να είναι ινδοευρωπαϊκής γλωσσικής προέλευσης από την ινδική λέξη «Κάμμα» ή «Κάρμα» και έχουν την έννοια της «καμωμένης πράξης».

Η λέξη κάρμα στην διδασκαλία του Βούδδα αναφέρεται αποκλειστικά στην εκούσια πράξη ή δράση που προέρχεται από την συνειδητή βούληση ή πρόθεση κάποιου.

Ουσιαστικά, το κάρμα υποδηλώνει τις καλές και τις φαύλες προθέσεις μας (*κούσαλα-, ακούσαλα-τσέτανα*). Αυτές οι προθέσεις εκδηλώνονται ως καλές ή φαύλες πράξεις με το σώμα μας, την ομιλία μας και τον νου μας.

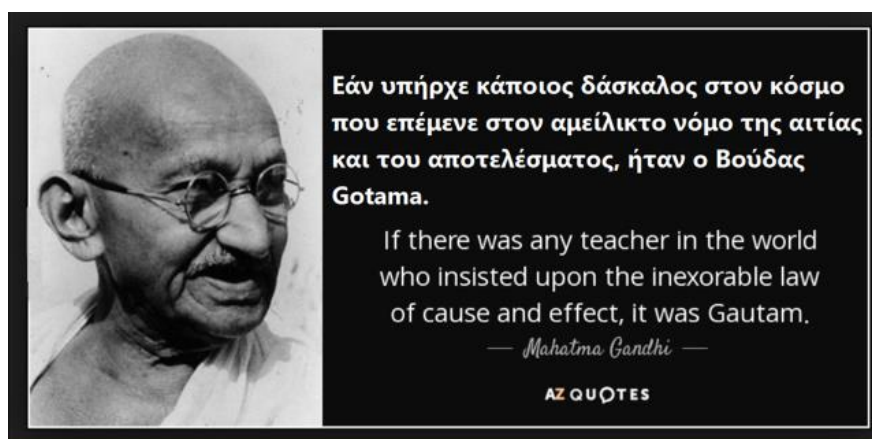
Με την σειρά τους, οι πράξεις μας επιφέρουν αποτελέσματα που λέγονται «*Κάρμα-βιπάκα*», δηλαδή: το αποτέλεσμα, η συνέπεια, το επακόλουθο, ο καρπός, η ωρίμανση των πράξεων.

Στην απλοϊκή και εκλαϊκευμένη έννοια της όμως, η λέξη κάρμα χρησιμοποιείται τόσο για τις πράξεις όσο και για τα επακόλουθα ή τα αποτελέσματα, κάτι το οποίο δεν είναι ακριβές.

Αυτά καθ' εαυτά, το κάρμα (η πράξη) και τα αποτελέσματά του (*κάρμα-βιπάκα*), ακολουθούν τον φυσικό νόμο της αιτίας και του αποτελέσματος, τον φυσικό νόμο της δράσης και της αντίδρασης.

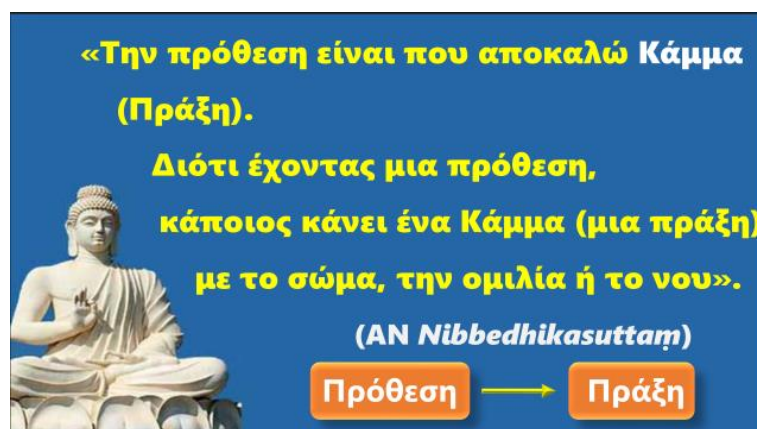
Και δεν υπάρχει κανένας δάσκαλος στον κόσμο που να έχει διδάξει αυτόν τον νόμο με τόση λεπτομέρεια και σαφήνεια όπως ο Βούδδας.

Όπως είπε και ο Μαχάτμα Γκάντι:



Από τεχνική άποψη, το κάρμα δηλώνει την καλή ή την φαύλη βούληση/πρόθεση (*τσέτανα*): την πρόθεση η οποία είναι ο υπεύθυνος παράγοντας για την πράξη. Είναι ένας ψυχολογικός παράγοντας ο οποίος παίζει μεγάλο ρόλο για να ενεργήσουμε και να πράξουμε.

Βασικά, είναι η πρόθεση που καθορίζει τις πράξεις μας ως καλές και επιδέξιες ή ως φαύλες και αδέξιες. Η πρόθεση είναι που δίνει την ηθική αξία σε μια πράξη. Γι' αυτό λέει ο Βούδδας:





Η πρόθεση είναι ένας ψυχολογικός νοητικός παράγοντας ο οποίος παίζει μεγάλο ρόλο στην καθημερινή μας ζωή. Παρ' όλα αυτά η πρόθεση καθ' εαυτή δεν έχει κάποια ηθική αξία από μόνη της, παρά μόνον εάν συνδιαστεί με άλλους καλούς ή φαύλους νοητικούς παράγοντες οπότε παίρνει μια δυναμικότητα μέσα της και μια ηθική απόχρωση.

Η πρόθεση εμφανίζεται ανά πάσα στιγμή όταν ένα αντικείμενο προσκρούει σε κάποιο από τα αισθητήρια όργανα, όταν δηλ. ακούμε, βλέπουμε, κλπ. Εκτελείται τότε μια νοητική ή γνωστική διαδικασία όπως ακολούθως:



Οι 7 καθολικοί νοητικοί παράγοντες συμβαίνουν με κάθε συνείδηση. Δεν υπάρχει περίπτωση η συνείδηση να συμβεί μόνη της χωρίς να συνοδεύεται από αυτούς τους επτά καθολικούς νοητικούς παράγοντες, από τους οποίους η πρόθεση είναι ο τέταρτος.

#### 4. Πρόθεση/Βούληση (*cetanā*)

Η λέξη *τσέτανα* (που προέρχεται από την ίδια ρίζα με την τσίττα που σημαίνει συνείδηση), είναι ο νοητικός παράγοντας που ασχολείται με την πραγματοποίηση και επίτευξη ενός σκοπού που επιλέχθηκε και αποφασίστηκε συνειδητά· δηλ. την θεληματική, ηθελημένη εκούσια όψη της γνωστικής λειτουργίας.

Έτσι λέγεται βούληση ή πρόθεση.

Όταν έχουμε ένα σκοπό, τότε εγείρεται η πρόθεση ώστε να ικανοποιήσουμε αυτόν τον σκοπό.



Θέλουμε για παράδειγμα να αποκτήσουμε ένα αντικείμενο. Η πρόθεση παίζει ρόλο για τον τρόπο με τον οποίον θα το αποκτήσουμε. Θα το κλέψουμε ή θα το αγοράσουμε; Εάν η πρόθεση συνδιαστεί με κάποιον φαύλο νοητικό παράγοντα, τότε θα γεννηθεί μέσα μας η σκέψη: «γιατί να το πληρώσω αφού μπορώ να το κλέψω;» και έτσι να το αποκτήσουμε ανέντιμα. Εάν όμως η πρόθεση συνδιαστεί με κάποια καλή συνείδηση, τότε μπορούμε να το αποκτήσουμε με τίμιο τρόπο.

Ο σκοπός δηλαδή είναι ένας: να αποκτήσουμε το αντικείμενο. Η πρόθεση όμως συνδιαζόμενη με καλούς ή φαύλους νοητικούς παράγοντες, κρίνει με ποιόν τρόπο θα πετύχουμε τον σκοπό μας. Με φαύλο τρόπο ή με καλό τρόπο; Εκεί κρίνεται η ηθική αξία μιας πράξης.

Γίνεται ένας συνδιασμός νοητικών παραγόντων είτε με φαύλη συνείδηση ριζωμένη στην απληστία για παράδειγμα, είτε με καλή συνείδηση ριζωμένη στην μη απληστία.

<p><b>Φαύλη Συνείδηση Ριζωμένη στην Απληστία</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Με αίσθημα ευαρέσκειας,</li><li>➤ διατηρώντας την λανθασμένη νόηση ότι δεν υπάρχει κακό στην κλοπή</li><li>➤ κάποιος αυθόρμητα κλέβει λεφτά από την τσάντα ενός άλλου.</li></ul>	<p><b>Κλοπή</b></p> 
<p><b>Καλή Συνείδηση Ριζωμένη στην Μη Απληστία</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Με αίσθημα ευαρέσκειας και</li><li>➤ έχοντας γνώση και ορθή νόηση ότι αυτή είναι μία καλή πράξη,</li><li>➤ κάποιος κάνει μία γενναιοδωρη πράξη αυθόρμητα.</li></ul>	<p><b>Γενναιοδωρία</b></p> 



## 4. Πρόθεση/Βούληση (*cetanā*)

Τα ερμηνευτικά Σχόλια της Πάλι εξηγούν ότι η βούληση (*τσέτανα*) οργανώνει τους σχετιζόμενους νοητικούς παράγοντες, ενεργώντας πάνω σε ένα αισθητήριο αντικείμενο.

### 4. Βούληση/Πρόθεση

1. Το χαρακτηριστικό της είναι η κατάσταση της θέλησης.
2. Η λειτουργία της είναι να συσσωρεύει πράξεις (κάρμα).
3. Η εκδήλωσή της είναι ο συντονισμός των νοητικών παραγόντων.
4. Η εγγύτατη αιτία της είναι οι σχετιζόμενοι νοητικοί παράγοντες.

Οι σχετιζόμενοι νοητικοί παράγοντες είτε φαύλοι είτε καλοί, είναι αυτοί που δίνουν στην πρόθεση την ηθική απόχρωση της καλής ή της φαύλης.

### Η ΠΡΟΘΕΣΗ

Όπως ένας πρώτιστος μαθητής απαγγέλει το δικό του μάθημα και διεγείρει επίσης τους άλλους μαθητές να απαγγέλουν τα δικά τους μαθήματα (είτε φαύλα είτε καλά), κατά τον ίδιο τρόπο, όταν η πρόθεση αρχίζει να λειτουργεί πάνω στο αισθητήριο αντικείμενό της, διεγείρει τους σχετιζόμενους νοητικούς παράγοντες να κάνουν κι αυτοί τις δικές τους λειτουργίες.

Η πρόθεση είναι ο σημαντικότερος νοητικός παράγοντας για την δημιουργία εκούσιων πράξεων (κάρμα), λόγω του ότι είναι αυτή η ίδια η πρόθεση που καθορίζει την ηθική ποιότητα μιας πράξης.

Όλες οι πράξεις εκ προθέσεως, εκτός από εκείνες ενός Βούδδα ή ενός Άξιου (*Άραχαντ*), αποτελούν το κάρμα. Οι Βούδδες και οι Άραχαντ δεν συσσωρεύουν κάρμα, επειδή έχουν εξαλείψει την άγνοια (αυταπάτη) και την επιθυμία (απληστία), που είναι οι ρίζες του κάρμα.

Ωστόσο, ακόμα και οι Βούδδες και οι Άραχαντ είναι βέβαιο ότι θα βιώσουν την ωρίμανση του παρελθόντος τους κάρμα, για όσο διάστημα παραμένει η ψυχοσωματική τους προσωπικότητα, δηλαδή μέχρι να αποβιώσουν.

Ο νόμος του κάρμα (κάμμα-νιγιάμα) είναι αυτοσυντηρούμενος στην λειτουργία του, καθιστώντας βέβαιο ότι οι πράξεις εκ προθέσεως παράγουν τα αποτελέσματά τους σύμφωνα με την ηθική τους ιδιότητα, όπως ακριβώς οι σπόροι σίγουρα δίνουν καρπούς σύμφωνα με το είδος τους.

Αυτοσυντηρούμενος σημαίνει ότι δεν χρειάζεται κάποιος δημιουργός πίσω από τα σύννεφα που ορίζει τις πράξεις μας. Εμείς κάνουμε τις πράξεις μας κι εμείς δρέπουμε τα αποτελέσματά τους.

Για παράδειγμα, ο σπόρος μιας μηλιάς δεν μπορεί να δώσει σαν καρπό πορτοκάλια αλλά μόνο μήλα. Κι ο σπόρος ενός ζαχαροκάλαμου θα δώσει γλυκιά γεύση και όχι πικρή.

Βλέπουμε εδώ τον κύκλο ζωής μιας μηλιάς.



Εάν ο σπόρος βρει τις κατάλληλες συνθήκες θα δώσει βλαστό· ο βλαστός εάν βρει τις κατάλληλες συνθήκες θα γίνει δέντρο· το δέντρο εάν βρει κατάλληλες συνθήκες θα δώσει άνθη· τα άνθη εάν βρουν κατάλληλες συνθήκες θα δώσουν καρπό· και ο καρπός εάν δεν σαπίσει θα δώσει εκ νέου σπόρους, και ο κύκλος συνεχίζεται για όσο διάστημα υπάρχουν οι κατάλληλες συνθήκες.

Ο καρπός είναι το αποτέλεσμα ενώ ο σπόρος είναι η αιτία. Χωρίς αιτία δεν υπάρχει αποτέλεσμα. Αυτός ο νόμος ισχύει σε όλη την φύση και είναι πανταχού παρών· όχι μόνο στα οργανικά φαινόμενα αλλά και στα ανόργανα.



Βλέπουμε ότι το παρών αποτέλεσμα από την παρελθούσα αιτία, γίνεται αιτία για το μελλοντικό αποτέλεσμα.

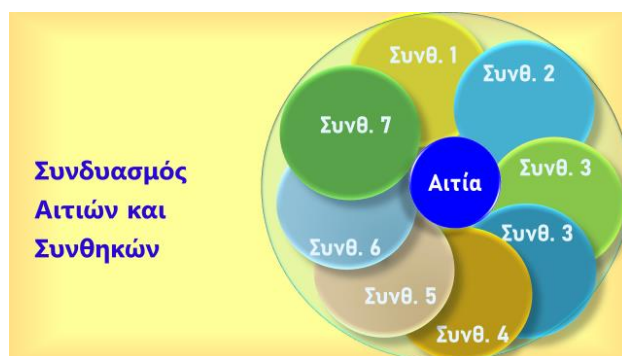
Εδώ ανήκει και ο νόμος της κληρονομικότητας στα φυτά και στα ζώα, μέσω των κυττάρων, των γονιδίων, και της κωδικοποιημένης γενετικής πληροφορίας εντός του DNA.



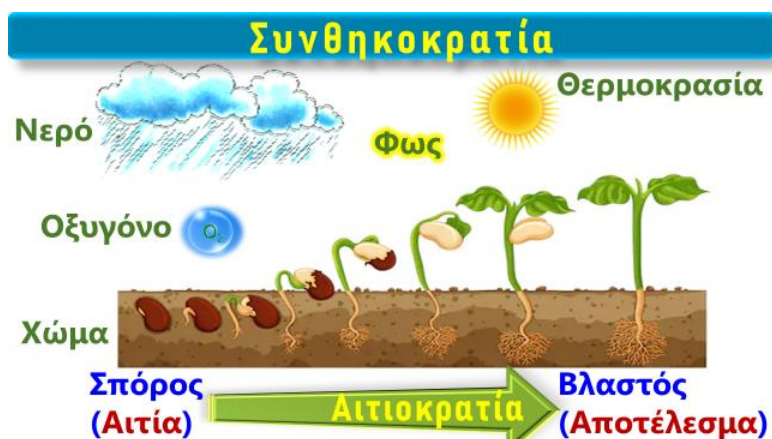
Εδώ η πρόθεση είναι ο σπόρος, η πράξη είναι το φυτό ή το δέντρο, και το αποτέλεσμα είναι ο καρπός. Και τί κάνει το αποτέλεσμα; παράγει ξανά σπόρο δηλ. πρόθεση, με την οποία ξανακάνουμε πράξεις και ξαναδρέπουμε τα αποτελέσματα, και αυτό συνεχίζεται ξανά και ξανά, δημιουργώντας έναν φαύλο ή έναν ενάρετο κύκλο.

Τα άμεσα παράγωγα του κάρμα είναι οι επακόλουθες (βιπάκα) καταστάσεις της συνείδησης και των νοητικών παραγόντων που εγείρονται όταν το κάρμα βρίσκει τις κατάλληλες συνθήκες για να καρποφορήσει.

Εάν δεν υπάρχουν οι κατάλληλες συνθήκες γύρω από την αιτία, η αιτία από μόνη της είναι ένα τίποτα. Έτσι η αιτία πρέπει να συνδιάζεται πάντα από τις ανάλογες συνθήκες ώστε να δώσει καρπό.



Ένας σπόρος για παράδειγμα είναι η αιτία για να δώσει τον βλαστό που είναι το αποτέλεσμα· εδώ έχουμε την αιτιοκρατία.



Χρειάζονται όμως και οι ανάλογες συνθήκες διότι η αιτιοκρατία από μόνη της δεν μπορεί να επικρατήσει. Πρέπει να υπάρχουν οι κατάλληλες συνθήκες που να περιβάλλουν τον σπόρο ώστε αυτός να βλαστήσει, δηλ. χώμα, νερό, οξυγόνο, θερμοκρασία, φως. Μία συνθήκη να λείπει π.χ. το χώμα ή το νερό κλπ., ο σπόρος δεν μπορεί να βλαστήσει. Όταν δηλ. δεν υπάρχει συνθηκοκρατία, δεν μπορεί να υπάρξει και αιτιοκρατία.

Κάτι ανάλογο γίνεται και με το κάρμα. Για να δώσει μία πράξη καρπό πρέπει να υπάρχουν ορισμένες συνθήκες. Ο σπόρος δηλ. η αιτία υπάρχει, αλλά πρέπει να υπάρχουν και οι ανάλογες συνθήκες για να ευδοκιμήσει. Για παράδειγμα, μερικοί άνθρωποι κάνουν τώρα μια φαύλη πράξη αλλά το αποτέλεσμα μπορεί να μην έρθει αμέσως, διότι οι συνθήκες δεν είναι κατάλληλες, αλλά να έρθει μετά από βδομάδες ή μήνες. Τότε ξαφνιάζονται διότι δεν μπορούν να θυμηθούν τί κακό έκαναν για να τους αξίζει αυτό το αποτέλεσμα, και ρίχνουν το φταιξιμο στην μοίρα ή στο πεπρωμένο.

Επειδή λοιπόν υπάρχει αυτή η πολυπλοκότητα της αιτιοκρατίας και της συνθηκοκρατίας που μπερδεύει τα πράγματα, εμείς για να τα ξεμπερδέψουμε, θα διαιρέσουμε το κάρμα σε δεκαέξη είδη και αυτά σε τέσσερις τετράδες.

Όπως είπαμε η ανάλυση αυτή δεν έχει γίνει από κανέναν άλλο εκτός από τον Βούδδα, και όπως είπε κι ο Μαχάτμα Γκάντι: «Δεν υπάρχει άλλος Δάσκαλος στον κόσμο που να έχει εξηγήσει τόσο λεπτομερώς τον νόμο της αιτίας και του αποτελέσματος».

Θα δούμε ότι το κάρμα δεν είναι απλό αλλά ένα πολύπλοκο θέμα. Υπάρχει όμως τρόπος να το καταλάβουμε, και γι' αυτό κάνουμε αυτήν την ταξινόμηση ώστε να εξηγήσουμε τί είναι το κάθε κάρμα, πώς συμβαίνει, πώς εμφανίζεται, ποιές είναι οι συνθήκες που το υποστηρίζουν, κλπ.



Θα δούμε παρακάτω τί περιλαμβάνει η κάθε τετράδα του κάρμα.



## 2η Τετράδα του Κάρμα

Σύμφωνα με τη σειρά της ωρίμανσής του:

1. Βαρυσήμαντο Κάρμα (*garuka-kamma*)
2. Πλησίον θανάτου Κάρμα (*āsanna- ...*)
3. Εκ συνηθείας Κάρμα (*āciṇṇa- ...*)
4. Αποθηκευμένο Κάρμα (*kata- ...*)

## 3η Τετράδα του Κάρμα

Σύμφωνα με τον χρόνο της ωρίμανσής του:

1. Κάρμα που [το αποτέλεσμα του] βιώνεται στην παρούσα ζωή (*diṭṭhadhamma-vedanīya-kamma*)
2. Κάρμα που [το αποτέλεσμα του] βιώνεται στην επόμενη ζωή (*uparajja-vedanīya-kamma*)
3. Κάρμα που [το αποτέλεσμα του] βιώνεται αλλεπάλληλα/απεριόριστα (*aparāriya-vedanīya-kamma*)
4. Ακυρωμένο Κάρμα (*ahosi-kamma*)

## 4η Τετράδα του Κάρμα

Σύμφωνα με τον τόπο της ωρίμανσής του:

1. Φαύλο (*akusala*) Κάρμα στην ηδονική σφαίρα ύπαρξης.
2. Καλό (*kusala*) Κάρμα στην ηδονική σφαίρα ύπαρξης.
3. Καλό (*kusala*) Κάρμα στην σφαίρα ύπαρξης της λεπτοφυούς ύλης.
4. Καλό (*kusala*) Κάρμα στην άυλη σφαίρα ύπαρξης.



Θα δούμε κατ' αρχάς ότι το κάρμα λειτουργεί σύμφωνα με ορισμένες αιτίες και συνθήκες.

Το κάρμα εκτελεί διάφορες λειτουργίες (*κίτσα*), εκ των οποίων οι εξής τέσσερις αναφέρονται εδώ.

- |                                |                               |
|--------------------------------|-------------------------------|
| <b>1. Παραγωγικό Κάρμα</b>     | <b>(<i>janaka-kamma</i>)</b>  |
| <b>2. Υποστηρικτικό Κάρμα</b>  | <b>(<i>upatthambaka-</i>)</b> |
| <b>3. Παρεμποδιστικό Κάρμα</b> | <b>(<i>uparīḷaka-</i>)</b>    |
| <b>4. Καταστρεπτικό Κάρμα</b>  | <b>(<i>uraghāṭaka-</i>)</b>   |

Έχουμε το παραγωγικό κάρμα που έχει παραγωγική δύναμη μέσα του, το υποστηρικτικό κάρμα που μπορεί να υποστηρίξει άλλο κάρμα, δηλ. μια καλή πράξη μπορεί να υποστηρίξει μια άλλη καλή πράξη, ή μια φαύλη πράξη μπορεί να υποστηρίξει μια άλλη φαύλη, το παρεμποδιστικό κάρμα που μπορεί να εμποδίσει την εμφάνιση κάτι καλού στην ζωή μας ή κάτι κακού, και το καταστρεπτικό κάρμα που μπορεί να καταστρέψει είτε κάτι καλό είτε κάτι κακό.

Υπό διαφορετικές συνθήκες και περιστάσεις, οποιοδήποτε κάρμα μπορεί να εκτελέσει μία ή περισσότερες από αυτές τις λειτουργίες.

Θά αναλύσουμε πρώτα το παραγωγικό κάρμα.

### 1. Παραγωγικό Κάρμα

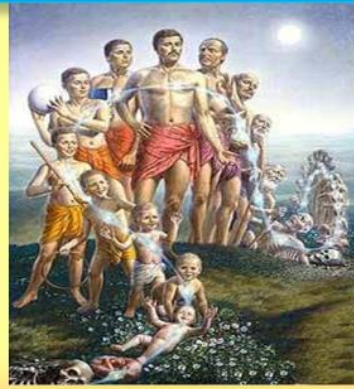
Το παραγωγικό (*τζάνακα*) κάρμα είναι η καλή ή η φαύλη πρόθεση που παράγει επακόλουθες νοητικές καταστάσεις

Παράγει τα αποτελέσματά του με διάφορους τρόπους. Υπάρχουν δύο γενικοί τρόποι με τους οποίους καρποφορεί:

1. Παράγει το είδος της επαναγέννησης, δηλαδή την βασική συνείδηση της επαναγέννησης, και
2. Παράγει διάφορα αποτελέσματα κατά την διάρκεια μιας ύπαρξης.

## 1. Παραγωγικό Κάρμα

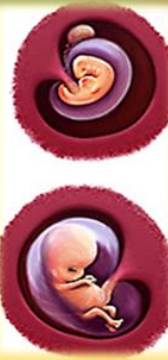
Παράγει επίσης και «υλικότητα που προέρχεται από το **κάρμα**», τόσο την στιγμή της σύλληψης στην επαναγέννηση (*paṭisandhi*), όσο και κατά την διάρκεια της ύπαρξης.



Υλικότητα σημαίνει καινούριο σώμα, κι αυτό είναι το κάρμα που παράγει το καινούριο σώμα. Καθορίζει δηλαδή αν θα γεννηθούμε παραμορφωμένοι, αν θα γεννηθούμε άσχημοι, αν θα γεννηθούμε όμορφοι, αν θα γεννηθούμε σε ανθρώπινη μήτρα ή σε μήτρα ζώου κλπ.

## 1. Παραγωγικό Κάρμα

Την στιγμή της σύλληψης, το παραγωγικό κάρμα δημιουργεί την «**συνείδηση της σύλληψης**» (*paṭi-sandhi-citta*) στην επαναγέννηση.



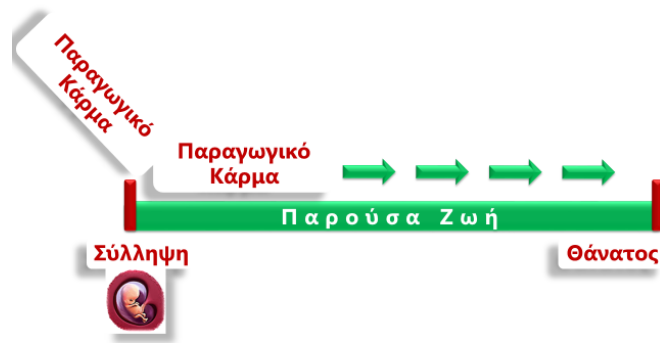
Δεν παράγει δηλ. μόνο ύλη αλλά και συνείδηση όπως αυτή της σύλληψης στην μήτρα στην νέα ζωή.

Δημιουργεί επίσης και τα είδη της «υλικότητας προερχόμενης από το κάρμα», τα οποία συνιστούν το υλικό σώμα του νέου όντος. Την στιγμή της σύλληψης, είναι το παραγωγικό κάρμα που παράγει το υλικό σώμα δηλ. τα κύτταρα που είναι κατάλληλα να διαμορφώσουν την φυσιολογική ή μη φυσιολογική κατάσταση του νέου όντος. Εάν το κάρμα είναι φαύλο μπορεί να γεννηθεί κανείς παραμορφωμένος, εάν είναι καλό μπορεί να γεννηθεί φυσιολογικός.

Κατά την διάρκεια της ύπαρξης παράγει και άλλες επακόλουθες συνειδήσεις.

Παράγει επίσης «την συνέχεια της υλικότητας που προέρχεται από το κάρμα», όπως δηλαδή: τις αισθητήριες ικανότητες στα αισθητήρια όργανα, τον γεννητικό καθορισμό του φύλου, και το όργανο της καρδιάς.







Έτσι, το παραγωγικό κάρμα δεν λειτουργεί μόνο κατά την στιγμή της σύλληψης αλλά συνεχίζει να επηρεάζει όλη την διάρκεια της παρούσας ζωής. Από την γέννηση μέχρι τον θάνατο, το παραγωγικό κάρμα παίζει μεγάλο ρόλο όχι μόνο για το σώμα μας αλλά και για πολλές από τις συνειδήσεις που συμβαίνουν μέσα μας.



Το παραγωγικό κάρμα είναι το επακόλουθο ενός καλού ή φαύλου κάρμα από την προηγούμενη ζωή, το οποίο ο Βούδδας αποκαλεί «παλιό κάρμα» (*πουράνακάμμα*).

Γι' αυτό λέει:

**«Και τι είναι το παλιό κάρμα;**  
**Το μάτι  είναι το παλιό κάρμα**  
**που πρέπει να κατανοηθεί ότι παράγεται**  
**από συνθήκες (*abhisañkhatam*),**  
**διαμορφώνεται από την βούληση,**  
**(*abhisañcetañitam*)**  
**και μπορεί να βιωθεί**  
**(*vedaññyam*).**



«**Το αυτί**  **είναι το παλιό κάρμα ...**  
**η μύτη**  **...**  
**η γλώσσα**  **...**  
**το σώμα**  **...**  
**ο νους (mano)**  **είναι το παλιό κάρμα,**

**που πρέπει να κατανοηθεί**  
**ότι παράγεται από συνθήκες (abhisañ-**  
**khatam), διαμορφώνεται από την**  
**βούληση (abhisañcetayitam), και**  
**μπορεί να βιωθεί (vedanīyam).**  
**Αυτό ονομάζεται παλιό κάρμα».**

Υπήρξαν δηλαδή συνθήκες που προώθησαν και την δημιουργία αυτού του κάρμα και την παραγωγή των αισθητήριων οργάνων.

**Και τι είναι το νέο κάρμα;**  
**Οποιοδήποτε κάρμα (εκούσια πράξη)**  
**κι αν κάνει κάποιος τώρα με το σώμα,**  
**με την ομιλία ή με τον νου,**  
**αυτό ονομάζεται νέο κάρμα».**  
**(SN Kamma-nirodha-suttam)**

Το κάρμα που κάνουμε σε αυτή την ζωή παίζει μεγάλο ρόλο για το μέλλον. Το σώμα και τα αισθητήρια όργανα που αποκτήσαμε, είναι τα αποτελέσματα προηγούμενου κάρμα. Αυτά τα αποτελέσματα (τα μάτια, η μύτη κλπ.) γίνονται στην συνέχεια αιτία για να κάνουμε καινούριο κάρμα στην παρούσα ζωή. Κι αυτό το νέο κάρμα παίζει ξανά ρόλο στο μέλλον ως αιτία που θα δώσει καινούρια αποτελέσματα, που κι αυτά θα παράξουν καινούρια αιτία, και ούτω καθ' εξής.

Έτσι, εμείς είμαστε που δημιουργήσαμε το παλιό κάρμα και εμείς που δρέπουμε τα αποτελέσματά του.

Κι εμείς είμαστε που τώρα δημιουργούμε το νέο κάρμα και εμείς που θα δρέψουμε τα αποτελέσματά του στο μέλλον.



Κατ' αυτόν τον τρόπο υπάρχουμε στην διαχρονική διάσταση της ύπαρξής μας.

Κι όταν λέμε «ύπαρξη», με ποιόν τρόπο υπάρχει η ύπαρξη των όντων;

Ο Βούδδας δίνει την εξής απάντηση:

**«Για τα όντα που είναι παρεμποδισμένα από την άγνοια και δεσμευμένα από την επιθυμία,**

- ⊙ **το κάρμα είναι ο αγρός,**
- ⊙ **η συνείδηση είναι ο σπόρος, και**
- ⊙ **η επιθυμία είναι η υγρασία,**

**για να εγκατασταθεί η συνείδησή τους στην σφαίρα μιας ύπαρξης.**

**Με αυτόν τον τρόπο υπάρχει η παραγωγή της επαναγέννησης στο μέλλον.**

**Με αυτόν τον τρόπο υπάρχει η ύπαρξη».**

**(AN Paṭhama-bhava-suttaṃ)**

Δίνουμε μια παρομοίωση αυτού:

☉ Το κάρμα ως αγρός,  
 ☉ η συνείδηση ως σπόρος,  
 ☉ η επιθυμία ως η υγρασία για την παραγωγή της επαναγέννησης και της ύπαρξης.



Αυτή η παρομοίωση είναι σημαντική για να καταλάβουμε πώς η συνείδηση ως σπόρος, χρειάζεται ορισμένες συνθήκες όπως είναι η πρόθεση και η επιθυμία για να βλαστήσει σε μια καινούρια ύπαρξη.

Στην πολύ πρώτη Ομιλία που είχε δώσει ο Βούδδας αμέσως μετά την Φώτισή του, είχε πει ότι η αιτία της γέννησης και της επαναγέννησής μας και συνεπώς το βίωμα της ταλαιπωρίας και του πόνου στην ζωή μας, είναι η επιθυμία (*τάνχα*).

Έτσι λέει:

«Είναι η επιθυμία (*taḥhā*) που οδηγεί στην επαναγέννηση, συνοδευόμενη από απόλαυση (*nandī*) και πάθος (*rāga*), αναζητώντας απόλαυση (*abhinandinī*) εδώ και εκεί.



Επιθυμία

Δηλαδή,

- η επιθυμία για ηδονές,
- η επιθυμία για ύπαρξη, και
- η επιθυμία για μη ύπαρξη».



Επιθυμία

Αυτό το είχε επαναλάβει και σε πολλές άλλες μετέπειτα Ομιλίες του για την **επιθυμία** που οδηγεί στην επαναγέννηση.



Ωστόσο, στην προαναφερθείσα παρομοίωση έδωσε περισσότερες λεπτομέρειες για το πώς λειτουργεί η **επιθυμία** ως **υγρασία**,

δηλ. ως **συγκολλητική ουσία** μεταξύ του **κάρμα** και της **συνείδησης**.



Όπως είναι γνωστό, σε έναν **τελείως ξερό** και **άνυδρο αγρό** ο **σπόρος** δεν **ευδοκιμεί**.



Έτσι, για να δράσουν το **κάρμα** και η **συνείδηση**, χρειάζεται η «**υγρασία**» της **επιθυμίας**. Δηλαδή, το **κάρμα** που σε αυτή την περίπτωση είναι η **πρόθεση**, είναι ένας **ψυχολογικός παράγοντας**, που χρειάζεται έναν άλλον **ψυχολογικό παράγοντα** όπως την **επιθυμία** για να **ευδοκιμήσει**. Τις **πράξεις** τις **κάνουμε** όταν **συνδιάζεται** η **επιθυμία** με την **πρόθεση**.

Μόνο ένα **κάρμα** που έχει **επιτύχει** την **κατάσταση** της **πλήρους δράσης** και **δυναμικότητας** μπορεί να **εκτελέσει** την **λειτουργία** της **σύλληψης** κατά την **επαναγέννηση**. Και η **επιθυμία** **υποβοηθάει** το **κάρμα** δηλ. την **εκούσια πράξη** να **δώσει** **επαναγέννηση**.

Στο επόμενο παράδειγμα, οι αγελάδες αντιπροσωπεύουν διάφορα είδη κάρμα.



Την στιγμή του θανάτου, ένα συγκεκριμένο υπερισχύον Κάρμα (Πράξη) μπορεί να έρθει στο προσκήνιο του νου, και να κατευθύνει το ρεύμα της συνείδησης στην νέα ύπαρξη, σε μια νέα επαναγέννηση. Όταν την ώρα του θανάτου ανοίγει η πόρτα για το πέρασμα στην επόμενη ζωή, η πρώτη αγελάδα, δηλ. το πρώτο κάρμα που θα βγει είναι αυτό που βρίσκεται πιο κοντά στην πόρτα. Όμως όταν κάποιο κάρμα είναι πολύ δυναμικό μπορεί να «εκτοπίσει» κάποιο άλλο κάρμα και να περάσει αυτό πρώτο στην επαναγέννηση.

Το κάρμα δηλαδή που είναι το πιο παραγωγικό χρειάζεται και την ανάλογη δυναμικότητα για να βγει πρώτο στην επόμενη ζωή.

Επειδή όμως όλα τα καλά και φαύλα κάρμα χωρίς εξαίρεση, μπορούν να παράγουν αποτελέσματα κατά την διάρκεια της ύπαρξης, μπορεί την μία μέρα ένα είδος κάρμα να είναι μπροστά στην πόρτα της μάντρας έτοιμο να βγει, και την άλλη μέρα αυτό να αλλάξει και ένα άλλο κάρμα να πάρει την θέση του.

## **Κάρμα (2)**

Καλησπέρα σας. Σήμερα θα μιλήσουμε ξανά για τον ψυχολογικό παράγοντα της πρόθεσης ή της εκούσιας πράξης (κάρμα).



Όλα τα είδη κάρμα που προαναφέραμε, μπορούν να συγκριθούν με διασταυρούμενα ρεύματα, διότι άλλες φορές έχουμε υποστηρικτικό, άλλες φορές παρεμποδιστικό· το άλλο είναι καταστρεπτικό, το άλλο φέρνει αυτά τα αποτελέσματα, το άλλο φέρνει άλλα αποτελέσματα, και εμείς επιπλέουμε μέσα σ' αυτά τα ρεύματα που μπορούμε να τα πούμε διασταυρούμενα ρεύματα των πράξεών μας.

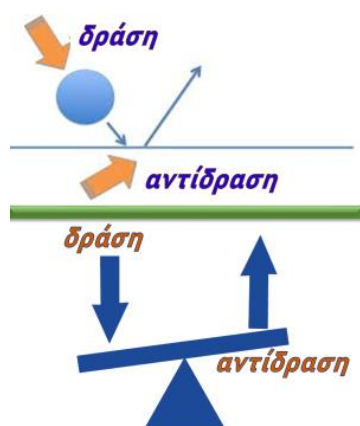
Κάθε μέρα κάνουμε πράξεις ή ενέργειες. Κάθε μέρα δημιουργούμε πεδία ενέργειας με τις πράξεις που κάνουμε· πηγαίνοντας από δω και από εκεί, επιθυμώντας το ένα ή το άλλο, έχοντας αυτές ή τις άλλες ορέξεις και παρορμήσεις.



Αυτά τα ρεύματα τα κατηγοροποιούμε στις προαναφερθείσες τέσσερις τετράδες και τα αναλύουμε. Αυτή η ανάλυση έχει γίνει κατόπιν συστηματικής παρατήρησης και βρίσκεται εντός της δικιάς μας εμπειρίας χωρίς να είναι κάτι μεταφυσικό. Με τις εξηγήσεις που θα δώσουμε, θα καταλάβετε ότι αυτά είναι πράγματα που τα ζούμε καθημερινά.

Παρ' όλο που δεν τα έχουμε αναλύσει μέχρι τώρα, θα προσπαθήσουμε να δώσουμε μια εικόνα για το πώς διαιρούνται αυτά τα ρεύματα ή τα πεδία ενέργειας των πράξεών μας.

Πρέπει όμως να συνειδητοποιήσουμε πρώτα, ότι το κάρμα είναι ένας ηθικός νόμος, που όπως οι άλλοι φυσικοί νόμοι, δεν απαιτούν κανέναν νομοθέτη.



Είναι ένας νόμος της δράσης και της αντίδρασης που λειτουργεί φυσικά, σύμφωνα με τις πράξεις και τις ενέργειές μας.

**Λειτουργεί στο δικό του πεδίο ενέργειας χωρίς την παρέμβαση ενός εξωτερικού, ανεξάρτητου, κυριαρχικού πράκτορα ή διαμεσολαβητή.**



Δεν υπάρχει ένας νομοθέτης πάνω στον ουρανό ή πίσω από ένα σύννεφο που αποφασίζει ποιός θα είναι ευτυχισμένος και ποιός δυστυχισμένος. Δεν υπάρχει δηλαδή μια προσωπικότητα έξω από εμάς ή κάποια υπερφυσική δύναμη που είναι θεϊκή ή δαιμονική, και που καθορίζει εάν θα είμαστε ευτυχισμένοι ή δυστυχισμένοι. Απλά, ανάλογα με τις ενέργειες που κάνουμε, δρέπουμε τα ανάλογα αποτελέσματα.



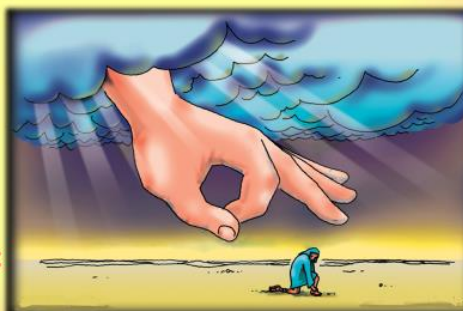
Ουσιαστικά, το κάρμα υποδηλώνει την συνειδητή βούλησή μας, τις καλές και φαύλες προθέσεις μας (*κούσαλα-, ακούσαλα-τσέτανα*). Αυτές οι προθέσεις ή βουλήσεις εκδηλώνονται ως καλές ή φαύλες πράξεις που εκτελούνται με το σώμα μας, την ομιλία μας, και τον νου μας.

Με την σειρά τους, οι πράξεις μας επιφέρουν αποτελέσματα που λέγονται «Κάρμα-βιπάκα», που σημαίνει: το αποτέλεσμα, η συνέπεια, το επακόλουθο, ο καρπός, η ωρίμανση των πράξεων.

**Τα καλά και τα κακά αποτελέσματα που προκύπτουν από το Κάρμα**

**(Πράξεις) μας**

**δεν είναι ανταμοιβές ή τιμωρίες από κάποια εξωτερική δύναμη:**



**θεό, άγγελο,**



**διάβολο, δαίμονα, Σατανά, Χάροντα,**



**τα Ζώδια, την μοίρα, κλπ.**



**Το Κάρμα (η Πράξη) Διαφοροποιεί τα Όντα ως Κατώτερα και Ανώτερα**

Οι πράξεις παράγουν τα αποτελέσματά τους φυσιολογικά, μέσω του νόμου της αιτίας και του αποτελέσματος που λειτουργεί στον ηθικό χώρο.

Σύμφωνα με τα αποτελέσματα του Κάρμα (Πράξεων), ο Βούδδας εξηγεί πώς το Κάρμα (η Πράξη) είναι η αιτία της διαφοράς ανάμεσα στην καλή ή κακή τύχη των ανθρώπων, και η αιτία της ανισότητας και των ατομικών διαφορών μεταξύ των ανθρώπων.

(α) Γιατί άλλοι άνθρωποι έχουν σύντομη ζωή, ή πεθαίνουν πρόωρα, και άλλοι έχουν μακροβιότητα;

(β) Γιατί άλλοι είναι ασθενικοί, ενώ άλλοι είναι πολύ υγιείς;

(γ) Γιατί άλλοι είναι άσχημοι ενώ άλλοι όμορφοι;

(δ) Γιατί άλλοι είναι πλούσιοι, ενώ άλλοι φτωχοί;

(ε) Γιατί άλλοι δεν έχουν επιρροή, ενώ άλλοι έχουν επιρροή;

(ζ) Γιατί άλλοι είναι έξυπνοι ενώ άλλοι είναι ελαφρόμυαλοι, κουτοί, χαζοί και ηλίθιοι;

(α) Μερικοί άνθρωποι έχουν σύντομη ζωή, ή πεθαίνουν πρόωρα, επειδή στο παρελθόν είχαν καταστρέψει τη ζωή άλλων όντων.

Το καρμικό αποτέλεσμα του φόνου ζωντανών όντων φέρνει μια σύντομη ζωή.

Αντιθέτως, άλλοι είναι μακρόβιοι, ζουν για πολύ καιρό, επειδή ήταν ευγενικοί και συμπονετικοί, και είχαν σεβασμό για την ζωή των ζωντανών όντων.

Μάλιστα μπορεί και να βοήθησαν άλλους για την συνέχιση και την παράταση της ζωής τους.

(β) Μερικοί είναι **ασθενικοί**, και δεν έχουν καλή υγεία, επειδή είχαν τραυματίσει και βλάψει άλλα όντα.

Ενώ κάποιιοι άλλοι είναι πολύ **υγιείς** επειδή δεν έχουν τραυματίσει και βλάψει άλλα όντα. Μπορεί μάλιστα και να βοήθησαν άλλους για την απόκτηση της υγείας τους.

(γ) Εκείνοι που ήταν συχνά θυμωμένοι και σκληροί γίνονται **άσχημοι**.

Ενώ αυτοί που ήταν υπομονετικοί, φιλικοί, και μπορούσαν να εγκρατήσουν το θυμό τους γίνονται **όμορφοι**.

(δ) Μερικοί είναι **πλούσιοι** επειδή ήταν γενναιόδωροι στο παρελθόν,

ενώ άλλοι είναι **φτωχοί** επειδή ήταν φίλαυτοι και τσιγκούνηδες.

(ε) Μερικοί **δεν έχουν επιρροή**, είναι αδύναμοι και ανίσχυροι, χωρίς αναγνωρισμένη αξία για την θέση που κατέχουν, επειδή έχουν **ζηλέψει** την καλή τύχη και τις επιτυχίες των άλλων.

Αντιθέτως, άλλοι **έχουν επιρροή**, έχουν αναγνωρισμένη αξία για την θέση που κατέχουν, επειδή έχουν **χαρεί** για την καλή τύχη και τις επιτυχίες των άλλων.

(ζ) Άλλοι είναι **έξυπνοι, σοφοί** επειδή στο παρελθόν ήταν στοχαστικοί, φιλομαθείς και μελετηροί, διότι έψαχναν, έκαναν ερωτήσεις για να μάθουν, και διερευνούσαν θέματα γνώσης.

Αντιθέτως, άλλοι είναι **ελαφρόμυαλοι, κουτοί, χαζοί και ηλίθιοι**, επειδή ήταν τεμπέληδες και αμελείς, και διότι δεν σπούδαζαν, δεν σκέφτονταν και δεν διερευνούσαν θέματα γνώσης.

Γι' αυτό και ο Βούδας λέει:

«Τα όντα είναι

- ιδιοκτήτες των πράξεών (Κάρμα) τους,
- κληρονόμοι των πράξεών τους,
- γεννιούνται από τις πράξεις τους,
- σχετίζονται με τις πράξεις τους,
- έχουν τις πράξεις τους για καταφύγιό τους.



«Ό,ποια πράξη (Κάρμα) και αν κάνουν — καλή ή φαύλη — αυτήν θα έχουν σαν κληρονομιά.



«Είναι η πράξη (το Κάρμα) που διαφοροποιεί τα όντα ως κατώτερα και ανώτερα».

(MN 135, *Cūḷakamma-vibhaṅga-suttaṃ*)

Σε αυτή την περίπτωση, εάν παρακολουθήσουμε τις πράξεις μας θα δούμε ότι η ευτυχία ή η δυστυχία που έχουμε στην ζωή είναι κάτι που εμείς το παράγουμε και έτσι θα καταλάβουμε γιατί υπάρχει αυτή η ανισότητα στον κόσμο.



Το κάρμα εκτελεί διάφορες λειτουργίες (*κίτσα*), εκ των οποίων οι εξής τέσσερεις αναφέρονται εδώ.

1. Παραγωγικό Κάρμα (*janaka-kamma*)
2. Υποστηρικτικό Κάρμα (*upatthambaka-*)
3. Παρεμποδιστικό Κάρμα (*uparīḷaka-*)
4. Καταστρεπτικό Κάρμα (*uraghātaka-*)

Στο προηγούμενο μάθημα είχαμε εξηγήσει το Παραγωγικό κάρμα, και σήμερα θα συνεχίσουμε με τα υπόλοιπα είδη.

## 2. Υποστηρικτικό Κάρμα



Το Υποστηρικτικό (*ούπαττάμπακα*) κάρμα είναι το κάρμα που δεν έχει την ευκαιρία να παράξει το δικό του αποτέλεσμα, αλλά το οποίο, όταν κάποιο άλλο κάρμα ασκεί μια παραγωγική (*τζάνακα*) λειτουργία, το υποστηρίζει με δύο τρόπους:

α) Είτε επιτρέποντάς του να παράγει τα ευχάριστα ή τα επώδυνα αποτελέσματά του για ένα μεγάλο χρονικό διάστημα χωρίς παρεμπόδιση,

β) Είτε ενισχύοντας την συνέχεια των πέντε συναθροισμάτων της ύπαρξης που παράγονται από άλλο κάρμα (π.χ. από το παραγωγικό).



Μπορούμε να πούμε ότι το παραγωγικό κάρμα είναι το κεντρικό, και το υποστηρικτικό κάρμα είναι το περιφερειακό που υποστηρίζει το πρώτο.

Για παράδειγμα, όταν μέσω της παραγωγικής (*τζάνακα*) λειτουργίας του καλού κάρμα κάποιος επαναγεννιέται ως άνθρωπος, το υποστηρικτικό κάρμα μπορεί να συμβάλλει στην παράταση της ζωής του και να εξασφαλίσει ότι αυτός/ή είναι υγιής και καλά εφοδιασμένος με τις ανάγκες της ζωής.

Ωστόσο, όταν ένα φαύλο κάρμα έχει ασκήσει την παραγωγική του (*τζάνακα*) λειτουργία προκαλώντας μια οδυνηρή ασθένεια, ένα άλλο φαύλο υποστηρικτικό κάρμα μπορεί να το υποστηρίξει παρεμποδίζοντας την αποτελεσματική λειτουργία των φαρμάκων, παρατείνοντας έτσι την ασθένεια. Είναι αυτό που λέμε «από το κακό στο χειρότερο»!

Έτσι ένα υποστηρικτικό κάρμα μπορεί να υποστηρίξει ένα καλό κάρμα, να έχουμε δηλαδή μια καλή τύχη και να μας συμβεί κάτι ακόμα καλύτερο. Και αντίθετα, μπορεί να μας συμβεί κάτι κακό και να επακολουθήσει κάτι χειρότερο.

Όταν ένα ον έχει επαναγεννηθεί ως ζώο μέσω της παραγωγικής δύναμης ενός φαύλου κάρμα, το υποστηρικτικό κάρμα μπορεί να διευκολύνει την ωρίμανση ενός πιο φαύλου κάρμα που παράγει οδυνηρά αποτελέσματα.

Αυτό μπορεί επίσης να οδηγήσει στην παράταση της διάρκειας της ζωής, έτσι ώστε η συνέχεια των φαύλων επακόλουθων να διαρκέσει επί μακρόν. Για παράδειγμα, ένα ον τραυματίζεται, και αντί να πεθάνει αμέσως η ζωή του παρατείνεται, ταλαιπωρείται, ταλαιπωρείται, και μετά πεθαίνει.

Στην συνέχεια έχουμε μια άλλη λειτουργία του κάρμα που λέγεται παρεμποδιστικό κάρμα.

### 3. Παρεμποδιστικό Κάρμα



Είναι το αντίθετο του υποστηρικτικού. Το παρεμποδιστικό (*ουπαπίλακα*) κάρμα είναι το κάρμα που δεν μπορεί να παράξει το δικό του αποτέλεσμα.

Ωστόσο, παρεμποδίζει και αποθαρρύνει κάποιο άλλο κάρμα, αποκρούοντας την αποτελεσματικότητά του ή μειώνοντας την διάρκεια των ευχάριστων ή οδυνηρών του αποτελεσμάτων.

Παρ' όλο που ένα παραγωγικό (*τζάνακα*) κάρμα μπορεί να είναι ισχυρό όταν συσσωρεύεται, ένα παρεμποδιστικό κάρμα που του αντιτίθεται άμεσα, μπορεί να το αποκρούσει έτσι ώστε να το εξασθενίσει όταν το πρώτο παράγει τα αποτελέσματά του.



Το παρεμποδιστικό κάρμα εμποδίζει ή καθυστερεί το παραγωγικό κάρμα να δώσει τον καρπό του.

Για παράδειγμα, ένα καλό κάρμα μπορεί να τείνει να παράγει την επαναγέννηση σε ένα ανώτερο επίπεδο ύπαρξης.



### 3. Παρεμποδιστικό Κάρμα

Ωστόσο μπορεί να απόφραχθεί από ένα παρεμποδιστικό κάρμα έτσι ώστε να δημιουργήσει επαναγέννηση σε ένα κατώτερο επίπεδο.



### 3. Παρεμποδιστικό Κάρμα

Ένα κάρμα που τείνει να παράγει επαναγέννηση σε οικογένειες υψηλής κοινωνικής τάξης

μπορεί να προκαλέσει επαναγέννηση σε οικογένειες χαμηλής κοινωνικής τάξης.



### 3. Παρεμποδιστικό Κάρμα

Ένα κάρμα που τείνει στην **μακροζωία** μπορεί να τείνει προς την **βραχυζωία**.



### 3. Παρεμποδιστικό Κάρμα

Αντιθέτως, ένα κάρμα που τείνει στην **βραχυζωία** μπορεί να τείνει προς την **μακροζωία**.





### 3. Παρεμποδιστικό Κάρμα



Σε αυτή την περίπτωση έχουμε ανθρώπους που ζουν πάνω από 120 χρόνια.

Στην συνέχεια τώρα,

Ένα κάρμα που τείνει να παράγει ομορφιά, μπορεί να παρεμποδιστεί και να παράξει μια απλή εμφάνιση, κλπ.

Αντιθέτως, ένα φαύλο κάρμα που τείνει να παράγει επαναγέννηση στις μεγάλες κολάσεις, μπορεί να αποκρουσθεί από ένα παρεμποδιστικό καλό κάρμα και να παράξει επαναγέννηση στις μικρές κολάσεις ή στον κόσμο των φαντασμάτων.

Κατά την διάρκεια της ύπαρξης μπορεί να υπάρχουν πολλές περιπτώσεις της λειτουργίας του παρεμποδιστικού κάρμα.

Για παράδειγμα, στον ανθρώπινο κόσμο ένα τέτοιο κάρμα θα παρεμποδίσει την συνέχεια των πέντε συναθροισμάτων που παράγονται από το παραγωγικό κάρμα. Συγχρόνως, μπορεί να διευκολύνει την ωρίμανση ενός κάρμα που φέρνει ταλαιπωρία και προκαλεί αποτυχίες σε σχέση με την περιουσία και τον πλούτο ή την οικογένεια και του φίλους κλπ.

Αντιθέτως, μπορεί να αποκρούσει ένα κάρμα που παράγει επαναγέννηση στους κατώτερους κόσμους, συμβάλλοντας έτσι σε περιστάσεις ευκολίας και ευτυχίας.

Το υποστηρικτικό κάρμα και το παρεμποδιστικό κάρμα δουλεύουν και από τις δύο πλευρές. Το υποστηρικτικό κάρμα υποστηρίζει και το καλό παραγωγικό και το φαύλο παραγωγικό. Το παρεμποδιστικό κάρμα παρεμποδίζει και το καλό παραγωγικό και το φαύλο παραγωγικό.

Θα μιλήσουμε τώρα για το καταστρεπτικό κάρμα.

#### 4. Καταστρεπτικό Κάρμα

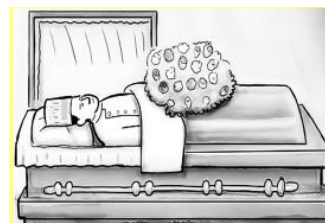


Το καταστρεπτικό (*ουπαγκάτακα*) κάρμα, είναι ένα καλό ή φαύλο κάρμα που παραμερίζει κάποιο άλλο αδύναμο κάρμα, εμποδίζοντας την ωρίμανσή του και παράγοντας το δικό του αποτέλεσμα.

Για παράδειγμα, κάποιος που γεννήθηκε ως άνθρωπος μπορεί, μέσω του παραγωγικού του κάρμα, να είχε αρχικά προοριστεί για μακρά διάρκεια ζωής. Ωστόσο, μπορεί να εμφανιστεί ένα καταστροφικό κάρμα και να του προκαλέσει πρόωρο θάνατο.



Άλλη περίπτωση είναι ότι κατά την στιγμή του θανάτου μπορεί να εμφανισθεί αρχικά το σημάδι ενός κακού προορισμού, από την δύναμη ενός φαύλου κάρμα, που αναγγέλλει μια κακή επαναγέννηση.



Αλλά μετά μπορεί να εμφανισθεί ένα καλό κάρμα και να εκδιώξει το φαύλο κάρμα, να προκαλέσει το σημάδι ενός καλού προορισμού, και να παράξει την επαναγέννηση σε έναν ουράνιο θεϊκό κόσμο.

Από την άλλη πλευρά, ένα φαύλο κάρμα μπορεί να εμφανισθεί ξαφνικά, έτσι ώστε να αποκόψει το παραγωγικό δυναμικό ενός καλού κάρμα, και να δημιουργήσει την επαναγέννηση στον κόσμο του ξεπεσμού.

Σε αυτή την περίπτωση έχουμε ανθρώπους που ενώ προσδοκούν πολλά από την ζωή τους και έχουν τόσες φιλοδοξίες και τα οργανώνουν όλα πολύ όμορφα, ξαφνικά τα χάνουν όλα ακόμα και την ζωή τους.

Πολλοί άνθρωποι μπορεί να το αποδώσουν αυτό στην τύχη. Επειδή όμως υπάρχει αιτία και αποτέλεσμα, μόνο κάποιος που έχει την μυωπία να βλέπει μόνο αυτή την ζωή μπορεί να αποδώσει τέτοια γεγονότα στην τύχη. Εάν μπορεί όμως να δει ότι αυτή η ζωή είναι η συνέχεια από προηγούμενες ζωές και το τί είχε κάνει κάποιος στις προηγούμενες ζωές, τότε μπορεί να δει την συνοχή αυτών των πραγμάτων και ότι δεν συμβαίνουν τυχαία.

Σύμφωνα με τον Βουδδιστή φιλόσοφο Ledi Sayadaw, το καταστροφικό κάρμα μπορεί επίσης να είναι υπεύθυνο για την διακοπή της αποτελεσματικότητας κάποιου αισθητηρίου οργάνου – του ματιού, του αυτιού, κλπ. – προκαλώντας τύφλωση ή κώφωση, κλπ., και μπορεί επίσης να προκαλέσει σεξουαλική μετάλλαξη.

Εν ολίγοις, το καταστρεπτικό κάρμα δεν αποκόβει μόνο την ζωή αλλά μπορεί να αποκόψει και τις αισθητήριες ικανότητες που έχουμε.

**ΤΕΣΣΕΡΙΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΕΣ  
ΕΝΟΣ ΚΑΡΜΑ**

Ο Ledi Sayadaw δίνει επίσης το παράδειγμα του εκ προθέσεως φόνου, για να απεικονίσει πώς ένα κάρμα μπορεί να ασκήσει και τις τέσσερις προαναφερθείσες λειτουργίες μαζί.

Όταν κάποιος έχει φονεύσει έναν άλλον, όσο καιρό η πρόθεση του φόνου δεν έχει την ευκαιρία να ωριμάσει, αυτή ασκεί οποιαδήποτε λειτουργία μεταξύ των άλλων τριών λειτουργιών:

**α) μπορεί να υποστηρίξει την ωρίμανση ενός άλλου φαύλου κάρμα—υποστηρικτικό κάρμα—**

Έχει σκοτώσει κάποιος ένα άλλον, και αυτό το κύριο κάρμα του φόνου δεν έρχεται σαν επακόλουθο όλο μαζί, αλλά σε μικρές ποσότητες. Αυτή η φαύλη πράξη του φόνου μπορεί να υποστηρίξει την ωρίμανση ενός άλλου φαύλου κάρμα που είχε διαπράξει στο παρελθόν· ανοίγει δηλ. την πόρτα και σε άλλο φαύλο κάρμα από το παρελθόν.

**β) μπορεί να παρεμποδίσει την ωρίμανση ενός καλού κάρμα—παρεμποδιστικό κάρμα—**

Ενώ αυτός ο άνθρωπος είχε την ευκαιρία να απολαύσει τους καρπούς ενός καλού κάρμα, ο φόνος που διέπραξε κλείνει την πόρτα στο καλό κάρμα.

**ή**  
**γ) μπορεί να διακόψει πλήρως την αποτελεσματικότητα ενός καλού κάρμα—καταστρεπτικό κάρμα.**

Σε αυτή την περίπτωση το καταστρεπτικό κάρμα είτε καταστρέφει μονομιάς το καλό κάρμα, είτε παρατείνεται έτσι ώστε να αποδυναμώσει ή να «σαπίσει» τελείως το καλό κάρμα. Σαν έναν σπόρο που τον παραμελούμε, δεν τον βάζουμε στο χώμα εγκαίρως, και αυτός στο τέλος σαπίζει.

**δ) Όταν η πράξη του φόνου βρεί την ευκαιρία να ωριμάσει, τότε κάθε πρόθεση που εμπλέκεται σε αυτήν την πράξη έχει τη δύναμη να παράγει μια επαναγέννηση στον κόσμο του ξεπεσμού—παραγωγικό κάρμα.**

Το κάρμα ενός φόνου δηλ. μπορεί να παράξει συγχρόνως και τις τέσσερις λειτουργίες. Αυτό γίνεται σε μικρές δόσεις, λίγο λίγο, και η μεγάλη δόση έρχεται την στιγμή του θανάτου όταν αυτός επαναγεννιέται στον κόσμο του ξεπεσμού.

Στην συνέχεια, αυτή η πρόθεση δεν έχει περισσότερη δύναμη για να δημιουργήσει σύλληψη στην επαναγέννηση.

Ωστόσο, ένα τέτοιο κάρμα μπορεί να συνεχίσει να ασκεί τις άλλες τρεις λειτουργίες, καθώς και την λειτουργία της παραγωγής αποτελεσμάτων κατά την διάρκεια της ύπαρξης του φονιά, ακόμα και για εκατό χιλιάδες αιώνες ή και περισσότερο στο μέλλον. Εδώ δεν είναι απλώς παραγωγικό κάρμα αλλά υποστηρίζει και άλλα φαύλα κάρμα ή παρεμποδίζει καλά κάρμα, και σε μικρές δόσεις.

Κατ' αυτόν τον τρόπο, αυτά τα διασταυρούμενα ρεύματα ή πεδία ενέργειας, μπορεί να τα ζούμε κάθε μέρα. Κι εμείς είμαστε που τα δημιουργούμε, εμείς είμαστε που δρέπουμε και τα αποτελέσματά τους. Πρέπει λοιπόν να τα κατανοήσουμε ώστε να μπορέσουμε να τα ξεπεράσουμε. Διότι χωρίς ανάλυση και χωρίς γνώση του προβλήματος, είναι δυνατόν να λύσει κάποιος το πρόβλημα; Αδύνατον!

Έτσι αυτή η μελέτη αποσκοπεί στο να καταλάβουμε ποιά είναι αυτά τα ρεύματα, ποιά είναι αυτά τα νήματα που εμείς πρέπει να κατανοήσουμε ώστε να τα αποκόψουμε, να τα ξεπεράσουμε και να πάμε πέρα από το ρεύμα του κάρμα.

Εδώ ολοκληρώθηκε η πρώτη τετράδα.

### **Κάρμα (3)**

Καλησπέρα σας. Θα συνεχίσουμε σήμερα με την ανάλυση των δεκαέξι ειδών του κάρμα πίσω από τα οποία βρίσκεται ο ψυχολογικός παράγοντας της πρόθεσης ή βούλησης.



Όσον αφορά την σειρά με την οποία συμβαίνει το επακόλουθο/αποτέλεσμα του κάρμα, υπάρχουν τέσσερα είδη κάρμα:

- 1. Βαρυσήμαντο Κάρμα** (*garuka-kamma*)
- 2. Πλησίον θανάτου Κάρμα** (*āsanna- ...*)
- 3. Εκ συνηθείας Κάρμα** (*āciṇṇa- ...*)
- 4. Αποθηκευμένο Κάρμα** (*kata- ...*)

Αυτή η τετράδα αφορά την σειρά προτεραιότητας μεταξύ των διαφορετικών κάρμα, στην ανάληψη του ρόλου να προξενήσουν την σύλληψη, δηλ. την επαναγέννηση στην επόμενη ζωή.

Σύμφωνα με την ένταση με την οποία έχει γίνει μία πράξη, καθορίζεται και η σύλληψη στην επόμενη ζωή. Όσο πιο δυνατή είναι η ένταση μιας πράξης, τόσο μεγαλύτερη προτεραιότητα έχει για επαναγέννηση.



**Σχετικά με αυτό λέει ο Βούδας :**

**«Τα όντα είναι**

- ιδιοκτήτες του Κάρμα (των πράξεών) τους,**
- κληρονόμοι των πράξεών τους,**
- γεννιούνται από τις πράξεις τους,**  
**(kamma-yonī)».**

**(MN 135, Cūḷakammavibhaṅgasuttaṃ)**

Αυτό που κάνει τα όντα να γεννιούνται είναι οι ενέργειες των πράξεών τους. Είναι οι ενέργειες που κάνουμε καθημερινά και οι οποίες δίνουν αποτελέσματα. Κι οι ενέργειες αυτές, όπως κάθε ενέργεια που έχει την αντίδρασή της, το επακόλουθό της, δηλ. τον νόμο της αιτίας και του αποτελέσματος, έχουν κι αυτές μια δυναμικότητα μέσα τους που δεν χάνεται μετά τον θάνατο αλλά συνεχίζεται στην επόμενη ζωή προξενώντας την γέννηση.

Εμείς τα όντα δηλαδή, δεν γεννιόμαστε υπό την επίδραση κάποιου υπερφυσικού όντος πίσω από τα σύννεφα κάπου στον ουρανό, ή πίσω από κάποιον πλανήτη που κινεί τα νήματα και καθορίζει αν θα πάμε δεξιά ή αριστερά, αλλά από τις δικές μας ενέργειες που καθορίζουν όχι μόνο την καθημερινή μας επαναγέννηση αλλά και αυτή της επόμενης ζωής.

Έτσι εμείς κάθε μέρα «ξαναγεννιόμαστε» από τις ενέργειες των πράξεών μας. Κάθε μέρα «γεννιόμαστε» με την αφύπνιση και κάνουμε διάφορες ενέργειες, και κάθε βράδυ «πεθαίνουμε» όταν πέφτουμε για ύπνο. Όλες αυτές οι ενέργειες που κάνουμε από μέρα σε μέρα, συσσωρεύονται, συσσωρεύονται, και δίνουν αποτελέσματα.

Κάθε μέρα λοιπόν γεννιόμαστε από τις πράξεις μας, κι αυτό δεν σταματάει με τον φυσικό θάνατο, εφ' όσον αυτές οι ενέργειες συνεχίζονται και στην επόμενη ζωή.

Προφανώς να έχετε ακούσει για τον νόμο της συντήρησης της ενέργειας στην φυσική επιστήμη, ότι δηλ. η ενέργεια δεν χάνεται αλλά απλώς μεταμορφώνεται. Κάτι ανάλογο γίνεται με τις ενέργειές μας οι οποίες δεν χάνονται μετά τον θάνατο, αλλά απλώς μεταμορφώνονται σε κάτι άλλο στην επόμενη ζωή.

Θα μιλήσουμε τώρα για το Βαρυσήμαντο Κάρμα.

## 1. Βαρυσήμαντο Κάρμα

Το βαρυσήμαντο κάρμα είναι το κάρμα με τόσο ισχυρό ηθικό βάρος, που δεν μπορεί να αντικατασταθεί από κανένα άλλο κάρμα ως καθοριστικός παράγοντας στην επαναγέννηση, δηλ. στην σύλληψη μιας νέας ζωής.

Σύμφωνα με το παράδειγμα των αγελάδων, το κάρμα που έχει την μεγαλύτερη ισχύ, θα βγεί πρώτο από την πόρτα της μάντρας.



Σε αυτή την περίπτωση, το βαρυσήμαντο κάρμα είναι αυτό που θα παραμερίσει ακόμα και άλλα είδη κάρμα ή ενεργειών που έχουμε κάνει προκειμένου να βγεί έξω για να δώσει την καινούρια ζωή· και όχι μόνο. Εάν είναι τόσο δυνατό, μπορεί και να καταστρέψει ακόμα και την τωρινή μας ζωή, με το να υπερπηδήσει άλλα προηγούμενα και πιο αδύναμα κάρμα, όπως μία ζορική αγελάδα που μπορεί να καταστρέψει τα πάντα μέσα στο μαντρί, ακόμα και την πόρτα της μάντρας για να βγεί πρώτη.

Εδώ έχουμε την παρελθούσα ζωή όπου κάποιος δημιούργησε βαρυσήμαντο κάρμα, το οποίο κατά την στιγμή της σύλληψης στην καινούρια ζωή θα γίνει παραγωγικό κάρμα που θα δώσει την καινούρια ζωή μέχρι τον θάνατο.





Από την πλευρά του καλού κάρμα, τέτοιο βαρυσήμαντο κάρμα είναι η επίτευξη των εκστάσεων (τζάνα).



Είχαμε μιλήσει για τις εκστάσεις που επιτυγχάνονται δια μέσω του διαλογισμού. Αυτές οι εκστάσεις είναι δυνατό επακόλουθο ενός πολύ καλού κάρμα ή πράξεων ή ενεργειών, ώστε κατά την στιγμή της σύλληψης στην καινούρια ζωή, το βαρυσήμαντο καλό κάρμα «βγαίνει» πρώτο, οδηγώντας σε επαναγέννηση σε έναν μακάριο κόσμο.

Αυτό το βλέπουμε στον πίνακα που δείχνει την κατάταξη της συνείδησης σε διάφορα επίπεδα.

Κατάταξη της Συνείδησης σε Επίπεδα & Σφαίρες Ύπαρξης			
31 Επίπεδα Ύπαρξης	Οδός & Καρπός της Αξιότητας	(arahatta)	8 Είδη Υπερκόσμιας Συνείδησης (loluttara)
	Οδός & Καρπός της Μη Επιστροφής	(anāgāmi)	
	Οδός & Καρπός της Απαξ Επιστροφής	(sakadāgāmi)	
	Οδός & Καρπός της Εισόδου	(sotāpatti)	
↓	<b>Καλό Βαρυσήμαντο Κάρμα</b>		
	<b>Άυλο Υλικό Επίπεδο (Arūra-bhūmi)</b> 4 Κόσμοι - Ούτε Αντίληψη ούτε Μη Αντίληψη - Αντίληψη της Μη Αντίληψης - Απειρη Σύλληψη - Απειρο Διάστημα	15 Είδη Συνείδησης της Άυλης Σφαίρας (Arūranacāra-citta)	Καλο-τυχοι Κόσμοι (Sugati)
<b>Λεπτοφυές Υλικό Επίπεδο (Rūra-bhūmi)</b> 16 Κόσμοι	5 Αγνές Διαμονές για Μη Επιστρέφοντες 1 Κόσμος του Υλικού Σώματος μόνο 10 Κόσμοι των Θεών Βράχμα	15 Είδη Συνείδησης της Λεπτοφυούς Υλικής Σφαίρας (Rūranacāra-citta)	Κακό-τυχοι Κόσμοι
<b>Ηδονικό Επίπεδο (Kāma-bhūmi)</b> 11 Κόσμοι	6 Ηδονικοί Ουράνιοι Θεϊκοί Κόσμοι 1 Ανθρώπινος Κόσμος 4 Κόσμοι του Ξεπεσμού Ζώα, Φαντάσματα, Δαίμονες, Κόλαση	54 Είδη Συνείδησης της Ηδονικής Σφαίρας (Kāmanacāra-citta)	

Εδώ το βαρυσήμαντο καλό κάρμα είναι τόσο «πλούσιο» που δεν μπορεί να οδηγήσει πουθενά αλλού, παρά μόνον σε έναν καλότυχο κόσμο.

Εάν στην παρελθούσα ζωή ή ακόμα και στην παρούσα ζωή έχει κάνει κάποιος καλό βαρυσήμαντο κάρμα, την στιγμή της σύλληψης αυτό θα γίνει παραγωγικό κάρμα που θα δώσει την καινούρια ζωή σε έναν καλότυχο κόσμο μέχρι τον θάνατο.



Από την πλευρά του φαύλου κάρμα, τέτοιο βαρυσήμαντο κάρμα είναι:

**1. τα «πέντε κάκιστα/φρικτά εγκλήματα με άμεσο κακό πεπρωμένο» (*ānantariya-kamma*), και**



**2. η έμμονη λανθασμένη νόηση που αρνείται τη βάση για την ηθική διαγωγή (*niyata-micchā-ditṭhi*), προξενώντας σιγουρότατη κακή επαναγέννηση.**

**Τα πέντε κάκιστα /φρικτά εγκλήματα είναι:**

- η πατροκτονία,
- η μητροκτονία,
- η δολοφονία ενός Arahant (Άξιου),
- ο τραυματισμός ενός Βούδα, και
- η κακόβουλη προξένηση ενός σχίσματος στην Κοινότητα των μοναχών (*Saṅgha*).



Το βαρυσήμαντο φαύλο κάρμα από την τέλεση τέτοιων εγκλημάτων, είναι αυτό που θα πάρει την θέση για να βγει πρώτο, είναι αυτό που θα παραμερίσει άλλα πιο αδύναμα φαύλα ή καλά κάρμα για να βγει πρώτο στην πόρτα του θανάτου και να δώσει μια καινούρια ζωή σε κακότυχο κόσμο.

Εάν στην παρελθούσα ζωή ή ακόμα και στην παρούσα ζωή έχει κάνει κάποιος κακό βαρυσήμαντο κάρμα, την στιγμή της σύλληψης αυτό θα γίνει παραγωγικό κάρμα που θα δώσει την καινούρια ζωή σε έναν κακότυχο κόσμο μέχρι τον θάνατο.



Τώρα, η έμμομη λανθασμένη νόηση (νιγιάτα-μίτσα-ντίττι) γίνεται μια ολοκληρωμένη πορεία πράξης, όταν παίρνει την μορφή μιας από τις ηθικά μηδενιστικές φιλοσοφίες, οι οποίες αρνούνται την εγκυρότητα της ηθικής πρακτικής και τις ανταποδοτικές συνέπειες της πράξης.

Τρεις από αυτές τις ηθικά μηδενιστικές φιλοσοφίες είναι οι εξής:

**(1) Η φιλοσοφία της μη αιτιότητας** (*ahetuka-dit̥ṭhi*), η οποία δηλώνει ότι δεν υπάρχει αιτία ή συνθήκη για την μόλυνση και την εξάγνιση, την δυστυχία ή ευτυχία των όντων,



και ότι όλα συμβαίνουν τυχαία, ή από την μοίρα.



Αυτή είναι η μοιρολατρική ή φαταλιστική φιλοσοφία. Υποστηρίζει ότι όλα είναι λεπτομερώς προκαθορισμένα από την τύχη ή την μοίρα. Ότι δεν υπάρχει αιτία που κάποιος βιώνει την ευτυχία ή την δυστυχία, ή για το ότι κάποιος είναι πλούσιος και κάποιος άλλος φτωχός, ή άλλοι είναι κακόμοιροι και άλλοι καλόμοιροι, κλπ.

Η μοιρολατρεία ή ο φαταλισμός ως φιλοσοφική σκέψη, παρουσιάζει το ηθικό μέρος των καλών ή των κακών πράξεων σαν συμβολή απάθειας για την πορεία των γεγονότων.

Επομένως, αυτή η ηθική απάθεια, δηλ.

- η πλήρης απουσία ηθικών φραγμών,
- η έλλειψη κάθε ηθικού ενδιασμού,

κάνει κάποιον επιρρεπή στην διάπραξη φαύλων πράξεων που προξενούν σιγουρότατη κακή επαναγέννηση.



## (2) Η φιλοσοφία της αναποτελεσματικότητας

των πράξεων (*akiriya-dit̥ṭhi*),

η οποία ισχυρίζεται  
ότι οι πράξεις δεν έχουν  
καμία αποτελεσματικό-  
τητα στην παραγωγή  
αποτελεσμάτων (*virāka*)



ακυρώνοντας έτσι τις  
ηθικές διαφοροποιήσεις  
σε καλά ή κακά  
ηθικά αποτελέσματα.



~~ΑΠΟΤΕ-  
ΛΕΣΜΑ~~

Αυτή είναι η φιλοσοφική σκέψη της μη δυναμικότητας των καλών και των κακών πράξεων. Είναι η ολοκληρωτική άρνηση του αποτελέσματος (*βιπάκα*) των καλών και των κακών πράξεων.

Υποστηρίζει π.χ., ότι γι' αυτόν που σκοτώνει, κλέβει, ληστεύει, κλπ., τίποτα κακό δεν θα συμβεί· και ότι για την γενναιοδωρία, την αυτοσυγκράτηση, την αλήθεια κλπ., δεν επέρχεται καμία ανταμοιβή.

## (3) Η φιλοσοφία του μηδενισμού

ή νιχλισμού (*nat̥ṭhika-dit̥ṭhi*),  
που αρνείται την επιβίωση ενός  
ατόμου σε οποιαδήποτε μορφή  
μετά τον θάνατο,  
αναιρώντας έτσι την ηθική αξία  
των πράξεων.



Αυτή είναι η φιλοσοφική κατεύθυνση του ηθικού μηδενισμού. Ο ηθικός μηδενισμός απορρίπτει τις ηθικές αξίες του καλού και του κακού, και ισοδυναμεί με τον αμοραλισμό. Είναι η άρνηση και της αιτίας (*χέτου*) αλλά και του αποτελέσματος (*βιπάκα*) των καλών και των κακών πράξεων (κάρμα).

Υποστηρίζει ότι κάθε είδους πίστη στην καλή πράξη και στην ανταμοιβή της είναι μια απλή ψευδίσια, ότι ο άνθρωπος μετά τον θάνατο διαλύεται στα στοιχεία της φύσης, και ότι δεν θα υπάρξει άλλη ζωή.

Σχετικά με τον μηδενισμό ή με τον νιχιλισμό, μπορεί να έχετε ακουστά έναν διάσημο φιλόσοφο της μοντέρνας εποχής, τον Νίτσε.



Ο Νιχιλισμός σαν φιλοσοφία βέβαια υπήρχε ήδη στην Ινδία (προφανώς να υπήρχε και στην αρχαία Ελλάδα) και αυτό το γνωρίζουμε από αναφορές που υπάρχουν στα Βουδδιστικά κείμενα καθώς και σε άλλου είδους κείμενα. Έτσι μπορούμε να πούμε ότι ο Νίτσε δεν ήταν αντιπρόσωπος μιας νέας φιλοσοφίας, παρά μόνον στον Δυτικό κόσμο όπου έχουμε διαβάσει τις επεξηγήσεις του πάνω σ' αυτή την φιλοσοφία.

Και οι τρεις από τις άνω ηθικά μηδενιστικές φιλοσοφίες συμπεριλαμβάνουν και την φιλοσοφική θεωρία του υλισμού (αγγλ. materialism).

Ο υλισμός αφορά την σχέση μεταξύ του ανθρώπου και του εξωτερικού κόσμου, ή της συνείδησης και της ύλης, και παίρνει θέση υπέρ της πρωταρχικότητας της ύλης, υποβαθμίζοντας μάλιστα και την ηθική αξία των πράξεων.

Αυτές είναι οι τρεις φιλοσοφίες που εάν κάποιος δεν τις μελετάει απλώς αλλά έχει εμμονή με αυτές, και κάνει πράξεις ανάλογες με αυτές (όπως να κλέβει, να σκοτώνει κλπ. χωρίς ηθικούς ενδοιασμούς), τότε θα βιώσει τα καταστρεπτικά τους αποτελέσματα. Πρέπει λοιπόν να είναι κανείς προσεκτικός και να αντιληφθεί ότι η πίστη σ' αυτές τις φιλοσοφίες δεν οδηγεί σε ευνοϊκές γεννήσεις στους καλότυχους κόσμους.

Θα εξηγήσουμε τώρα ότι:



Σε αυτή την περίπτωση, την ώρα του θανάτου τα φαύλα βαρυσήμαντα κάρμα έχουν προτεραιότητα. Τα καλά βαρυσήμαντα έπονται.

Εάν για παράδειγμα, κάποιος είχε αναπτύξει τις εκστάσεις (τζάνα) και αργότερα διέπραττε ένα από τα κάκιστα εγκλήματα, τότε το καλό του κάρμα θα καταστρεφόταν από την κακή του πράξη και θα προξενούσε την επαναγέννηση σε μια κατάσταση κακομοιριάς.



Εάν κάποιος έχει δημιουργήσει στην παρελθούσα ζωή ή ακόμα και στην παρούσα ζωή, φαύλο βαρυσήμαντο ή καταστρεπτικό κάρμα, αυτό μπορεί να προκαλέσει τον πρόωρο θάνατο του ατόμου. Την στιγμή της σύλληψης στην καινούρια ζωή, αυτό το φαύλο βαρυσήμαντο κάρμα γίνεται παραγωγικό κάρμα, και γεννιέται κάποιος σε έναν κακότυχο κόσμο.

Για παράδειγμα, ο φιλόδοξος εξάδελφος του Βούδδα, ο Ντεβαντάττα, είχε επιτύχει τις εκστάσεις και απόκτησε μάλιστα υπερφυσικές δυνάμεις. Τις έχασε όμως όλες και επαναγεννήθηκε στην κόλαση επειδή τραυμάτισε τον Βούδδα και προκάλεσε σχίσμα στην Κοινότητα των μοναχών.



Η φιλοδοξία του ήταν τόσο μεγάλη που ήθελε να πάρει την ηγεσία της Κοινότητας των μοναχών, κι ο λόγος ήταν ότι ενώ ανήκε στην ίδια οικογένεια με τον Βούδδα, δεν ήταν τόσο γνωστός στο ευρύ κοινό όπως ήταν ο Βούδδας και Ζήλευε. Ζήλευε επίσης άλλους μαθητές που ενώ δεν ανήκαν στο ίδιο σόϊ και ήταν μάλιστα Βραχμάνοι προηγουμένως, ο Βούδδας τους είχε δεχθεί σαν κορυφαίους μαθητές, ενώ εκείνον όχι. Θεώρησε λοιπόν ότι παραμελήθηκε, και λόγω αυτού, άρχισε να κάνει ενέργειες όπως αυτές που αναφέραμε. Τελικά έχασε όλη την καλή ενέργεια που είχε αποκτήσει από τις εκστάσεις, το φαύλο βαρυσήμαντο κάρμα από τις πράξεις που έκανε βγήκε μπροστά, και επαναγεννήθηκε σε έναν κακόμοιρο κόσμο.

Από την άλλη πλευρά, αν κάποιος διέπραττε πρώτα ένα από τα κάκιστα εγκλήματα, δεν θα μπορούσε στην συνέχεια να επιτύχει μια έκσταση ή μια εξυψωμένη ή υπερκόσμια επίτευξη, επειδή το κακό του κάρμα θα του προξενούσε μια ανυπέρβλητη παρεμπόδιση.

Σε αυτή την περίπτωση, το φαύλο βαρυσήμαντο κάρμα γίνεται παρεμποδιστικό κάρμα, το οποίο την στιγμή της σύλληψης οδηγεί σε επαναγέννηση σε έναν κακότυχο κόσμο. Μπορεί δηλαδή να μη καταστρέψει την ζωή ενός ατόμου αλλά μπορεί να παρεμποδίσει την μετέπειτα εξέλιξή του, αφαιρώντας από το καλό κάρμα την δυνατότητα μιας επαναγέννησης σε καλότυχο κόσμο.

Άλλο παράδειγμα είναι ο Βασιλιάς Ατζατασάττου ο οποίος είχε όλες τις άλλες προϋποθέσεις για να επιτύχει την υπερκόσμια επίτευξη του εισερχόμενου στο ρεύμα (*σοταπάννα*), ενώ άκουγε τον Βούδδα να δίνει την «Ομιλία Περί του Οφέλους του Ασκητισμού» (*Σαμάννα-πάλα Σούττα*).



Ο ίδιος δολοφονήθηκε αργότερα από τον γιό του Ουντάγια, και μετά τον θάνατό του γεννήθηκε στην κόλαση.

Θα υποφέρει εκεί για 60.000 χρόνια, και αργότερα θα επιτύχει το Νιμπάνα ως Ατομικός (Πατσέκα) Βούδδας.

Το έγκλημα της πατροκτονίας του Ατζατασάπτου συχνά δίδεται και ως παράδειγμα ενός καταστρεπτικού (ουπατσεντάκα) κάρμα, που έχει την δύναμη να καταστρέψει το αποτέλεσμα των αξιότιμων πράξεων.

## 2. Πλησίον Θανάτου Κάρμα

Το πλησίον θανάτου κάρμα είναι ένα ισχυρό κάρμα που είτε το θυμάται κανείς λίγο πριν τον θάνατό του, είτε το κάνει λίγο πριν τον θάνατό του.

### Εάν ένα άτομο με κακό χαρακτήρα

- θυμάται μια καλή πράξη που είχε κάνει, ή
- εκτελεί μια καλή πράξη λίγο πριν πεθάνει,

τότε μπορεί να αποκτήσει μια καλότυχη επαναγέννηση.

### Αντίθετα, εάν ένα καλό άτομο

- θυμάται μια κακή πράξη που είχε κάνει παλαιά ή
- διέπραττε μια κακή πράξη λίγο πριν πεθάνει,

τότε μπορεί να αποκτήσει μια κακότυχη επαναγέννηση.

Για τον λόγο αυτόν στις Βουδδιστικές χώρες συνηθίζουν να υπενθυμίζουν σε κάποιον που πεθαίνει τις καλές του πράξεις.





Συγγενείς και φίλοι υπενθυμίζουν στον ετοιμοθάνατο τις καλές και φιλότιμες πράξεις που έχει κάνει έτσι ώστε αυτές να έχουν προτεραιότητα και να δώσουν καλή επαναγέννηση, παρά να εμφανισθεί τελευταία στιγμή μια φαύλη πράξη η οποία έχει την δυναμικότητα να φέρει μια κακή επαναγέννηση.

Εάν πάλι δεν έχει κάνει καλές πράξεις στην ζωή του, τότε τον παροτρύνουν να διεγείρει καλές σκέψεις κατά τις τελευταίες στιγμές της ζωής του για τους άλλους, έτσι ώστε να μην επαναγεννηθεί σε κάποιο κακότυχο κόσμο.

Πρέπει να επισημανθεί εδώ ότι όταν δεν υπάρχει βαρυσήμαντο κάρμα, αλλά εκτελείται ένα ισχυρό πλησίον θανάτου κάρμα, αυτό το κάρμα θα αναλάβει γενικά τον ρόλο να προξενήσει την επαναγέννηση.

Έτσι, εάν στην παρελθούσα ή ακόμα και στην παρούσα ζωή δεν υπάρχει ένα βαρυσήμαντο κάρμα, τότε το πλησίον θανάτου κάρμα θα γίνει κατά την σύλληψη παραγωγικό κάρμα για την επόμενη ζωή.



Αυτό δεν σημαίνει ότι κάποιος θα ξεφύγει από τα επακόλουθα άλλων καλών και κακών πράξεων που είχε διαπράξει κατά την διάρκεια της ζωής του. Διότι όταν και αυτά τα κάρμα συναντήσουν τις κατάλληλες συνθήκες, θα προξενήσουν τα δέοντα επακόλουθά τους.

Σύμφωνα με το παράδειγμα των αγελάδων, αυτό σημαίνει ότι κάποια στιγμή και οι υπόλοιπες αγελάδες θα βγουν έξω από το манτρί.



### 3. Το Εκ Συνηθείας Κάρμα

Το εκ συνηθείας κάρμα είναι μια πράξη, είτε καλή είτε κακή, που συνηθισμένα ή συστηματικά κάποιος εκτελεί. Στην απουσία ενός βαρυσήμαντου κάρμα και ενός ισχυρού πλησίον θανάτου κάρμα, αυτό το είδος κάρμα αναλαμβάνει γενικά την λειτουργία να προξενήσει την σύλληψη στην επαναγέννηση.



### 4. Αποθηκευμένο Κάρμα

Το αποθηκευμένο κάρμα είναι οποιαδήποτε άλλη πράξη που δεν περιλαμβάνεται στις τρεις προαναφερθείσες κατηγορίες, η οποία όμως είναι αρκετά ισχυρή για να αναλάβει τον ρόλο να προξενήσει την σύλληψη στην επαναγέννηση.



Αυτό το είδος κάρμα γίνεται ενεργό όταν δεν υπάρχει ένα κάρμα των άλλων τριών ειδών για να ασκήσει την λειτουργία του στην επαναγέννηση.



Όσον αφορά τον χρόνο της ωρίμανσης, υπάρχουν τέσσερα είδη κάρμα, δηλαδή:

1. **Κάρμα που [το αποτέλεσμα του] βιώνεται στην παρούσα ζωή**  
(*ditṭhadhamma-vedanīya-kamma*)
2. **Κάρμα που [το αποτέλεσμα του] βιώνεται στην επόμενη ζωή**  
(*uparajja-vedanīya-kamma*)
3. **Κάρμα που [το αποτέλεσμα του] βιώνεται αλληπάλληλα/απεριόριστα**  
(*aparāriya-vedanīya-kamma*)
4. **Ακυρωμένο Κάρμα** (*ahosi-kamma*)

**1.  
Κάρμα  
που [το Αποτέλεσμά του]  
Βιώνεται στην Παρούσα Ζωή**

Αυτό είναι το κάρμα που, αν πρόκειται να ωριμάσει, πρέπει να αποδώσει τα αποτελέσματά του στην ίδια ζωή κατά την οποία έχει διαπραχθεί.

Διαφορετικά, εάν δεν βρει την ευκαιρία να ωριμάσει στην ίδια ζωή, καθίσταται ακυρωμένο κάρμα (*αχόσι-κάρμα*). Μοιάζει δηλ. με σαπισμένους σπόρους που δεν βρήκαν τις κατάλληλες συνθήκες για να ωριμάσουν. Αυτό σημαίνει ότι δεν βρήκε την ευκαιρία να ωριμάσει διότι άλλα καλά ή φαύλα κάρμα παρεμβλήθηκαν και αυτό παρέμεινε αδρανές μέχρι που ακυρώθηκε.



**2.  
Κάρμα  
που [το Αποτέλεσμά του]  
Βιώνεται στην Επόμενη Ζωή**

Είναι το κάρμα που, αν πρόκειται να ωριμάσει, πρέπει να αποδώσει τα αποτελέσματά του στην ζωή αμέσως μετά από εκείνη στην οποία έχει διαπραχθεί.

Αλλιώς καθίσταται ακυρωμένο κάρμα (*αχόσι-κάρμα*).

**3.  
Κάρμα  
που [το αποτέλεσμα του]  
βιώνεται αλληπάλληλα/  
απεριόριστα**

Είναι το κάρμα που μπορεί να ωριμάσει οποιαδήποτε στιγμή από την δεύτερη μελλοντική ζωή και μετά, όποτε αποκτά την ευκαιρία να παράξει αποτελέσματα.

Αυτό το κάρμα ποτέ δεν καθίσταται ακυρωμένο όσο συνεχίζεται ο κύκλος των επαναγεννήσεων. Κανείς, ούτε καν ένας Βούδδας ή ένας Άραχαντ (Άξιος), δεν απαλλάσσεται από το να βιώσει το αποτέλεσμα ενός τέτοιου κάρμα.

Σε αυτό το σημείο μπορώ να δώσω ένα παράδειγμα για το πώς ο ίδιος ο Βούδδας είχε πρόβλημα με ένα τέτοιο κάρμα που βέβαια τα αποτελέσματά του ήταν σπάνια. Είχε να κάνει με έναν πόνο στην πλάτη του. Ο λόγος ήταν ότι σε κάποια από τις προηγούμενες ζωές του σαν λαϊκός και πριν να γίνει Βούδδας, υπήρξε παλαιστής. Κάποτε έπρεπε να δώσει έναν αγώνα που το στοίχημα ήταν πολύ μεγάλο και ήθελε να το κερδίσει. Έβαλε λοιπόν όλη την δύναμή του για να κερδίσει τον αντίπαλο. Τον σήκωσε ψηλά στον αέρα και τον χτύπησε με δύναμη στο έδαφος με πρόθεση να του σπάσει την σπονδυλική στήλη· και του την έσπασε, με αποτέλεσμα να τον αφήσει παράλυτο. Φυσικά νίκησε και πήρε το βραβείο.

Επειδή λοιπόν διέπραξε αυτή την πράξη με πολύ φαύλη πρόθεση, αυτό του προκάλεσε αλληπάλληλο πόνο στην πλάτη από ζωή σε ζωή. Ακόμα κι όταν έγινε Βούδδας, αυτό ο πόνος εμφανιζόταν κάπου κάπου· όχι βέβαια όπως στους συνηθισμένους ανθρώπους.

Κάτι ανάλογο μπορεί να συμβεί στον οποιονδήποτε, όπου από αλληπάλληλες ζωές να επανέρχεται μια πάθηση και να τον ταλαιπωρεί. Φυσικά για τους Βούδδες και τους Άραχαντ κάτι τέτοιο δεν έχει επίδραση στον νου τους, διότι αυτοί δεν ταυτίζονται με αυτές τις αισθήσεις, δεν ταυτίζονται με αυτό το σώμα, απλώς πρέπει να το φροντίσουν. Γι' αυτό μερικές φορές ο Βούδδας έπρεπε να διακόψει την Ομιλία που έδινε, για να ξαπλώσει λίγο και να χαλαρώσει αυτόν τον πόνο που είχε στην πλάτη. Για τον Βούδδα αυτό βέβαια ήταν ένα απλό πρόβλημα, αλλά το αναφέρουμε για να δούμε πώς από ζωή σε ζωή το επακόλουθο από κάποιες πράξεις που έχουμε κάνει και στις οποίες είχαμε δώσει πολύ ενέργεια, επανέρχεται ξανά και ξανά σαν κύμματα και μας ταλαιπωρεί.

Από την άλλη πλευρά υπάρχει το αντίστοιχο καλό κάρμα τα επακόλουθα του οποίου επαναλαμβάνονται από ζωή σε ζωή και μας φέρνουν ευτυχία. Έτσι, για να γεννηθεί κάποιος σαν άνθρωπος, σημαίνει ότι έχει καλό αποθηκευμένο κάρμα το οποίο επανέρχεται ξανά και ξανά σαν κύμματα· άλλες φορές σαν μεγάλα κύμματα, διότι είχε βάλει πολλή ενέργεια για να κάνει την καλή πράξη, κι άλλες φορές σε μικρά κύμματα, διότι δεν έκανε την καλή πράξη με τόση πολλή ενέργεια.

#### 4. Ακυρωμένο Κάρμα

Ο όρος ακυρωμένο κάρμα, δεν ορίζει μια ειδική κατηγορία του κάρμα, αλλά ισχύει για το κάρμα που ήταν δέον να ωριμάσει στην παρούσα ζωή ή στην επόμενη, αλλά δεν βρήκε τις συνθήκες που να ευνοούν την ωρίμανσή του.

Εδώ τονίζεται ότι δεν δίνουν όλα τα κάρμα αποτελέσματα. Γι' αυτό όταν μιλάμε για το κάρμα πρέπει να ξέρουμε ότι είναι ένα πολύπλοκο φαινόμενο, και ότι αυτά τα διασταυρούμενα ρεύματα ενέργειας για το οποία μιλήσαμε πολλές φορές ακυρώνουν το ένα το άλλο.

Στην περίπτωση των Βουδδών και των Άραχαντ, όλο το συσσωρευμένο κάρμα τους από το παρελθόν που επρόκειτο να ωριμάσει σε μελλοντικές ζωές, καθίσταται ακυρωμένο με την τελική ανάπαυσή τους στο τελικό Νιμπάνα (*πάρνιμπάνα*). Μετά τον θάνατό τους, όλο το παλιό τους κάρμα, καλό ή φαύλο, ακυρώνεται τελείως.

### **Κάρμα (4)**

Καλησπέρα σας και καλώς ήλθατε σ' αυτό το μάθημα στο οποίο όπως κάθε Πέμπτη αναλύουμε την σύνθεση του νου και της ύλης όπως αναφέρεται στις Ομιλίες του Βούδδα. Έχουμε ξεκινήσει και εξηγούμε τα δεκαέξι είδη των εκούσιων πράξεών μας (κάρμα). Όπως έχουμε δει μέχρι τώρα, διαιρέσαμε το κάρμα σε τέσσερις τετράδες και την κάθε μία σε τέσσερις κατηγορίες, που συνολικά συνθέτουν τα δεκαέξι είδη του κάρμα.

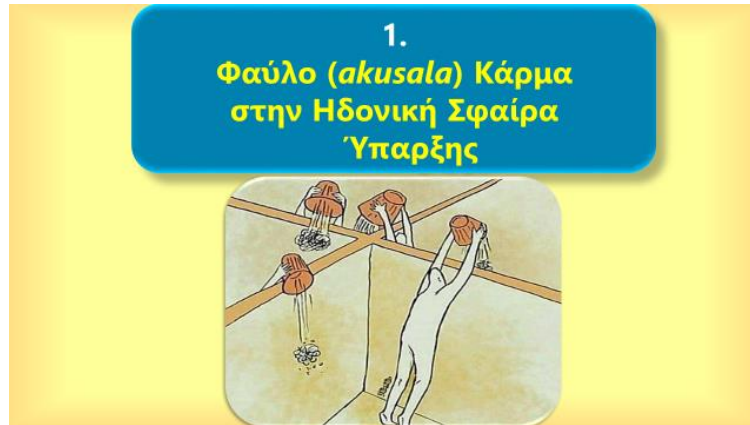
Σήμερα θα εξετάσουμε την τέταρτη τετράδα.



Όσον αφορά τον τόπο όπου προκύπτει το αποτέλεσμα ενός κάρμα, υπάρχουν τέσσερα είδη κάρμα:

- 1. Φαύλο (*akusala*) Κάρμα στην ηδονική σφαίρα ύπαρξης.**
- 2. Καλό (*kusala*) Κάρμα στην ηδονική σφαίρα ύπαρξης.**
- 3. Καλό (*kusala*) Κάρμα στην σφαίρα ύπαρξης της λεπτοφυούς ύλης.**
- 4. Καλό (*kusala*) Κάρμα στην άυλη σφαίρα ύπαρξης.**

Ο ανθρώπινος κόσμος βρίσκεται στην ηδονική σφαίρα ύπαρξης, και σ' αυτόν μπορούμε να δούμε τουλάχιστον και να έχουμε αποδείξεις ότι οι άνθρωποι κάνουν και καλές και φαύλες πράξεις. Έτσι, με την εμπειρία που έχουμε στην καθημερινή μας ζωή, μας προσφέρεται η δυνατότητα να δούμε αυτό το μίγμα των φαύλων και των καλών ρευμάτων που υπάρχουν στην κοινωνία.



Το φαύλο κάρμα είναι τριπλό, ανάλογα με τα όργανα της πράξης:

➤ **φαύλη πράξη μέσω του οργάνου του σώματος,**  
—σωματική φαύλη πράξη,

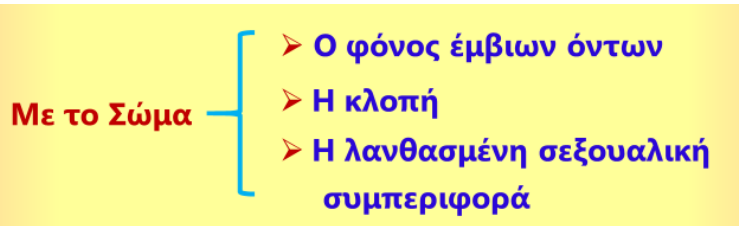
Εδώ το σώμα το θεωρούμε σαν όργανο που το χρησιμοποιούμε κάθε μέρα, και με αυτό κάνουμε διάφορες πράξεις που μπορούμε να τις αποκαλέσουμε φαύλες. (Είχαμε δώσει τον ορισμό του φαύλου σε προηγούμενα μαθήματα: είναι η πράξη που παράγει οδυνηρά αποτελέσματα, επώδυνες συνέπειες και ταλαιπωρία).

➤ **φαύλη πράξη μέσω του οργάνου του λόγου**  
—λεκτική φαύλη πράξη, και

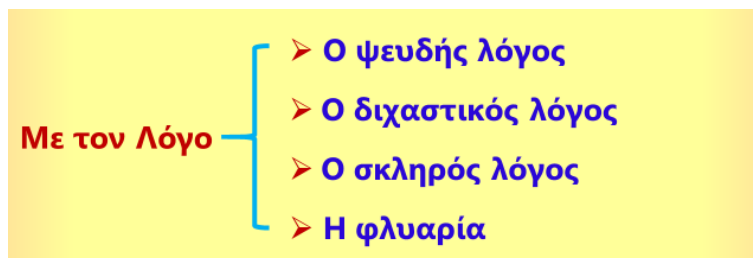
➤ **φαύλη πράξη μέσω του οργάνου του νου**  
—νοητική φαύλη πράξη.

Εδώ ο νους θεωρείται σαν όργανο το οποίο το χρησιμοποιούμε κάθε στιγμή για να σκεφτόμαστε, να αισθανόμαστε, να φανταζόμαστε, κλπ. Ακόμα και όταν κοιμόμαστε και το σώμα μας είναι ακίνητο και βλέπουμε όνειρα, ο νους μας δεν σταματάει να κινείται και να επεξεργάζεται πληροφορίες τις οποίες είχαμε βιώσει κατά την διάρκεια της ημέρας. Είναι ένα όργανο που το χρησιμοποιούμε κάθε μέρα για να κάνουμε σχέδια και να πάρουμε αποφάσεις.

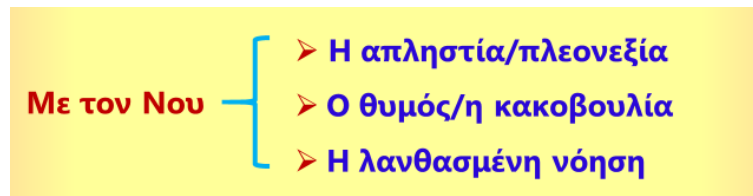
Υπάρχουν δέκα φαύλες πορείες πράξεων (*ακούσαλα-κάμμα-πάτα*) που εκτελούνται με τα όργανα του σώματος, του λόγου και του νου.



Πέρα από τις άλλες πράξεις που κάνουμε με το σώμα, αυτά τα τρία είδη ονομάζονται φαύλα διότι προξενούν επώδυνα αποτελέσματα και στον εαυτόν μας και στους άλλους. Ο φόνος έμβιων όντων και η κλοπή είναι πράξεις που μπορεί να τις δούμε σε πολλές φάσεις της ζωής. Όσο για την λανθασμένη σεξουαλική συμπεριφορά έχουμε πει ότι είναι: ο βιασμός, η απάτη, η εκμετάλευση και άλλες πράξεις που φέρνουν διχόνοια και δυστυχία.



Δεν είμαστε φτωχοί από αυτά τα είδη λόγου. Ιδιαίτερα από την φλυαρία είμαστε πολύ πλούσιοι!



Οι φαύλες πράξεις με το σώμα και με τον λόγο βασίζονται πρώτα στον νου. Άνθρωποι που είναι άπληστοι πλεονέκτες, κάνουν τέτοιες πράξεις και με το σώμα και με τον λόγο.

Η λανθασμένη νόηση ή η λανθασμένη θέαση είναι το πώς βλέπουμε τα πράγματα στην ζωή, και έχουμε λανθασμένες απόψεις, λανθασμένες ιδέες και φιλοσοφίες.

Έτσι, από τα πρωτόγονα χρόνια οι άνθρωποι έκαναν αυτές τις φαύλες πράξεις, έρχονταν σε ρίξη μεταξύ τους, και βίωναν τα αποτελέσματά τους.





Παρ' όλο που θεωρούμε ότι ζούμε σε μια πολιτισμένη κοινωνία, οι πράξεις αυτές, όπως ο φόνος, η ψευδολογία, η εξαπάτηση κλπ., δεν λείπουν αλλά συνεχίζουν να υπάρχουν.



Έτσι, οπουδήποτε στον κόσμο και αν ταξιδέψουμε, μπορούμε να δούμε τους φαύλους ανθρώπους που δημιουργούν πόνο για τον εαυτόν τους αλλά πόνο και στους άλλους.

Όπως αναφέρθηκε:

- **τρεις πορείες πράξεων είναι σωματικές,**
- **τέσσερις είναι λεκτικές, και**
- **τρεις είναι καθαρά νοητικές.**


Οι πρώτες επτά πορείες, ταυτίζονται με την πρόθεση ή βούληση που παρακινεί μια προσπάθεια για την επίτευξη της αντίστοιχης πράξης με το σώμα ή με τον λόγο.

Αντίθετα όμως, μια τέτοια πρόθεση ή βούληση με τον νου, δηλ. όταν σκεφτόμαστε να κάνουμε μια φαύλη πράξη όπως να πούμε ψέμματα ή να κάνουμε κάποια εξαπάτηση, είναι ένα φαύλο κάρμα ανεξάρτητα από το αν ολοκληρώνει την πράξη ή όχι. Από μόνη της η πρόθεση δεν είναι ικανή να καθορίσει την ηθικότητα μιας πράξης.

Εάν όμως φτάσει στην ολοκλήρωση της σωματικής ή της λεκτικής πράξης και επιτύχει τον στόχο της, τότε γίνεται μια πλήρης πορεία πράξης, όπως ο θάνατος του προτιθέμενου θύματος, ή η αφαίρεση της ιδιοκτησίας κάποιου με κλέψιμο, κλπ.




Υπάρχουν πέντε παράγοντες για την θανάτωση ενός όντος:


1. Είναι ένα έμβιο/ζωντανό ον,
  2. η συνειδητοποίηση ότι είναι ένα έμβιο ον,
  3. η πρόθεση/βούληση της θανάτωσής του,
  4. η σωματική ή λεκτική προσπάθεια της θανάτωσής του, και
  5. ο θάνατός του εξαιτίας αυτής της προσπάθειας.
- 

Εάν απουσιάζει έστω και ένας από τους πέντε παράγοντες, τότε η φαύλη πράξη που φέρνει πόνο και στο θύμα και στον θύτη, δεν είναι ολοκληρωμένη.

Υπάρχουν πέντε παράγοντες για την κλοπή ενός αντικειμένου:

1. κάτι που ανήκει σε άλλους,
  2. η συνειδητοποίηση ότι ανήκει σε άλλους,
  3. η πρόθεση/βούληση της κλοπής του,
  4. η σωματική ή λεκτική προσπάθεια της κλοπής του, και
  5. η επίτευξη της κλοπής μέσω της αυτής της προσπάθειας.
- 

Υπάρχουν τέσσερις παράγοντες για την ψευδολογία:

1. Αυτό που λέγεται δεν είναι αλήθεια,
  2. η πρόθεση/βούληση της εξαπάτησης του άλλου,
  3. η έκφραση του ψέματος λεκτικά (με λόγια) ή σωματικά (με γραφή, με χειρονομία), και
  4. ο άλλος το καταλαβαίνει ως αλήθεια.
- 

Κι εδώ αυτοί οι παράγοντες πρέπει να συμπληρωθούν για να υπάρξει η ολοκλήρωση μιας πράξης. Φυσικά αυτό δεν σημαίνει ότι έστω και κατά το ήμισυ η πράξη αυτή δεν θα φέρει καρμικά επακόλουθα στο μέλλον· ασφαλώς και θα φέρει.

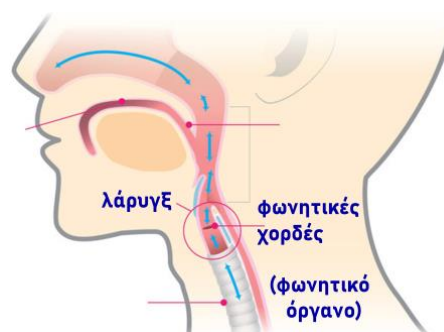
Έτσι, το χαρακτηριστικό μιας πλήρους πορείας πράξης, είναι το κάρμα που έχει την δύναμη και την ισχύ να αναλάβει τον ρόλο να παράξει την επαναγέννηση.

Σε σχέση με την πράξη τώρα, το σώμα, ο λόγος και ο νους, είναι τα όργανα με τα οποία εκτελείται το κάρμα.

Το όργανο του σώματος, είναι η σωματική επικοινωνία (*κάγια-βινιάττι*). Είναι ένα είδος υλικού φαινομένου που παράγεται από τον νου, με το οποίο ένα άτομο εκφράζει μέσω του σώματος, μια πρόθεση που εγείρεται στον νου.



Το όργανο του λόγου παρομοίως, υποδηλώνει φωνητική επικοινωνία (*βάκι-βινιάττι*). Είναι το υλικό φαινόμενο που παράγεται από τον νου, μέσω του οποίου η πρόθεση εκφράζεται προφορικά. Με το φωνητικό όργανο δίνει κάποιος μηνύματα στους άλλους. Όταν αυτά τα μηνύματα είναι λανθασμένες πληροφορίες και γίνονται επίτηδες, τότε συσσωρεύεται το φαύλο κάρμα.



Αν και τέτοιες πράξεις όπως η ψευδολογία κλπ., μπορούν επίσης να εκφραστούν σωματικά με την γραφή ή με το νεύμα των χεριών, ωστόσο επειδή το κύριο μέσο εκτέλεσης είναι ο λόγος, εξακολουθούν να θεωρούνται λεκτικό κάρμα.

Οι τρεις τελευταίες πορείες πράξης όπως η απληστία κλπ., συμβαίνουν γενικά μόνο στον νου, χωρίς να φθάσουν στην εκούσια έκφραση μέσω του σώματος ή του λόγου. Μια τέτοια πράξη λέγεται ότι συμβαίνει με το όργανο του νου, που εδώ είναι μια συλλογική ονομασία για την συνείδηση στο σύνολό της.

Η πλεονεξία (*αμπίτζχα*) είναι ο νοητικός παράγοντας της απληστίας (*λόμπα*), που εγείρεται ως η επιθυμία να αποκτηθεί η

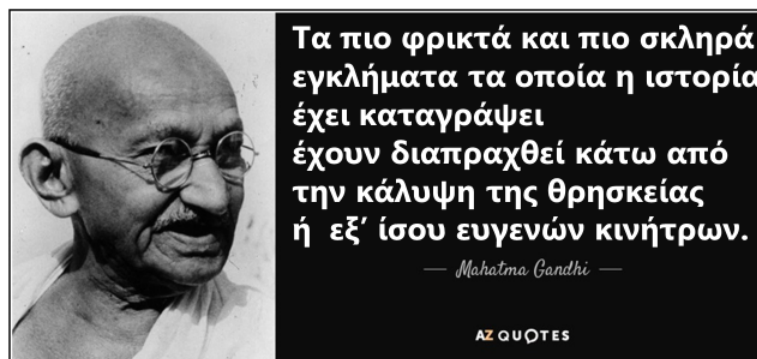
ιδιοκτησία ενός άλλου ατόμου. Παρ' όλο που η απληστία εγείρεται για την ιδιοκτησία κάποιου άλλου, δεν γίνεται μια πλήρης πορεία πράξης, εκτός αν κανείς εγείρει την ευχή να αποκτήσει αυτήν την ιδιοκτησία. Εάν εγείρει αυτή την ευχή ξανά και ξανά, τότε ενεργοποιείται όλος ο νους, και προκαλεί την ανάγκη να κινηθεί όλο το σώμα ή η ομιλία, ώστε να αποκτηθεί το αντικείμενο της απληστίας μας με φαύλο τρόπο.

Το μίσος, ο θυμός, η κακοβουλία (*βγιαπάντα*), είναι ο νοητικός παράγοντας του μίσους (*ντόσα*), ο οποίος γίνεται μια πλήρης πορεία πράξης, όταν εγείρεται με την ευχή να πάθει κάποιος άλλος κακό. Όταν εγείρουμε αυτή την ευχή μέσα μας ξανά και ξανά, ο νους μας τότε ενεργοποιείται και παροτρύνει το σώμα και την ομιλία μας να κινηθούν και να εκφράσουν λόγια που θα προκαλέσουν κακό στους άλλους.

Η λανθασμένη νόηση (*μίτσα-ντίττι*), γίνεται μια ολοκληρωμένη πορεία πράξης, όταν παίρνει την μορφή μιας από τις ηθικά μηδενιστικές φιλοσοφίες που αρνούνται την εγκυρότητα της ηθικής πρακτικής και τις ανταποδοτικές συνέπειες της πράξης. Λόγω αυτής της λανθασμένης νόησης ή θέασης για το πώς έχουν τα πράγματα, οι άνθρωποι αρνούνται τα επακόλουθα αποτελέσματα των φαύλων καρμικών πράξεων, και δεν έχουν ενδοιασμό να σκοτώσουν ή να κλέψουν κλπ.

Μόνο η φιλοσοφία βέβαια, δεν είναι τόσο δυνατή ώστε να δημιουργήσει κάποιος κακό κάρμα· πρέπει να την εφαρμόσει κιόλας ώστε να υπάρξουν ολοκληρωμένα κακά αποτελέσματα.

Υπάρχουν πολλές φιλοσοφίες πέρα από τις βασικές τρεις που προαναφέραμε, οι οποίες έχουν επιφέρει φριχτά αποτελέσματα στην ζωή των ανθρώπων. Για παράδειγμα, όπως αναφέρει ο Μαχάτμα Γκάντι και όπως έχουν διαπιστώσει πολλοί ιστορικοί, τα πιο φρικτά και πιο σκληρά εγκλήματα τα οποία έχει καταγράψει η ιστορία, έχουν διαπραχθεί κάτω από την κάλυψη της θρησκείας ή εξ' ίσου ευγενών κινήτρων.

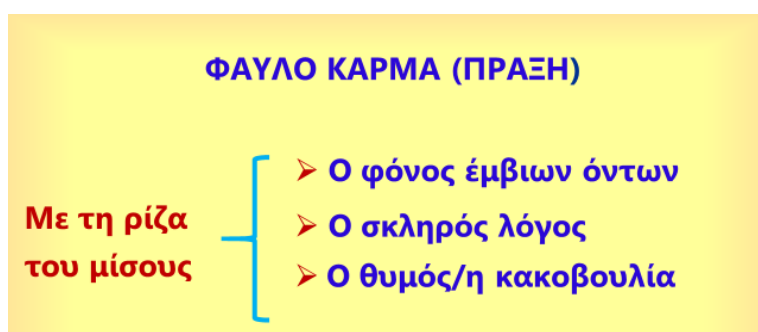


Υπάρχουν ιδεολογίες οι οποίες καλύπτονται κάτω από τον μανδύα κάποιας θρησκείας ή κάποιου ευγενούς κινήτρου, δήθεν για το καλό των ανθρώπων, αλλά έχουν διαπράξει και διαπράττουν σκληρά και φρικτά εγκλήματα. Εάν κάποιος μελετήσει την ανθρώπινη ιστορία, μπορεί να διαπιστώσει πολλά τέτοια παραδείγματα που όλα γίνονται λόγω της λανθασμένης νόησης. Λέγεται λανθασμένη διότι φέρνει επώδυνες συνέπειες στους άλλους ανθρώπους αλλά και σε μας, διότι εμείς θα δρέψουμε τα επώδυνα αποτελέσματα.

Θα εξετάσουμε τώρα τις φαύλες πράξεις σύμφωνα με τις ρίζες και την συνείδηση.



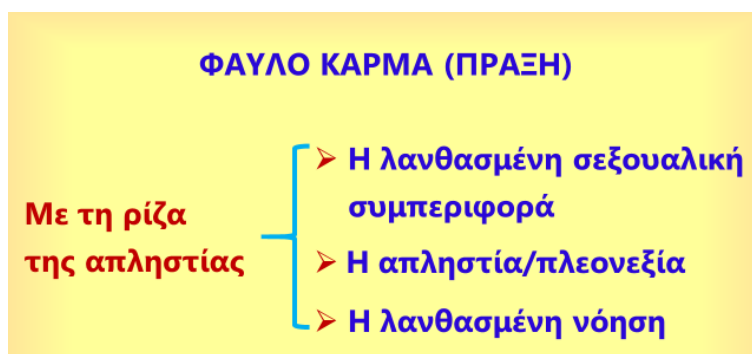
Ο φόνος, ο σκληρός λόγος και ο θυμός/κακοβουλία, προέρχονται από την ρίζα του μίσους (*ντόσα*).



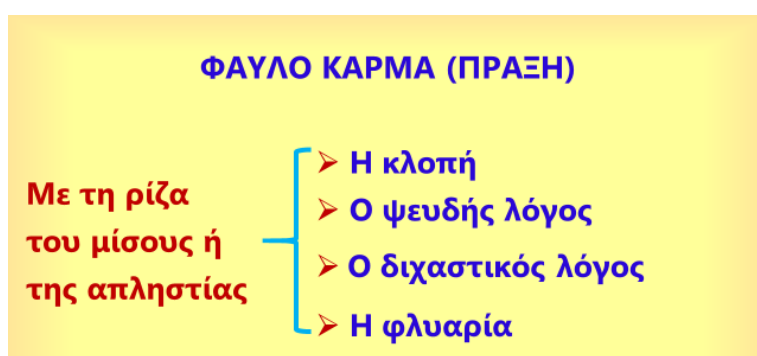
Οι άνθρωποι που φονεύουν, που μιλάνε με σκληρό τρόπο, και που θυμώνουν, το κάνουν με βάση το μίσος.

Ακριβολογώντας, ο θυμός/κακοβουλία είναι μια μορφή της ρίζας του μίσους (*ντόσα*).

Η λανθασμένη σεξουαλική συμπεριφορά, η απληστία/πλεονεξία, και η λανθασμένη νόηση προέρχονται από την ρίζα της απληστίας (*λόμπα*).



Οι υπόλοιπες τέσσερις πορείες πράξεων, προέρχονται από τις δύο ρίζες, δηλ. από το μίσος ή την απληστία.



Ακριβολογώντας, ο θυμός/η κακοβουλία είναι μια μορφή της ρίζας του μίσους (*ντόσα*), και η απληστία/πλεονεξία (*αμπίτζα*) είναι μια μορφή της ρίζας της απληστίας (*λόμπα*).

Η λανθασμένη νόηση (*μίτσα-ντίττι*), είναι ο νοητικός παράγοντας της λανθασμένης νόησης (*ντίττι*).

Αυτές οι τρεις πορείες της πράξης, είναι κατ' αυτόν τον τρόπο αναγνωρίσιμες από τους αντίστοιχους νοητικούς παράγοντες.

Οι άλλες τρεις πορείες της πράξης, είναι αναγνωρίσιμες από τον νοητικό παράγοντα της πρόθεσης που εγείρεται μαζί με τις φαύλες ρίζες. Μπορεί να βρεθούν περιπτώσεις όπου, για παράδειγμα, η απληστία μπορεί να είναι το υποκείμενο κίνητρο για τον φόνο, και το μίσος μπορεί να είναι το υποκείμενο κίνητρο για την λανθασμένη σεξουαλική συμπεριφορά.

Καμιά φορά μας φαίνεται παράξενο, πώς μπορεί να γίνεται φόνος από απληστία. Οι άνθρωποι όμως σκοτώνουν, για παράδειγμα ζώα, από απληστία για να τα φάνε. Εδώ το υποκείμενο κίνητρο μπορεί να είναι η απληστία αλλά στην πραγματικότητα, την στιγμή που σκοτώνουν το ζώο, το σκοτώνουν με μίσος.

Το μίσος με την σειρά του μπορεί να είναι το υποκείμενο κίνητρο για την λανθασμένη σεξουαλική συμπεριφορά, όπως βιασμό. Επειδή κάποιος μισεί ένα άλλο άτομο, το βιάζει για να το τιμωρήσει.

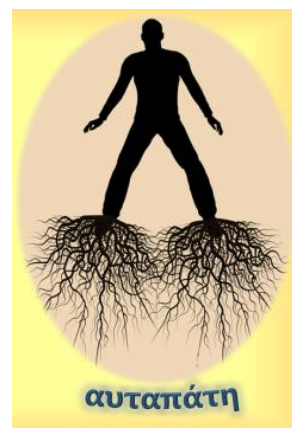
Ωστόσο η πρόθεση που οδηγεί στην αποκοπή της ζωής ενός όντος είναι πάντα ριζωμένη στο μίσος, δηλαδή στην αποστροφή για την συνέχιση της ύπαρξης ή της ζωής του έμβιου όντος. Την στιγμή δηλαδή που κάποιος σκοτώνει, ναι μεν μπορεί να το κάνει από απληστία επειδή θέλει να φάει την σάρκα αυτού του όντος, όμως την στιγμή ακριβώς που σκοτώνει αυτό το έμβιο ον, ζώο ή καμιά φορά και άνθρωπο για παράδειγμα, χρησιμοποιεί την ρίζα του μίσους, δηλ. αποστροφή για την συνέχιση της ζωής αυτού του όντος. Απεχθάνεται εν ολίγοις την ύπαρξη της ζωής αυτού του όντος, διότι αυτή η ζωή είναι που τον εμποδίζει να αποκτήσει το σώμα αυτού του όντος. Έτσι, ακριβώς την στιγμή του φόνου υπάρχει το μίσος. Προηγουμένως όμως μπορεί να υπήρχε η απληστία.

Από την άλλη πλευρά, η πρόθεση που οδηγεί στην πράξη της σεξουαλικής συμπεριφοράς είναι πάντα ριζωμένη στην απληστία, δηλαδή στην επιθυμία της απόλαυσης της σεξουαλικής ευχαρίστησης. Έτσι, παρ' όλο που κάποιος μπορεί να βιάζει έναν άνθρωπο επειδή τον μισεί και θέλει να τον εκδικηθεί, την στιγμή του βιασμού υπάρχει η σεξουαλική απόλαυση. Γι' αυτό λέμε ότι η λανθασμένη σεξουαλική συμπεριφορά είναι ριζωμένη στην απληστία.

Η πρόθεση που οδηγεί στις άλλες τέσσερις πράξεις – κλοπή, ψευδολογία, διχαστικό λόγο και φλυαρία – μπορεί να συνοδεύεται είτε από απληστία είτε από μίσος.

Κάποιος δηλ. κλέβει την περιουσία κάποιου άλλου από μίσος, μόνο και μόνο για να τον κάνει να αισθανθεί άσχημα. Ή λέει ψέμματα επίτηδες για να πληγώσει τον άλλον. Επίσης μπορεί να κλέψει και από απληστία διότι θέλει να αποκτήσει περισσότερα πράγματα από αυτά που του αναλογούν. Παρόμοια συμβαίνει και με τον διχαστικό λόγο και την φλυαρία.

Όλες όμως οι φαύλες πορείες της πράξης, συνοδεύονται πάντα από την ρίζα της αυταπάτης.



Το φαύλο κάρμα είναι επίσης αναγνωρίσιμο από τις δώδεκα φαύλες συνειδήσεις που είχαμε αναφέρει στα προηγούμενα μαθήματα. Αυτές είναι 8 συνειδήσεις ριζωμένες στην απληστία, 2 ριζωμένες στο μίσος, και 2 ριζωμένες στην αυταπάτη. Έτσι, σύμφωνα με τις φαύλες κατηγορίες της συνείδησης, αυτό το φαύλο κάρμα είναι ολικά δωδεκαπλάσιο.

Σε αυτή την περίπτωση, η ίδια η συνείδηση καθ' εαυτή, θεωρείται ότι είναι το κάρμα ως ένα σύνθετο σύνολο, παρά σαν τον ατομικό παράγοντα της πρόθεσης. Έτσι, σε μερικές περιπτώσεις, όταν μιλάμε για την συνείδηση, μπορούμε να την αναφέρουμε σαν έναν συνολικό δράστη που περιέχει όλα αυτά τα συστατικά μέσα της όπως πρόθεση και νοητικούς παράγοντες.



Για να ανακεφαλαιώσουμε εδώ, για την κατάταξη της συνείδησης σε σφαίρες και το πού ωριμάζει αυτό το φαύλο κάρμα, να πούμε ότι ωριμάζει στο ηδονικό επίπεδο της ύπαρξης και ιδιαίτερα στον ανθρώπινο κόσμο και στους κόσμους του ξεπεσμού. Δεν ωριμάζει στους 6 ουράνιους θεϊκούς κόσμους διότι χρειάζεται κανείς πολύ καλό κάρμα για να γεννηθεί εκεί.

Στον ανθρώπινο κόσμο όμως μπορεί να δημιουργήσει κανείς πολύ κακό κάρμα που θα τον οδηγήσει σε μια κακή επαναγέννηση στους κόσμους του ξεπεσμού.

Παρ' όλα αυτά, θέλω να πω ότι σ' αυτόν τον κόσμο, σ' αυτόν τον πλανήτη, υπάρχουν άνθρωποι που κάνουν καλές πράξεις και λειτουργούν με καλές διαθέσεις, δρέποντας κατά συνέπεια και τα αποτελέσματα των καλών πράξεων. Έτσι, έχουμε έναν ανάμεικτο κόσμο μέσα στον οποίον ζούμε, και μέσα στον οποίον μπορούμε να δούμε αυτούς που κάνουν φαύλες πράξεις, αυτούς που κάνουν καλές πράξεις, και αυτούς που ενώ σήμερα κάνουν καλές πράξεις αύριο μπορεί να κάνουν φαύλες πράξεις, και άλλους που σήμερα κάνουν φαύλες πράξεις αύριο μπορεί να κάνουν καλές. Και υπάρχουν κι αυτοί που κάνουν καλές πράξεις μόνο σε αυτούς που συμπαθούν και φαύλες πράξεις μόνο σε αυτούς που αντιπαθούν.



Επίσης υπάρχουν αυτοί που κάνουν καλές πράξεις μόνο μέσα σε έναν συγκεκριμένο κύκλο ανθρώπων, και κάνουν φαύλες πράξεις μέσα σε κάποιον άλλο κύκλο ανθρώπων επειδή τους υποτιμούν ως κατώτερους.

Έτσι, σ' αυτόν τον ανθρώπινο κόσμο που ζούμε, οι πράξεις είναι που ορίζουν τους ανθρώπους, και η ευτυχία που κυνηγάμε όλοι μας ορίζεται από αυτές τις πράξεις. Οι άνθρωποι κάνουν όλες αυτές τις φαύλες πράξεις προσπαθώντας να αποκτήσουν λίγη ευτυχία από εδώ κι από εκεί και να βολευτούν, χωρίς να αντιλαμβάνονται τα αποτελέσματά τους και χωρίς να καταλαβαίνουν ότι η ευτυχία εξαρτάται ανάλογα από τις πράξεις που κάνουμε και από τα μελλοντικά τους αποτελέσματα.

Γι' αυτόν τον λόγο κάνουμε αυτά τα μαθήματα, ώστε να ξεκαθαρίσουμε ορισμένα πράγματα και να διευκρινήσουμε ποιά είναι τα πιο συνηθισμένα φαύλα κάρμα που κάνουν οι άνθρωποι, και ποιά είναι τα καλά κάρμα τα οποία φέρνουν καλά αποτελέσματα.

## **Κάρμα (5)**

Καλησπέρα σας. Σήμερα θα συνεχίσουμε την εξέταση των δεκαέξι ειδών εκούσιων πράξεων (κάρμα).



Βρισκόμαστε στην 4<sup>η</sup> τετράδα που έχει να κάνει με τον τόπο ωρίμανσης του κάρμα, και εξετάζουμε την πρώτη κατηγορία που αναφέρεται στο φαύλο κάρμα στην ηδονική σφαίρα ύπαρξης.

Όπως προαναφέραμε, οι άνθρωποι από τις πρωτόγονες εποχές έκαναν φαύλες πράξεις με το σώμα, τον λόγο, και τον νου, και συνεχίζουν να τις κάνουν ακόμα και τώρα στην μοντέρνα εποχή. Απογοητευόμαστε και μιλάμε για το κακό που υπάρχει στην κοινωνία, χωρίς να καταλαβαίνουμε ότι αυτό οφείλεται στις φαύλες πράξεις που κάνουμε.

Πράξεις όπως ο φόνος, η κλοπή, η ψευδολογία, ο σκληρός και διχαστικός λόγος, που μπορεί να επιφέρουν διχόνοια, δυσαρμονία ανάμεσα στις οικογένειες, πράξεις εμφύλιων ή ακόμα και παγκόσμιων πολέμων, που μπορούμε να τις δούμε, να τις διαβάσουμε, και να τις ακούσουμε από τα μέσα μαζικής ενημέρωσης, από την τηλεόραση, το ραδιόφωνο, τις εφημερίδες κλπ., αλλά να τις δούμε και εμείς οι ίδιοι να συμβαίνουν στους άλλους ανθρώπους.

Θα εξετάσουμε σήμερα τις επιπτώσεις που έχουν οι φαύλες πράξεις σε διάφορους κόσμους επαναγέννησης, αρχίζοντας από τον ανθρώπινο κόσμο και προχωρώντας στους τέσσερεις κόσμους του ξεπεσμού όπου θα εξηγήσουμε γιατί ονομάζονται κόσμοι του ξεπεσμού και γιατί ορισμένα όντα ξεπέφτουν σ' αυτούς τους κόσμους. Το «εισητήριο» γι' αυτούς τους κόσμους είναι οι δέκα φαύλες πράξεις που έχουμε προαναφέρει.

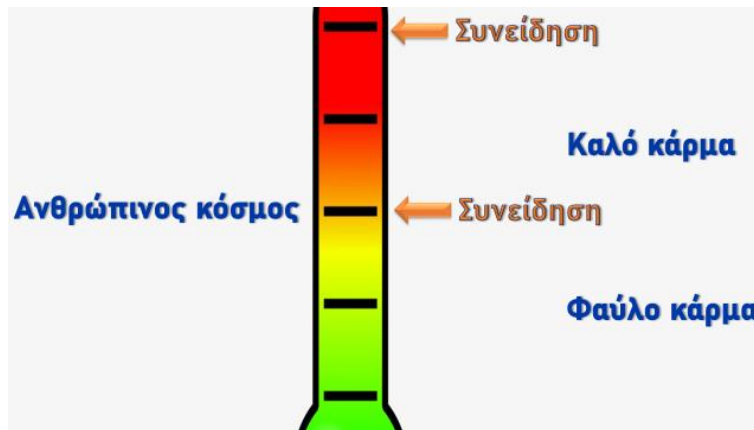


Στην Βουδδιστική κοσμολογία αναφέρονται εκτός του ανθρώπινου κόσμου και των κόσμων του ξεπεσμού, και έξη ηδονικοί ουράνιοι θεϊκοί κόσμοι στους οποίους γεννιέται κανείς εάν έχει κάνει καλό κάρμα. Η δυναμικότητα του καλού κάρμα μπορεί να εξυψώσει την συνείδηση ενός ατόμου ώστε αυτός/ή να επαναγεννηθεί σε τέτοιους χαρμόσυνους κόσμους. Στα επόμενα μαθήματα θα μιλήσουμε γι' αυτούς του χαρμόσυνους κόσμους για να ξαλαφρώσει λίγο το πνεύμα μας από τις πληροφορίες των κόσμων του ξεπεσμού.

Όπως έχουμε πει και σε άλλα μαθήματα, αυτοί οι κόσμοι δεν είναι τίποτε άλλο παρά διαστάσεις της συνείδησης. Η συνείδηση μπορεί να πάρει πολλές διαστάσεις ανάλογα με το τρόπο που την αναπτύσσει κανείς. Άλλες διαστάσεις θα πάρει εάν την αναπτύξει κανείς από την καλή πλευρά, και άλλες εάν την αναπτύξει από την κακή πλευρά.

Εάν θεωρήσουμε την συνείδηση σαν έναν άξονα που ανεβοκατεβαίνει ανάλογα με τις φάσεις, περίπου ενδιάμεσα βρίσκεται ο ανθρώπινος κόσμος. Για να γεννηθεί κάποιος στον ανθρώπινο κόσμο πρέπει να έχει ένα ικανό ποσοστό καλού κάρμα. Εάν όμως κατά την παραμονή του στον ανθρώπινο κόσμο, αρχίζει και δημιουργεί φαύλα κάρμα όπως αυτά που προαναφέραμε, τότε η συνείδησή του βαραίνει, κατεβαίνει, και μπορεί να πέσει σε κάποιον από τους κόσμους του ξεπεσμού σαν φάντασμα, σαν ζώο, σαν δαίμονας ή ακόμα και στην κόλαση.

Εάν όμως κάνει καλά κάρμα, τότε η συνείδησή του εξυψώνεται και μπορεί να γεννηθεί σε κάποιον χαρμόσυνο κόσμο.



Τους χαρμόσυνους κόσμους οι άνθρωποι τους λένε θεϊκούς, αλλά αυτοί δεν είναι παρά μόνον καταστάσεις ευφροσύνης της συνείδησης αυτών που γεννιούνται εκεί. Οι κόσμοι αυτοί δεν είναι παντοτεινοί, αλλά μόλις η ενέργεια από το καλό κάρμα τελειώσει η συνείδηση πέφτει ξανά κάτω. Διότι η ενέργεια του κάρμα, όπως και κάθε άλλου είδους ενέργεια, εγείρεται, ακμάζει μέχρι ενός σημείου, και μετά παρακμάζει.

**Ο ΑΝΘΡΩΠΙΝΟΣ ΚΟΣΜΟΣ**

**Ο ανθρώπινος κόσμος έχει ένα μείγμα δυστυχίας (*dukkha*) και ευτυχίας (*sukha*) αλλά επίσης και ουδετερότητας (*urekkha*).**

Σύμφωνα με το κάρμα τους, οι άνθρωποι, μπορεί να ζουν πολύ διαφορετικές ζωές.

Κάποιοι μπορεί να γεννηθούν σε ένα φτωχό χωριό ή χώρα, χωρίς φαγητό, καθαρό νερό, ρούχα, χρήματα, κλπ. Είναι σαν κόλαση επί της γης· όλα είναι δυστυχία (*ντούκκα*). Μπορούμε να δούμε τέτοιες περιοχές ακόμα και μέσα στις μεγάλες πόλεις, όπου πραγματικά οι άνθρωποι ζουν πολύ δυστυχισμένες ζωές, χειρότερα και από τα κατοικίδια ζώα.

Άλλοι έχουν μέτρια ευτυχία, καλές οικογένειες, ρούχα, σχολείο· δεν είναι ούτε πλούσιοι, ούτε φτωχοί.

Και άλλοι γεννιούνται ως πρίγκηπες ή πριγκήπισσες έχοντας το καλύτερο απ' όλα· πολύ λίγη δυστυχία (*ντούκκα*) και πολλή ευτυχία (*σούκα*). Φυσικά σε προσωρινή κατάσταση, διότι δεν υπάρχει εγγύηση ότι αυτή η ευτυχία θα κρατήσει για πάντα.

## Ο ΚΟΣΜΟΣ ΤΩΝ ΦΑΝΤΑΣΜΑΤΩΝ

**Ο επόμενος κόσμος  
είναι αυτός που  
συχνά αναφέρεται  
ως πεινασμένα  
φαντάσματα.**



Από μικρά παιδιά, οι γονείς μας μας τρομάζανε με τα φαντάσματα για να είμαστε καλά παιδιά, όμως αυτά τα όντα υπάρχουν πραγματικά.

Λέγεται ότι τα πεινασμένα φαντάσματα έχουν μεγάλα, παχιά στομάχια και μικροσκοπικά, μικρά στόματα. Δεν είναι ποτέ ικανοποιημένα· είναι πάντα πεινασμένα και ποτέ δεν μπορούν να φάνε αρκετά.

Έτσι, εάν οι άνθρωποι είναι πολύ άπληστοι και δεν ασκούν την γενναιοδωρία (συμμερισμό), εάν διστάζουν να δώσουν στους άλλους ανθρώπους ή αν αρνούνται να τους βοηθήσουν, τότε, λόγω του ότι το καλό τους κάρμα είναι πολύ αδύναμο, θα μπορούσαν να γίνουν ένα από αυτά τα όντα, τα οποία δεν έχουν τίποτα να φάνε και είναι σαν τους ανθρώπους που ψάχνουν μέσα στα σκουπίδια για ένα κομμάτι ψωμί.



Μερικές φορές οι άνθρωποι λυπούνται τα φαντάσματα επειδή αυτά δεν μπορούν να κάνουν καλές πράξεις για τον εαυτόν τους. Επομένως, προσπαθούν να τα βοηθήσουν κάνοντας οι ίδιοι καλές πράξεις στο όνομά τους και μοιράζοντας τις αξίες μαζί τους – ειδικά αν πιστεύουν ότι ο αποθανών συγγενής τους μπορεί να έχει επαναγεννηθεί σαν φάντασμα.

Σε γενικές γραμμές, τα φαντάσματα είναι οι άνθρωποι που έχουν πολύ ισχυρή προσκόλληση στην ανθρώπινη ύπαρξη ή σε ένα συγκεκριμένο μέρος, και παρ' όλο που είναι νεκροί, δεν θέλουν να φύγουν.

Παρ' όλο που μερικοί άνθρωποι φοβούνται τα φαντάσματα, αυτά δεν έχουν την ικανότητα να κάνουν κάτι κακό στους ανθρώπους. Εμφανίζονται όμως καμιά φορά σ' αυτούς στους οποίους είχαν προσκόλληση εν όσο ήταν ζωντανοί, και όχι βέβαια με κακή πρόθεση αλλά καλοπροαίρετα.

Η δομή τους είναι πολύ λεπτεπίλεπτη και είναι σχεδόν αόρατα στο ανθρώπινο μάτι. Είναι διαφανή και μπορούν να αιωρούνται πηγαίνοντας εύκολα από το ένα μέρος στο άλλο, ωστόσο, μπορούν να διαταράξουν άθελά τους την ψυχική υγεία των ανθρώπων λόγω του ότι έχουν τρομακτική μορφή, κάνοντάς τους να υποφέρουν ψυχολογικά.

## Ο ΖΩΙΚΟΣ ΚΟΣΜΟΣ

**Ο ζωικός κόσμος δεν είναι επίσης ένα ευχάριστο μέρος, αλλά συχνά πιστεύουμε ότι είναι.**

Κοιτάμε τα πουλιά που πετούν στον ουρανό και λέμε, «Ω, τόσο όμορφα, είναι ελεύθερα και μπορούν να πάνε οπουδήποτε θέλουν». Όμως η πτήση δεν είναι τόσο εύκολη όσο φαίνεται.



Φανταστείτε να βάζατε ένα ζευγάρι φτερών προσπαθώντας να πετάξετε· θα μπορούσατε να κρατήσετε τα χέρια σας τεντωμένα ακόμα και για 5 ή 19 λεπτά; Τα πουλιά το κάνουν για ώρες, μερικές φορές και για μέρες!

Άλλωστε, γιατί πετούν εκεί πάνω; Δεν το κάνουν για διασκέδαση· δουλεύουν. Ψάχνουν για φαγητό ή κάτι για να φτιάξουν την φωλιά τους, φροντίζοντας τα παιδιά τους και προσπαθώντας να αποφύγουν τον κίνδυνο.

Τα πουλιά και τα ζώα φοβούνται πάντα ότι κάποιος ή κάτι πρόκειται να τα αρπάξει· έτσι ζουν με φόβο και ανησυχία. Οι ζωές των ζώων δεν είναι τόσο μεγάλες. Δεν έχουν άλλη επιλογή από το να ψάξουν για φαγητό, να πολεμήσουν και να σκοτώσουν για να μείνουν ζωντανά. Πιστεύουμε ότι ορισμένα κατοικίδια ζώα είναι τυχερά, αλλά είναι πραγματικά χαρούμενα; Ίσως θα προτιμούσαν να είναι έξω στην φύση ή να ψάξουν το δικό τους φαγητό· δεν ξέρουμε.

Όλα τα ζώα στον πλανήτη γη δεν ζουν μόνο από τις καιρικές και ατμοσφαιρικές συνθήκες όπως τον αέρα και την θερμοκρασία. Χρειάζονται επίσης τροφή για ενέργεια, συντήρηση και επιβίωση.



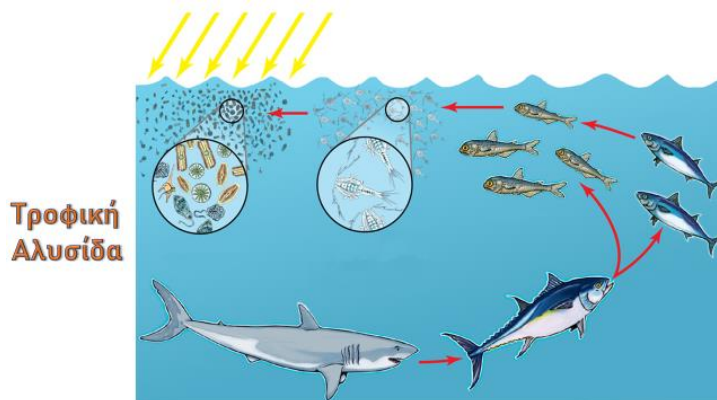
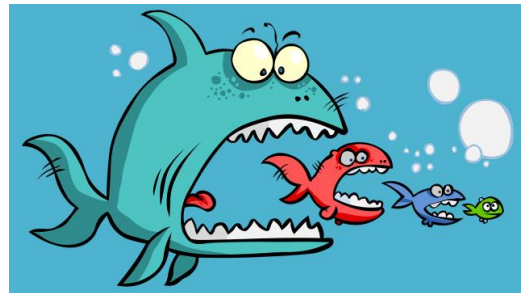
Η ύπαρξη στον πλανήτη γη σημαίνει να τρως και να αποφεύγεις να μη σε φάνε.

Επομένως, ολόκληρη η γη είναι μουσκεμένη και λερωμένη από το αίμα αμέτρητων εκατομμυρίων ζώων, που σκοτώθηκαν και ακόμα σκοτώνονται για φαγητό, στην ξηρά, στην θάλασσα και στον αέρα. Πολλά αρχαία είδη ζώων εξαφανίστηκαν και νέα είδη εξαφανίζονται, επειδή δεν μπόρεσαν και δεν μπορούν να αποφύγουν να πέσουν θύματα των αρπακτικών ζώων, συμπεριλαμβανομένου και του ανθρώπου.

Πάνω στον πλανήτη γη υπάρχουν δισεκατομμύρια στόματα που περιμένουν να φάνε ζώα. Όχι μόνο για πρωινό, αλλά και για μεσημεριανό και βραδυνό. Όχι μόνο για μια μέρα, αλλά για μήνες και για χρόνια. Έτσι ο φόνος τέτοιων ζώων γίνεται σε αμέτρητο αριθμό. Υπολογίστε πόσα δισεκατομμύρια ζώα φονεύονται κάθε χρόνο επί πολλά χρόνια!



Σχεδόν όλα τα ζώα ζουν με τον φόβο των αρπακτικών που τα σκοτώνουν και τα τρώνε. Ξέρουμε ότι «το μεγάλο ψάρι τρώει το μικρό». Αυτό μεταφορικά γίνεται όχι μόνο στους ωκεανούς αλλά και στην ξηρά γιατί αυτό κάνουν τα ζώα σύμφωνα με την τροφική αλυσίδα. Ζουν και αναπαράγονται τρώγοντας άλλα μικρότερα ή πιο αδύναμα ζώα.



Οι άνθρωποι βέβαια έχουν τον δικό τους τρόπο για να τρώει ο ένας τον άλλον μέσα από τον πόλεμο των επιχειρήσεων και του κέρδους.



Πρέπει επίσης να αναφέρουμε ότι υπάρχουν κάποια ζώα στην θάλασσα (όπως και στην ξηρά), που οι άνθρωποι πιστεύουν ότι είναι πολύ ευτυχισμένα και ελεύθερα, για παράδειγμα τα δελφίνια (επειδή δείχνουν να χαμογελάνε). Έχουμε όμως πληροφορίες ότι τα δελφίνια έχουν αρχίσει να εξαφανίζονται. Ως αποτέλεσμα της φαλινοθηρίας και άλλων ανθρώπινων και φυσικών επιρροών, δεκαέξι είδη φαλαινών και δελφινιών θεωρούνται ότι κινδυνεύουν να εξαφανιστούν, σύμφωνα με τον Νόμο για τα απειλούμενα είδη. Επιπλέον, επειδή έχουμε ανεπαρκείς γνώσεις για τα περισσότερα είδη δελφινιών και φαλαινών, μπορεί να υπάρχουν πολλά περισσότερα είδη που απειλούνται με εξαφάνιση.

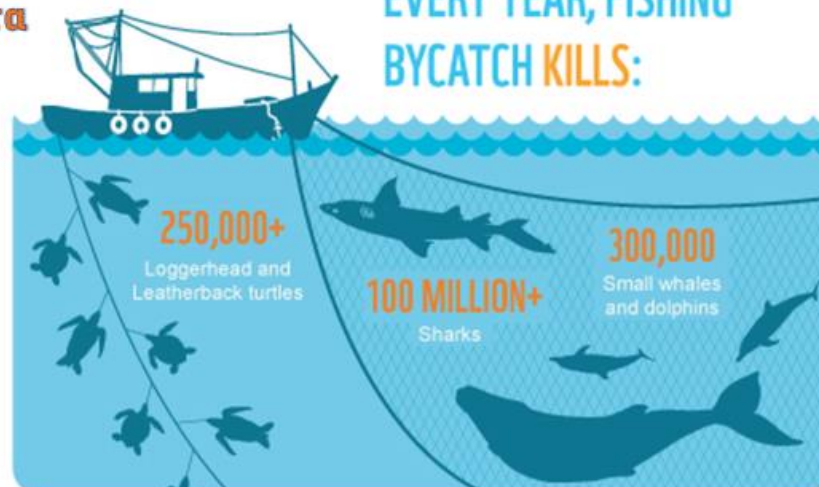


Σήμερα έχουν απομείνει μόνο πέντε είδη ποταμίσια δελφινιών στον κόσμο, και όλα απειλούνται ή κινδυνεύουν σοβαρά. Αυτό συμβαίνει επειδή η ρύπανση, τα φράγματα, η ναυτιλία και τα αλιεύματα, έχουν επιπτώσεις σε αυτό το εικονικό είδος.



Τα δελφίνια καθώς και άλλα είδη όπως οι θαλάσσιες χελώνες, οι καρχαρίες, κ.λπ. κινδυνεύουν με μείωση του πληθυσμού τους λόγω της παρεμπιπτούτσας αλιείας.

## Παρεμπύπτονα αλιεύματα





Στην συνέχεια έχουμε την ρύπανση των θαλασσών, όπου τα πλαστικά απόβλητα σχηματίζουν τεράστια νησιά, εκθέτωντας σε κίνδυνο όλα τα ζώα που ζούν στον ωκεανό. Χελώνες, μικρές φάλαινες, καρχαρίες, δελφίνια, ψαροπούλια, κ.λπ., καταπίνουν όλα αυτά τα απόβλητα χάνοντας έτσι την ζωή τους.



Το 2014, εκτιμάται ότι υπήρχαν 15 με 51 τρισεκατομμύρια επιμέρους κομμάτια μικροπλαστικών στους ωκεανούς του κόσμου, τα οποία εκτιμάται ότι ζυγίζουν 93.000 με 236.000 μετρικούς τόνους.

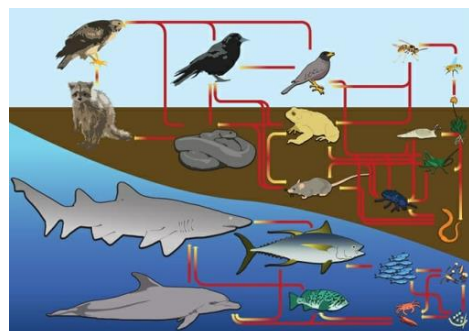


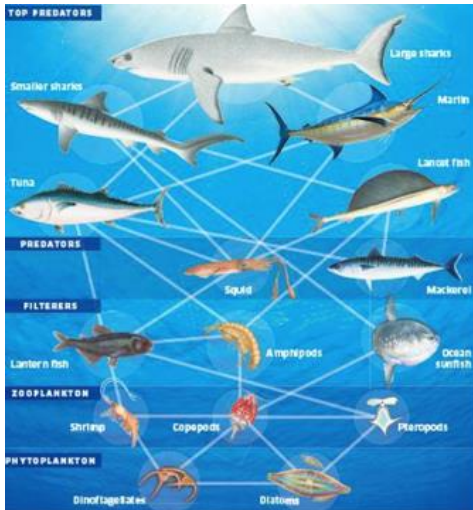
### Τροφική Αλυσίδα



Ανάλογη τροφική αλυσίδα υπάρχει και στην ξηρά, όπου τα μεγαλύτερα, ισχυρότερα, και πολυπληθή ζώα, τρώνε τα μικρότερα και τα πιο αδύναμα. Αυτός είναι ο κόσμος των ζώων, όπου έχουμε τον ίδιο κανόνα «το μεγάλο ψάρι τρώει

το μικρό», στην ξηρά, στην θάλασσα και στον αέρα. Στην θάλασσα ειδικά υπάρχει μεγάλη αναταραχή, και οι επιστήμονες μπερδεύονται καμιά φορά για το ποιός τρώει ποιόν!

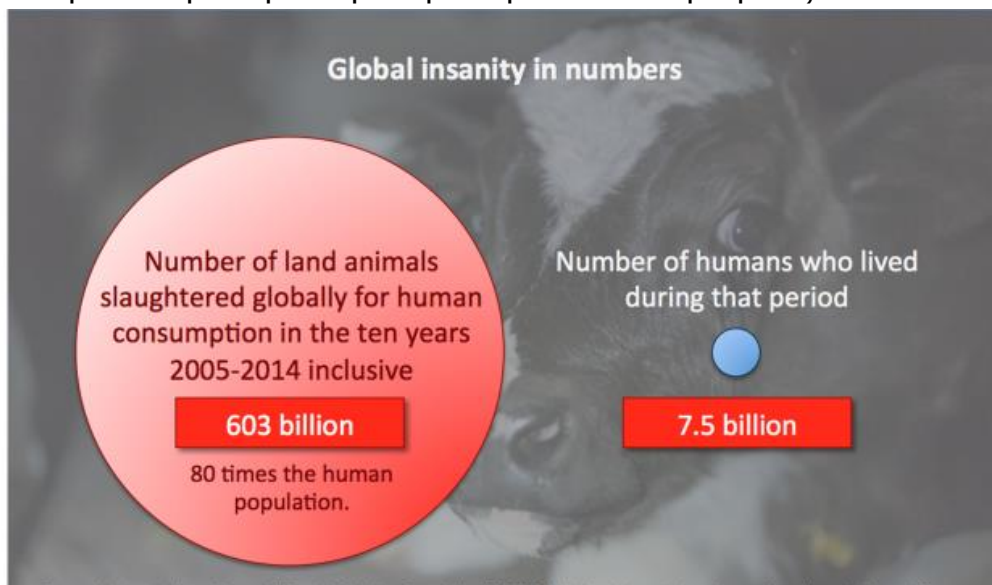




Πολλά ψάρια που μοιάζουν με δαίμονες, το οφείλουν στο κακό κάρμα που έχουν συσσωρεύσει. Διότι και τα ψάρια όπως όλα τα ζώα, έχουν χαρακτήρα, έχουν επιθυμίες, που τις εκπληρώνουν με

αγριότητα. Είναι αυτός ο φαύλος κύκλος που εάν εμπλεχθεί κάποιος σ' αυτόν, πρέπει να επιβιώσει με αγριότητα και επιθετικότητα, μέχρι να του επιτεθεί κάποιος άλλος και να τον εξοντώσει.

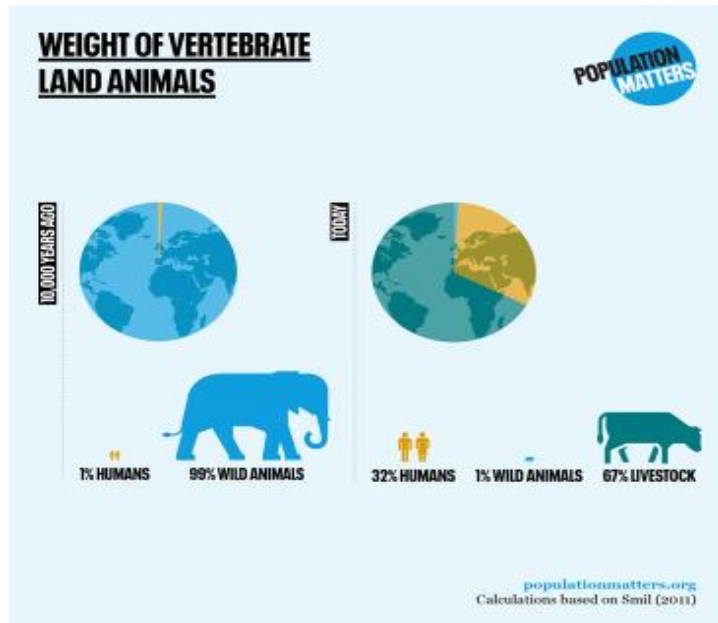
Εδώ βλέπουμε την παγκόσμια τρέλλα σε αριθμούς:



Ο αριθμός των ζώων ξηράς μόνον, που σφαγιάσθηκαν παγκοσμίως για ανθρώπινη κατανάλωση κατά την δεκαετία 2005-2014, ανέρχεται σε 603 δισεκατομμύρια (80 φορές περισσότερο του ανθρώπινου πληθυσμού). Ο αριθμός των ανθρώπων που έζησαν την ίδια περίοδο ήταν 7.5 δισεκατομμύρια.

Δεν έχουν υπολογισθεί τα θαλάσσια ζώα και τα πτηνά, ούτε τα άγρια ζώα που ανεβάζουν αυτόν τον αριθμό κατά πολλά δισεκατομμύρια επιπλέον.

Παρακάτω βλέπουμε την αναλογία μεταξύ ανθρώπου και ζώων 10.000 χρόνια πριν και σήμερα:



Πριν 10.000 χρόνια η αναλογία ήταν 1% άνθρωποι και 99% άγρια ζώα (ξηράς). Σήμερα τα ποσοστά έχουν αντιστραφεί επικίνδυνα: Μόνο 1% είναι άγρια ζώα, 32% άνθρωποι, και 67% ζώα (ξηράς μόνο) παραγωγής κρέατος και γαλακτοκομικών!

Όλο το οικοσύστημα πάνω στην γη έχει αλλάξει, και τα ζώα έχουν υποβιβασθεί σε αντικείμενα ικανοποίησης των ανθρώπινων αναγκών και της ανθρώπινης απληστίας. Οι άνθρωποι τα εκμεταλλεύονται σε τόσο μεγάλο βαθμό, που τα περισσότερα πεθαίνουν ή σφαγιάζονται πριν φτάσουν το προσδόκιμο όριο ζωής τους. Μερικά είδη δε, είναι καταδικασμένα να πεθάνουν αμέσως μετά την γέννησή τους.

Αυτός είναι ο κόσμος των ζώων, ένας κόσμος ξεπεσμού. Και αν ξεπέσει κανείς σ' αυτόν είναι λόγω του φαύλου κάρμα που έχει συσσωρεύσει. Κανείς δεν γεννιέται σαν ζώο τυχαία. Τα ζώα αυτά είτε έχουν φονεύσει, είτε έχουν κλέψει, είτε έχουν κάνει πολύ άσχημες πράξεις, σκληρές πράξεις. Τελικά γεννιούνται σε έναν σκληρό κόσμο, σε έναν πολύ επώδυνο κόσμο, στον οποίο πρέπει να υποφέρουν όλα αυτά τα δεινά σαν αποτέλεσμα του κάρμα τους.

Υπάρχουν βέβαια τρόποι για να απελευθερωθούν, αλλά για όσο βρίσκονται σ' αυτόν τον κόσμο του ξεπεσμού πρέπει να υποφέρουν αυτά τα βάσανα.

Μετά έχουμε τον κόσμο των δαιμόνων ή των τιτάνων.

## Ο ΚΟΣΜΟΣ ΤΩΝ ΔΑΙΜΟΝΩΝ

Οι δαίμονες ή οι τιτάνες (Asura) είναι ισχυροί και πολεμικοί, αλλά φαίνεται ότι δεν βλάπτουν τους ανθρώπους.



Δηλαδή, ζουν μεταξύ τους και πολεμούν μεταξύ τους. Πάνω απ' όλα, είναι εθισμένοι στα πάθη, και ειδικά στην οργή, στην υπερηφάνεια, στον φθόνο, στην ανειλικρίνεια, στην ψευδολογία, στην καύχηση και στην πολεμοχαρά.

Πάντα επιθυμούν να είναι ανώτεροι από τους άλλους, χωρίς υπομονή για τους κατώτερους, και υποτιμώντας τους ξένους.

Στον ανθρώπινο κόσμο μπορούμε να πούμε ότι έχουμε τέτοιους δαίμονες, δηλαδή ανθρώπους που είναι φιλοπόλεμοι, πολεμοχαρείς, και δημιουργούν πολέμους και συγκρούσεις.

Εάν διαβάσουμε την ανθρώπινη ιστορία, μπορούμε να δούμε ότι οι άνθρωποι ήταν πολύ



σκληροί ο ένας προς τον άλλον, και έχουν κάνει μάχες τόσο σκληρές, με τέτοιο δαιμονικό τρόπο, που μας τρομάζουν όταν ακούμε γι' αυτές. Τελικά, αυτό που μαθαίνουμε από την ιστορία, και την παγκόσμια και την εθνική, είναι η μία μάχη μετά την άλλη.

Οι άνθρωποι που συμμετέχουν σε τέτοιες μάχες διαπράττωντας φαύλες πράξεις, σε ποιόν κόσμο επαναγεννιούνται τελικά; Θα το δούμε παρακάτω.

Βέβαια από την πρωτόγονη εποχή αλλά και από τα αρχαία χρόνια, οι άνθρωποι είχαν αυτή την τάση να ντύνονται και να βάζονται με πολύ άγριο τρόπο για να φοβερίσουν τους εχθρούς



τους και να δείξουν ότι είναι ικανοί να σκοτώσουν. Σήμερα μάλιστα, είναι εξοπλισμένοι με μοντέρνα όπλα και ντύνονται με ανάλογο τρόπο.

Τώρα εάν τέτοιοι άνθρωποι σας φαίνονται ήρωες και άξιοι θαυμασμού, μπορείτε να τους θαυμάζετε, αλλά αυτοί δεν παύουν να είναι πολεμοχαρείς και να έχουν την τάση να σκοτώνουν εύκολα.

Όλοι οι πολιτισμοί που αναπτύχθηκαν, αναπτύχθηκαν στηριζόμενοι στα στρατεύματα, στην βία και στην σκληρότητα. Οι



πόλεμοι δεν είναι κάτι ασυνήθιστο στον ανθρώπινο κόσμο. Όλα τα μεγάλα κράτη που ανέπτυξαν μεγάλο πολιτισμό είχαν φοβερούς στρατούς, που έστελναν νέα παιδιά να πηγαίνουν και να σφάζουν τους εχθρούς τους,

να τους κομματιάζουν με σκληρότητα και αγριότητα. Έτσι έχουμε αμέτρητες μάχες και πολέμους που έχουν διεξαχθεί με τρομερούς στρατούς χιλιάδων ατόμων. Στρατόπεδα και στρατόπεδα και πεδία μάχης έχουν γεμίσει από αίμα, και μέχρι σήμερα οι αρχαιολόγοι εξακολουθούν να ανακαλύπτουν ασπίδες και δόρατα στρατιωτών που έπεσαν στα πεδία των μαχών.



Και η ιστορία της Ευρώπης είναι αυτή. Μια φιλοπόλεμη θεά που στέκεται όρθια με το σπαθί, έτοιμη να υπερασπισθεί τους λαούς αυτών των ευρωπαϊκών χωρών. Αυτό βέβαια συμβαίνει και σε άλλες χώρες και λαούς. Κάθε λαός έχει την δική του θεότητα του πολέμου που είναι το ιδανικό είδωλο για την προστασία της χώρας.

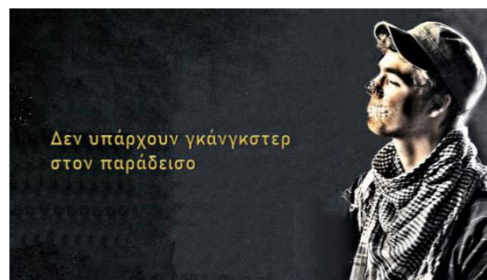
Εν ολίγοις, οτιδήποτε απέκτησαν οι άνθρωποι, το απέκτησαν με την βία και την σκληρότητα.

**Γκάνγκστερ**



Όλοι αυτοί οι άνθρωποι που κάνουν αυτές τις σκληρές πράξεις, που φονεύουν κ.λπ., πού επαναγεννιούνται; Στους κόσμους των δαιμόνων!

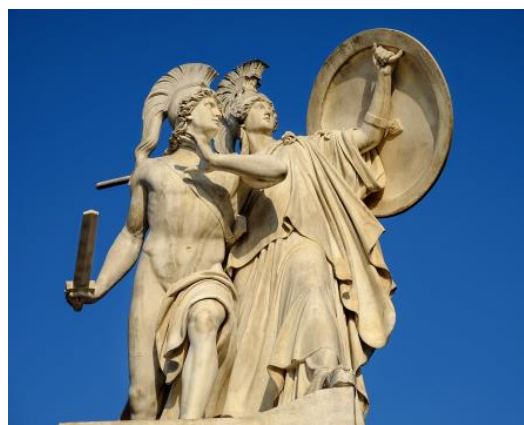
Και φυσικά, τις πράξεις αυτές δεν τις κάνουν μόνον οι άνθρωποι των πολέμων αλλά και οι γκάνγκστερ. Κι αυτοί πηγαίνουν στον παράδεισο; Δεν υπάρχουν γκάνγκστερ στον παράδεισο! Όπως δεν υπάρχουν στον παράδεισο και άλλοι άνθρωποι που κάνουν τέτοιες πράξεις.



Στην αρχαία ελληνική μυθολογία, οι τιτάνες παρουσιάζονται σαν τέρατα που τρώνε τα παιδιά τους για να μη τους κλέψουν την εξουσία. Έχουμε



δε και περιγραφές για μάχες μεταξύ θεών και τιτάνων για την εξουσία, τις λεγόμενες τιτανομαχίες.



Πολλοί θεοί έχουν προσωποποιηθεί σαν θεοί του πολέμου, αρματωμένοι με ξίφη και ασπίδες, όπως ο θεός Άρης και η θεά Αθηνά.

Η εμφάνιση των θεοτήτων του πολέμου είναι ακριβώς η απεικόνιση της αγριότητας που χρησιμοποιούσαν οι άνθρωποι για να εκφοβίσουν τους εχθρούς τους. Αυτό δεν γινόταν μόνο στην Ευρώπη αλλά και στην Ασία.



Στην Ινδία υπάρχουν πολλοί τέτοιοι θεοί που απεικονίζουν αυτή την αγριότητα, έτοιμοι να κόψουν τα κεφάλια των εχθρών και να τους κομματιάσουν.



**Βίσνου**



Ο Βίσνου απεικονίζεται πολλές φορές σαν φιλοπόλεμος και πολεμοχαρής θεός. Υπάρχει δε, η επική μάχη που δώθηκε ανάμεσα στον Σίβα και στον Βίσνου, μάχη μεταξύ θεών και όχι τιτάνων.

### **Η επική μάχη μεταξύ του Σίβα και του Βίσνου**



Τέτοιοι θεοί παρουσιάσθηκαν σε πολλές ιερές γραφές και θρησκευτικά κείμενα πολλών λαών. Στους Εβραίους έχουμε τον θεό Ιεχωβά που είναι το κύριο όνομα του θεού του Ισραήλ στην εβραϊκή Βίβλο (Παλαιά Διαθήκη). Μερικοί μεταφραστές τον ονομάζουν Κύριο, αλλά στα εβραϊκά είναι Γιαχβέ, και σε παλιές μεταφράσεις ονομάζεται επίσης έτσι.



**Ο Ιεχωβάς (Jehovah)**

**Το κύριο όνομα του  
Θεού του Ισραήλ  
στην εβραϊκή Βίβλο  
(Παλαιά Διαθήκη).**

Στην Παλαιά Διαθήκη παρουσιάζεται ως ακολούθως:



**«Ο Ιεχωβά είναι άντρας του πολέμου.  
Το δεξί του χέρι συντρίβει σε  
κομμάτια τον εχθρό» (Εξ.15: 3,6).  
«Ο Ιεχωβά είναι δυνατός στη μάχη»  
(Ψαλ. 24: 8).  
Ο Ιεχωβά είναι ο Άρχοντας των  
δυνάμεων (στρατοί που πηγαίνουν  
στον πόλεμο).  
«Θα προκαλέσει ζήλια σαν ένας  
άντρας πολέμου, ή « ένας άντρας  
των πολέμων» που έχει συνηθίσει να  
πολεμάει σε μάχες».**

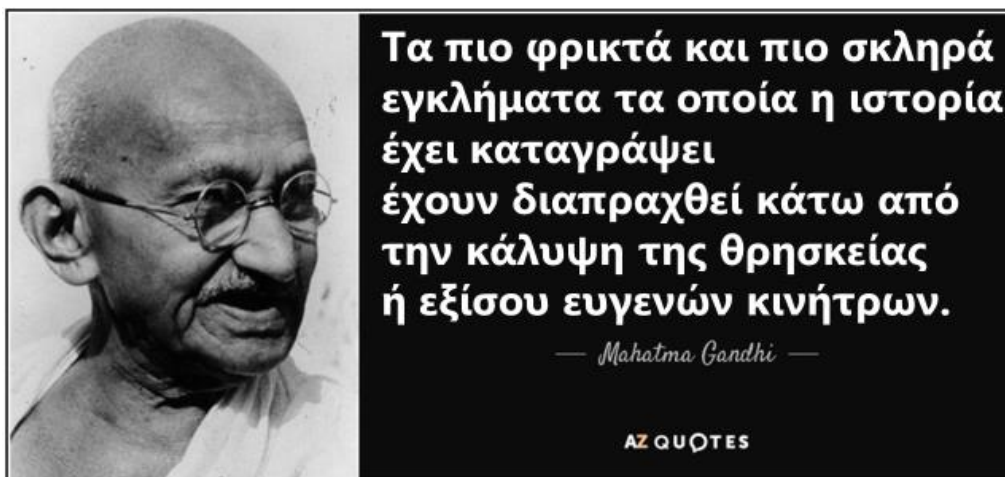
Τέτοιες περιγραφές υπάρχουν πολλές και σε άλλα ιερά ή θρησκευτικά κείμενα άλλων χωρών, όπως οι διάλογοι ανάμεσα στον Αρτζούνα και τον Κρίσνα, όπου ο θεός Κρίσνα δίνει συμβουλές πολέμου στον Αρτζούνα, και πάει λέγοντας από λαό σε λαό.

Πολλές θρησκείες προωθούν τους οπαδούς τους να πάνε στον πόλεμο και να πολεμήσουν, υποσχόμενοι ότι αν πεθάνουν και χάσουν την ζωή του στην μάχη, θα πάνε στον παράδεισο του θεού τους και θα απολαύσουν την βασιλεία των ουρανών. Οι απολαβές διαφέρουν από λαό σε λαό: για τους μουσουλμάνους είναι παρθένες, για τους Βίκινγκς ήταν η συναναστροφή με τους θεούς στην Βαλχάλα, κλπ. Οι Βίκινγκς πίστευαν ότι όταν πεθάνουν στην μάχη θα γεννηθούν στον παράδεισο της Βαλχάλα και εκεί θα πίνουν μύρα και κρασί μαζί με τους θεούς. Για τους τζιχαντιστές οι μάρτυρες θα γεννηθούν σε ένα καλύτερο κόσμο, σε έναν παράδεισο, παρ' όλο που έχουν σκοτώσει χιλιάδες ανθρώπους με τις ενέργειές τους που κατά την γνώμη τους ωθούνται από ευγενή κίνητρα.

Και οι στρατηγοί ασφαλώς προωθούν τέτοιες ιδέες για να δώσουν θάρρος στα νέα παιδιά των είκοσι ή εικοσιπέντε ετών που πάνε στην μάχη και ως είναι φυσικό φοβούνται.

Για άλλη μια φορά λοιπόν, δεν πρέπει να ξεχνάμε τα λόγια του Μαχάτμα Γκάντι, ότι τα πιο φρικτά και πιο σκληρά εγκλήματα που έχει καταγράψει η ιστορία, έχουν διαπραχθεί κάτω από την κάλυψη της θρησκείας ή άλλων εξ' ίσου ευγενών κινήτρων.





Οι άνθρωποι λοιπόν που κάνουν τέτοια φρικτά και σκληρά εγκλήματα, παρ' όλο που έχουν την ιδέα ότι υποκεινούνται από ευγενή κίνητρα και κάνουν το καθήκον τους προς τον θεό τους, γεννιούνται σ' αυτούς τους κόσμους του ξεπεσμού, στον κόσμο των δαιμόνων ή τιτάνων, και περνούν όλο τον χρόνο της ζωής τους εκεί, πολεμώντας και σκοτώνοντας ο ένας τον άλλον, όπως κάνουν οι μαφιόζοι και οι γκάνγκστερ, τελείως αντίθετα από τον ευτυχισμένο παράδεισο που νόμιζαν ότι θα πάνε. Αυτοί βέβαια που έχουν κάνει αυτές τις πράξεις επανειλημμένα, δεν γεννιούνται στους δαίμονες αλλά στους κόσμους των κολάσεων. Το ίδιο ισχύει και για τους ίδιους τους δαίμονες οι οποίοι λόγω των πολλαπλών φόνων και πολέμων που εκτελούν στον κόσμο τους, γεννιούνται κι αυτοί στις κολάσεις.

#### **ΟΙ ΚΟΣΜΟΙ ΤΩΝ ΚΟΛΑΣΕΩΝ**

**Αυτοί είναι κόσμοι αδιανόητου πόνου και βασάνων.**

**Δεν πρέπει όμως να συγχέονται με την αιώνια κόλαση που προτείνονται από άλλες θρησκείες, δεδομένου ότι ο χρόνος εδώ είναι, όπως σε κάθε άλλο κόσμο, προσωρινός.**



Για πολλούς ανθρώπους η ύπαρξη αυτών των κόσμων φαίνεται εξωπραγματική, όμως πολλά είναι αυτά που εμείς δεν γνωρίζουμε. Για παράδειγμα, εμείς σαν ανθρώπινο γένος, μόλις πρόσφατα τα τελευταία εκατό με εκατόν πενήντα χρόνια ανακαλύψαμε πολλά άλλα είδη ζώων που υπήρξαν ή που υπάρχουν στον πλανήτη μας,

για τα οποία προηγουμένως ούτε καν είχαμε διανοηθεί ότι υπάρχουν· όπως π.χ. οι δεινόσαυροι που ήταν τεράστιου μεγέθους και έμοιαζαν με τέρατα, και που αν τους συναντούσαμε θα τρομάζαμε γιατί θα μπορούσαν να μας φάνε σε δευτερόλεπτα· ή όπως τα ψάρια που υπάρχουν στα βάθη των ωκεανών και έχουν φοβερή όψη σαν δαίμονες και μεγάλη δύναμη, κλπ.

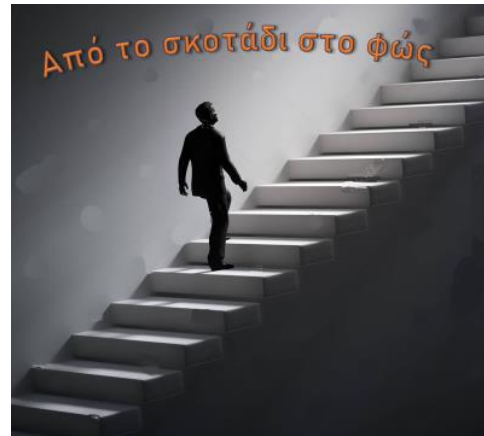
Επίσης, μέχρι πριν πενήντα χρόνια, οι επιστήμονες πίστευαν ότι δεν μπορούσε να υπάρχει ζωή στους ωκεανούς κάτω από το όριο των εκατό μέτρων διότι οι ακτίνες του ηλίου δεν διαπερνούν το νερό κάτω από τα εκατό μέτρα. Αυτή ήταν η αντίληψη των ανθρώπων τότε. Σήμερα βέβαια, έχουν ανακαλύψει ότι στους πυθμένες των ωκεάνιων αβύσσων, σε βάθος εντεκάμιση χιλιάδων μέτρων υπάρχει ζωή.

Έτσι, όσον αφορά τους κόσμους του ξεπεσμού, μπορεί κάποιος να ανακαλύψει από μόνος του εάν όντως υπάρχουν! Διότι αυτοί οι κόσμοι αντανακλώνται και στον ανθρώπινο κόσμο. Ο καθένας μπορεί να δει ότι υπάρχουν άνθρωποι που βιώνουν την κόλαση στην ζωή τους πριν ακόμα πεθάνουν, όπως για παράδειγμα εξ' αιτίας των πολιτικών συστημάτων όλων των εποχών, που πάντα βασάνιζαν και εξακολουθούν να βασανίζουν ομήρους και πολιτικούς κρατούμενους. Έχουμε ντοκουμέντα για τα φρικτά και σκληρά εγκλήματα που έκαναν και εξακολουθούν να κάνουν οι άνθρωποι στους ίδιους τους ανθρώπους. Το πού επαναγεννιούνται αυτοί οι άνθρωποι, μπορείτε να το φανταστείτε!

Ο Βούδδας έχει πει ότι υπάρχουν τέσσερα είδη ανθρώπων. Μερικοί άνθρωποι διαπράττουν φαύλο κάρμα, πολύ σκοτεινό και βαρύ κάρμα, που τους οδηγεί στο να κάνουν κι άλλο φαύλο κάρμα· πηγαίνουν δηλαδή από το σκοτάδι στο σκοτάδι.



Άλλοι άνθρωποι που έχουν περισσότερη συνειδητοποίηση, κάνουν κάρμα που τους οδηγεί από το σκοτάδι στο φως. Σταδιακά, εγκαταλείπουν αυτές τις φαύλες πράξεις διότι καταλαβαίνουν ότι δεν υπάρχει λύση με την τέλεσή τους, και αρχίζουν να συναναστρέφονται με καλούς ανθρώπους κάνοντας καλές πράξεις.



Άλλοι πάλι, πάνε από το φως στο σκοτάδι. Παρ' όλο που έχουν γεννηθεί σε καλές καταστάσεις, σε καλές και πλούσιες οικογένειες με όλες τις καλές συνθήκες, εν τούτοις διαφθείρονται, μπλέκουν με κακές παρέες, και εκτελούν πολλές φαύλες πράξεις οι οποίες σταδιακά τους οδηγούν στον υπόκοσμο.



Τέλος υπάρχουν αυτοί που κάνουν το ταξίδι τους από το φως στο φως. Κάνουν καλές πράξεις και πάντα ζητούν ευκαιρία να κάνουν κι άλλες καλές πράξεις. Συναναστρέφονται με καλούς ανθρώπους και αποφεύγουν να εκτελούν φαύλες πράξεις που μπορεί να τους οδηγήσουν σε επώδυνες καταστάσεις.



Αυτά είναι τὰ τέσσερα είδη ατόμων στον κόσμο. Τώρα, πόσοι άνθρωποι γεννιούνται σ' αυτούς τους κόσμους του ξεπεσμού; Ο Βούδδας έχει δώσει μια παρομοίωση γι' αυτό:

Μια μέρα πήρε κι έβαλε έναν κόκκο άμμου πάνω στο νύχι του, και στην συνέχεια ρώτησε τους παρευρισκόμενους: «Ποιός είναι περισσότερος, αυτός ο κόκκος άμμου πάνω στο νύχι μου, ή οι κόκκοι της άμμου που υπάρχουν σε όλον τον πλανήτη γη;»



Οι παρευρισκόμενοι απάντησαν:

«Ασφαλώς Κύριε, οι κόκκοι της άμμου που υπάρχουν σε όλον τον πλανήτη γη, είναι περισσότεροι».

Ο Βούδδας συνέχισε: «Έτσι ακριβώς και τα όντα που μεταβαίνουν από αυτόν τον κόσμο στους κόσμους του ξεπεσμού, είναι σαν την άμμο του πλανήτη γη, ενώ τα όντα που μεταβαίνουν από αυτόν τον κόσμο στους ανώτερους κόσμους, είναι σαν τον κόκκο της άμμου πάνω στο νύχι μου!»

Αυτή η εξήγηση μπορεί να μας φαίνεται παράξενη, αλλά τελικά τα όντα που γεννιούνται στον ανθρώπινο κόσμο ή στους θεϊκούς κόσμους της λεπτοφυούς ύλης μέσω των εκστάσεων, είναι ελάχιστα σε σύγκριση με αυτά που γεννιούνται στους κόσμους του ξεπεσμού.

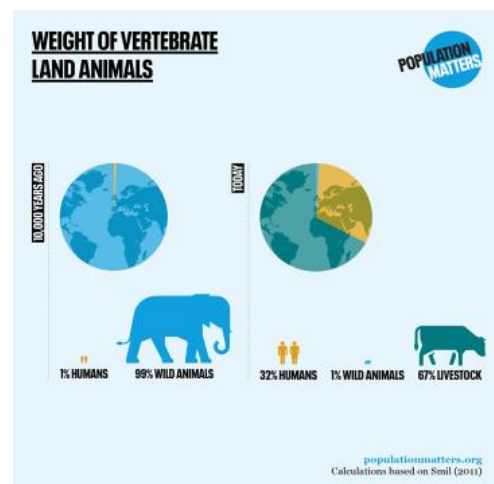
Όσοι έχουν διαβάσει την παγκόσμια ιστορία σχετικά με τον ανθρώπινο πληθυσμό και τον πληθυσμό των άλλων όντων, θα έχουν διαπιστώσει ότι ο συνολικός πληθυσμός των ζώων της ξηράς, της θαλάσσης, του αέρος, των εντόμων και άλλων οργανισμών, ξεπερνά κατά πολλά τρισεκατομμύρια τον πληθυσμό των ανθρώπων. Εμείς είμαστε μια κουκκίδα συγκριτικά με όλα τα όντα που υπάρχουν στην γη.

Θα δούμε ξανά τον χάρτη αναλογίας μεταξύ ανθρώπων και ζώων.

Πριν 10.000 χρόνια ο πληθυσμός των χερσαίων ζώων μόνο, ήταν 99% και των ανθρώπων μόνο 1%.

Την εποχή του Βούδδα 2.500 έτη πριν, ο πληθυσμός των ανθρώπων δεν ήταν όπως σήμερα αλλά πολύ λιγώτερος.

Αλλά και σήμερα που ο πληθυσμός των ανθρώπων έχει φτάσει στο 32%, πάλι υπολείπεται έναντι του πληθυσμού των άλλων όντων.



Μιλάμε εδώ για το 67% των ζώων εκτροφής μόνον! Χωρίς να υπολογίσουμε τα ζώα της θάλασσας, του αέρα, των ποταμών και των λιμνών, των εντόμων, και αυτών που βρίσκονται κάτω από την γη, καθώς και του ζωοπλαγκτόν και άλλων έμβιων οργανισμών. Πόσο μάλλον εάν υπολογίσουμε και τους κόσμους των φαντασμάτων, των δαιμόνων και των κολάσεων!

Είμαστε λοιπόν σαν μια κουκκίδα άμμου πάνω στο νύχι ενός ανθρώπου. Έτσι όλοι εμείς που γεννηθήκαμε σαν άνθρωποι, έχουμε γεννηθεί σε έναν καλότυχο κόσμο, παρ' όλες τις δυσκολίες που υπάρχουν. Διότι σαν άνθρωποι έχουμε την ικανότητα να αναπτύξουμε και να εξυψώσουμε την νοημοσύνη μας, και να κατανοήσουμε περισσότερα πράγματα από αυτά που μπορούν να κατανοήσουν τα άλλα όντα που έχουν ξεπέσει στους κατώτερους κόσμους λόγω των φαύλων πράξεων που έχουν διαπράξει.

Μπορούμε να πετύχουμε αυτή την ανύψωση μέσω των καλών πράξεων που κάνουμε με το σώμα, την ομιλία, και τον νου μας ανά πάσα στιγμή, αρκεί να έχουμε την απαιτούμενη γνώση γι' αυτό το ταξίδι. Πολλές καλές πράξεις μπορούν να τελεσθούν χωρίς να χρειάζεται να ξοδέψει κανείς ούτε μια δεκάρα! Δεν είναι θέμα χρήματος αλλά χρόνου και καλής θέλησης.

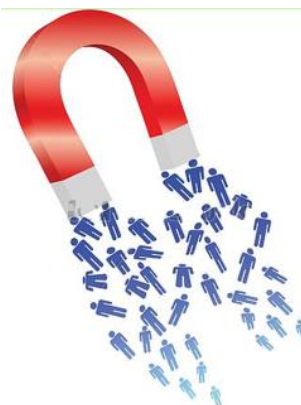
### Ο Νόμος της Έλξης

Σε αυτό το σημείο πρέπει να αναφέρουμε και τον νόμο της έλξης, ότι δηλαδή «το όμοιο ελκύει το όμοιο».

Σαν άνθρωποι ελκούμε ανθρώπους που έχουν τα ίδια ενδιαφέροντα, είμαστε δηλαδή ένας ζωντανός μαγνήτης. Αυτό που προσελκύουμε στην ζωή μας είναι αυτό που βρίσκεται σε συνάφεια με τις επικρατούσες σκέψεις, λέξεις και πράξεις μας.

Αν είμαστε ηθικοί, προσελκύουμε ηθικούς ανθρώπους στην ζωή μας. Αν είμαστε ανήθικοι προσελκύουμε ανήθικους ανθρώπους.

Αν θέλουμε καλούς, ηθικούς και ενάρετους ανθρώπους στην ζωή μας, πρέπει να προσπαθήσουμε να είμαστε εμείς οι ίδιοι καλοί, ηθικοί και ενάρετοι. Κατ' αυτόν τον τρόπο ελκούμε την συναναστροφή ανθρώπων που μας κάνουν καλύτερους, και όχι εκείνων που ενθαρρύνουν τον χειρότερο εαυτόν μας.



## **Κάρμα (6)**

Καλησπέρα σας και καλώς ήλθατε σ' αυτό το μάθημα στο οποίο όπως κάθε Πέμπτη αναλύουμε την σύνθεση του νου και της ύλης όπως αναφέρεται στις Ομιλίες του Βούδδα. Έχουμε ξεκινήσει και εξηγούμε τα δεκαέξι είδη των εκούσιων πράξεών μας (κάρμα).



Σε γενικές γραμμές πρέπει να ξαναθυμηθούμε ότι από τεχνική άποψη, το κάρμα δηλώνει την καλή ή την φαύλη πρόθεση (*τσέτανσ*) η οποία είναι ο υπεύθυνος ψυχολογικός παράγοντας για την πράξη. Έτσι όταν μιλάμε για πράξεις, βασικά μιλάμε για την ψυχολογία ενός ατόμου η οποία είναι και η πηγή για το πώς θα πράξει κάποιος. Είναι ο ψυχολογικός παράγοντας που συντελεί στην προώθηση κάποιας πράξης. Είναι βασικά η πρόθεση που καθορίζει τις πράξεις μας ως καλές και επιδέξιες ή ως φαύλες και αδέξιες.

Οι άνθρωποι πάντα έκαναν και συνεχίζουν να κάνουν φαύλες ή καλές πράξεις, και φυσικά κρίνονται από αυτές. Οι άνθρωποι που κάνουν φαύλες πράξεις υποτιμούνται, ενώ αυτοί που κάνουν καλές πράξεις επαινούνται. Έτσι δεν κρίνεται κανείς από το έθνος ή την φυλή του αλλά από τις πράξεις του. Διότι ακόμα και ένας χαμηλής τάξης άνθρωπος, εάν είναι επιδέξιος και έντιμος, μπορεί να τιμάται από τους άλλους, ενώ ένας αδέξιος διεφθαρμένος άνθρωπος, ακόμα κι αν είναι της ανώτερης τάξης, υποτιμάται.

Μιλάμε τώρα για διασταυρούμενα ρεύματα ενέργειας ή για διασταυρούμενα ρεύματα των πράξεών μας, ή αλλιώς διασταυρούμενα πεδία ενέργειας των πράξεών μας, διότι εμείς – εάν το δούμε από την φυσική πλευρά της ύπαρξής μας – είμαστε ένα πεδίο ενέργειας και ενεργούμε ανάλογα με τις περιστάσεις στο περιβάλλον μας, κάνοντας άλλες φορές φαύλο κάρμα κι άλλες καλό, δημιουργώντας αυτά τα ρεύματα τα οποία κάπου κάπου διασταυρώνονται, συμπίπτουν, κάπου κάπου συγκρούονται μέσα μας δημιουργώντας ψυχολογικό αντίκτυπο.

Έτσι σ' αυτόν τον πλανήτη έχουμε έναν πληθυσμό δισεκατομμυρίων ανθρώπων, που εκτελούν πράξεις, και αλληλοεπιδρούν μεταξύ τους ανταλλάσσοντας πληροφορίες, ενέργειες, και κάθε είδους δραστηριότητες, οι οποίες έχουν αντίκτυπο στην καθημερινή τους ζωή. Πολλές φορές τα συμφέροντα μιας ομάδας συγκρούονται με τα συμφέροντα μιας άλλης, καταλήγοντας σε μάχες και πολέμους. Αυτά συνέβαιναν στις αρχαίες εποχές και συνεχίζονται μέχρι σήμερα· φαύλες πράξεις που μας σοκάρουν και μας κάνουν να απορούμε πώς μπορεί ο άνθρωπος να φέρεται με τόσο άγριο και επιθετικό τρόπο.



Από την άλλη πλευρά έχουμε και την καλή εικόνα της ζωής, που ορίζεται από την συνεργασία, την συνέργεια, την σύμπραξη, όταν

**Συνεργασία, Συνεργία, Σύμπραξη**



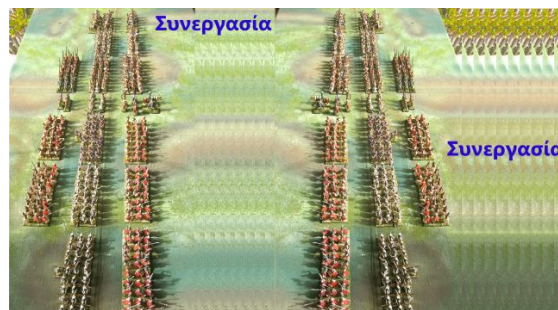
**Πρόοδος**

**Αλtruισμός,  
Γενναιοδωρία,  
Φιλοτιμία,  
Συμπόνια,  
Τιμιότητα,**

άνθρωποι ευρισκόμενοι σε ομόνοια ενώνουν τις δυνάμεις τους και μπορούν να κάνουν θαυμαστά έργα. Έτσι, η συνεργασία και η σύμπραξη οδηγούν στην πρόοδο. Για να επιτευχθεί όμως αυτό, χρειάζεται να υπάρχει

αλtruισμός, γενναιοδωρία, φιλοτιμία, συμπόνια, τιμιότητα, και πολλές άλλες αρετές που συντελούν στην συνεργασία των ατόμων για να κάνουν κάτι καλό. Διότι η συνεργασία από μόνη της δεν είναι αρκετή. Γνωρίζουμε από την παγκόσμια ιστορία, ότι οι άνθρωποι δεν χρησιμοποιούσαν την συνεργασία πάντα για καλούς σκοπούς.

Για παράδειγμα, ολόκληροι στρατοί συνεργάζονται για να χτυπήσουν άλλους στρατούς· και από την αντίθετη πλευρά υπάρχει συνεργασία από άλλους στρατούς για να χτυπήσουν τους πρώτους. Έτσι, εάν εξετάσουμε την συνεργασία μόνο επιφανειακά, δεν μπορούμε να καταλάβουμε την πρόθεση αυτής της συνεργασίας και για ποιόν λόγοι οι άνθρωποι συνεργάζονται.



Όπως έχουμε δει μέχρι τώρα, διαιρέσαμε το κάρμα σε τέσσερις τετράδες και την κάθε μία σε τέσσερις κατηγορίες, που συνολικά συνθέτουν τα δεκαέξι είδη του κάρμα.

Βρισκόμαστε στην 4<sup>η</sup> τετράδα – σύμφωνα με τον τόπο της ωρίμανσής του – και έχουμε εξηγήσει ήδη την πρώτη κατηγορία όσον αφορά το φαύλο κάρμα στην ηδονική σφαίρα ύπαρξης.

Σήμερα θα εξηγήσουμε την δεύτερη κατηγορία που είναι το καλό κάρμα στην ηδονική σφαίρα ύπαρξης.

**2.**  
**Καλό (*kusala*) Κάρμα  
στην Ηδονική Σφαίρα  
Ύπαρξης**

Όταν μιλάμε για καλό κάρμα δηλ. για καλές πράξεις, είμαστε συγκεκριμένοι για το τί εννοούμε. Το ίδιο κι όταν κάνουμε καλές ενέργειες. Προσδιορίζουμε ακριβώς ποιές είναι αυτές οι ενέργειες, τις οποίες μπορούμε να τις βιώσουμε στην καθημερινή μας ζωή, χωρίς να μιλάμε για κάτι αφηρημένο ή μεταφυσικό. Το καλό κάρμα στην ηδονική σφαίρα ύπαρξης είναι τριπλό ανάλογα με τα όργανα της πράξης, δηλαδή:

- **καλή πράξη μέσω του οργάνου του σώματος,  
—σωματική καλή πράξη,**
- **καλή πράξη μέσω του οργάνου του λόγου  
—λεκτική καλή πράξη, και**
- **καλή πράξη μέσω του οργάνου του νου  
—νοητική καλή πράξη.**

Εξετάζοντας την καθημερινή μας ζωή, διαπιστώνουμε ότι έχουμε τις ικανότητες να κάνουμε μερικές φορές καλές πράξεις, που αν και δεν τους δίνουμε πολύ σημασία εν τούτοις παίζουν μεγάλο ρόλο. Στο σημερινό μάθημα πιστεύω ότι θα συνειδητοποιήσουμε ποιές είναι αυτές οι καλές πράξεις, και θα δούμε ότι ο ανθρώπινος κόσμος προσφέρει πάρα πολλές ευκαιρίες για να αναπτύξει κανείς τέτοιες πράξεις.



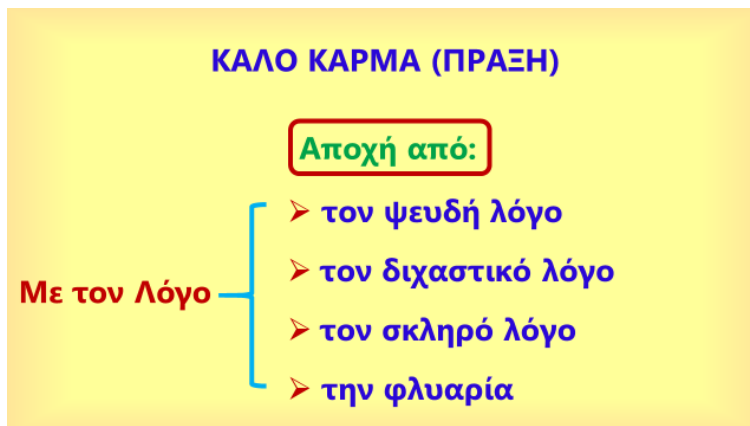
Υπάρχουν δέκα καλές πορείες πράξεων (*κούσσαλα-κάμμα-πάτα*) που εκτελούνται με τα όργανα του σώματος, του λόγου και του νου:

Αρχίζουμε με το σώμα που το χρησιμοποιούμε πιο πολύ.



Αναφορικά με τον φόνο έμβιων όντων, γνωρίζουμε ότι πολλοί άνθρωποι λόγω της επιθετικότητας, έχουν τον πειρασμό να σκοτώνουν ή να βασανίζουν οποιοδήποτε έμβιο ον δούν. Η αποχή από τέτοιες δραστηριότητες είναι καλή πράξη.

Η αποχή από την κλοπή επίσης είναι καλή πράξη, όπως και η αποφυγή της λανθασμένης σεξουαλικής συμπεριφοράς, δηλ. από τον βιασμό, από την σεξουαλική επαφή με ανήλικους, από την μοιχεία, κλπ.



Χρειάζεται να έχει κανείς εγκράτεια για να κάνει καλό κάρμα αποφεύγοντας να λέει ψέμματα, προσπαθώντας να λέει καλά λόγια που φέρνουν ομόνοια και όχι διχασμό ανάμεσα στους ανθρώπους, αποφεύγοντας τα σκληρά λόγια που πληγώνουν τους άλλους, και αποφεύγοντας φυσικά την φλυαρία και το κουτσομπολιό.

## ΚΑΛΟ ΚΑΡΜΑ (ΠΡΑΞΗ)

### Αποχή από:

Με τον Νου

- την απληστία/πλεονεξία
- τον θυμό/την κακοβουλία
- την λανθασμένη νόηση

Συγκρατώντας τον εαυτόν μας από την απληστία και τον θυμό κάνουμε καλές πράξεις. Έχοντας επίσης ορθή νόηση για την συμπεριφορά μας στην καθημερινή ζωή, είναι καλή πράξη.

Έτσι:

- **τρεις πορείες καλών πράξεων είναι σωματικές,**
- **τέσσερις είναι λεκτικές, και**
- **τρεις είναι καθαρά νοητικές.**

Οι πρώτες επτά πορείες ταυτίζονται με την καλή πρόθεση/βούληση που παρακινεί μια προσπάθεια για την επίτευξη της αντίστοιχης καλής πράξης με το σώμα ή με τον λόγο. Πίσω από αυτές τις πράξεις λοιπόν υπάρχει η καλή πρόθεση.



Μια τέτοια καλή πρόθεση/βούληση με τον νου, είναι ένα καλό κάρμα ανεξάρτητα από το αν ολοκληρώνει την πράξη ή όχι. Για παράδειγμα, έχουμε καλές προθέσεις και θέλουμε να κάνουμε τὸ ένα ή το άλλο. Αυτό είναι ένα καλό κάρμα αλλά δεν έχει ακόμα ολοκληρωθεί. Αλλά εάν φτάσει στην ολοκλήρωση της σωματικής ή λεκτικής πράξης και επιτύχει τον στόχο της, τότε γίνεται μια πλήρους πορείας πράξη.

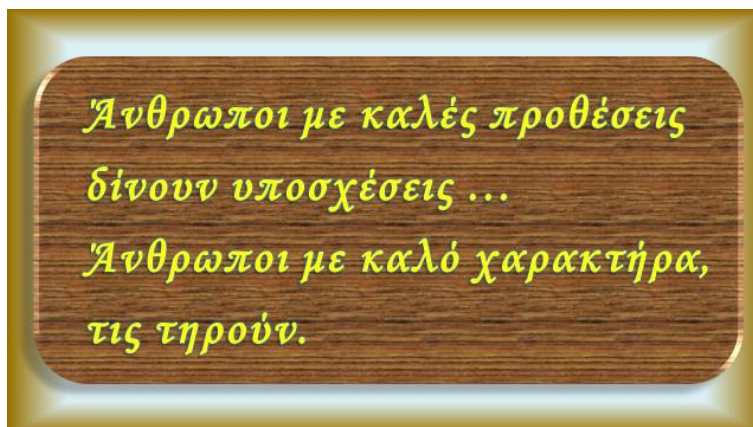


Π.χ. στόχος: ο μη θάνατος του προτιθέμενου θύματος, η μη αφαίρεση της ιδιοκτησίας κάποιου με κλέψιμο, κλπ.



Για παράδειγμα, λέμε ότι δεν είναι καλό να κλέβουμε, και διδάσκουμε και τα παιδιά μας να μην κλέβουν, αλλά εμείς σαν γονείς έχουμε τον πειρασμό να κλέψουμε. Έτσι, από μόνη της η πρόθεση να μην κλέβουμε δεν επαρκεί, αλλά πρέπει να συνοδεύεται κι από την ανάλογη καλή σωματική ή λεκτική πράξη.

Γι' αυτό λέμε ότι στην πράξη φαίνεται ο χαρακτήρας του ανθρώπου:



Σε σχέση με τις υπέρτατες πραγματικότητες, οι πρώτες επτά καλές πορείες πράξεων προσδιορίζονται από τις δύο αποχές, δηλ. από τους νοητικούς παράγοντες της ορθής πράξης και του ορθού λόγου.

Οι τρεις τελευταίες καλές πορείες πράξεων, είναι οι μορφές των τριών καλών ριζών, δηλαδή της μη απληστίας, του μη μίσους, και της μη αυταπάτης. Οι άνθρωποι που έχουν διαύγεια και σαφήνεια για το τί είναι καλή και τί φαύλη πράξη, σημαίνει ότι έχουν μη αυταπάτη, και άρα μπορούν να εξετάσουν τις προθέσεις τους και να έχουν μια καθαρή εικόνα αυτών.



Παρομοίως, οι καλές πορείες πράξεων είναι τριπλές ως: Γενναιοδωρία, Ηθική ή ενάρετη διαγωγή, και Διαλογισμός ή πνευματική ανάπτυξη. Έχουμε δηλ. μια πληθώρα άλλων καλών πράξεων τις οποίες μπορούμε να κάνουμε και να συσσωρεύσουμε πολύ καλό κάρμα, το οποίο με την σειρά του αποφέρει μεγάλες ποσότητες καλής ενέργειας ώστε να έχουμε ευτυχία και ευδαιμονία στην ζωή μας.

**Τρία βασικά  
σκαλοπάτια  
για γέννηση  
σε καλότυχους  
κόσμους:**



Κατ' αρχάς πρέπει να είναι κανείς γενναιοδωρος· αν όχι πολύ, τουλάχιστον να διαθέτει μια μικρή ποσότητα γενναιοδωρίας και αλτρουϊσμού. Πρέπει να διαθέτει επίσης έστω και μια μικρή ποσότητα ηθικής διαγωγής και τιμιότητας εάν θέλει να γεννηθεί ή έστω να επαναγεννηθεί στον ανθρώπινο ή στους θεϊκούς κόσμους. Τέλος, γι' αυτούς που θέλουν να προχωρήσουν σε ανώτερα επίπεδα, πρέπει να εξασκήσουν τον διαλογισμό ώστε να αναπτυχθεί η συνείδηση και η νοημοσύνη τους σε πολύ υψηλό βαθμό και να επιτύχουν τις ανώτατες επαναγεννήσεις.

**Οι καλές πορείες πράξεων είναι επίσης  
δεκαπλάσιες όπως:**

- 1. Γενναιοδωρία,**
- 2. Ηθική ή ενάρετη διαγωγή,**
- 3. Διαλογισμός ή πνευματική ανάπτυξη,**
- 4. Σεβασμός προς τους άλλους,**
- 5. Υπηρεσία με την βοήθεια προς τους άλλους,**
- 6. Αφιέρωση της αξίας των καλών πράξεων**
- 7. Εκτίμηση της αξίας των καλών πράξεων  
των άλλων**
- 8. Διδαχή του καλού στους άλλους,**
- 9. Ακρόαση της διδασκαλίας του Βούδα, και**
- 10. Διόρθωση των απόψεών μας.**

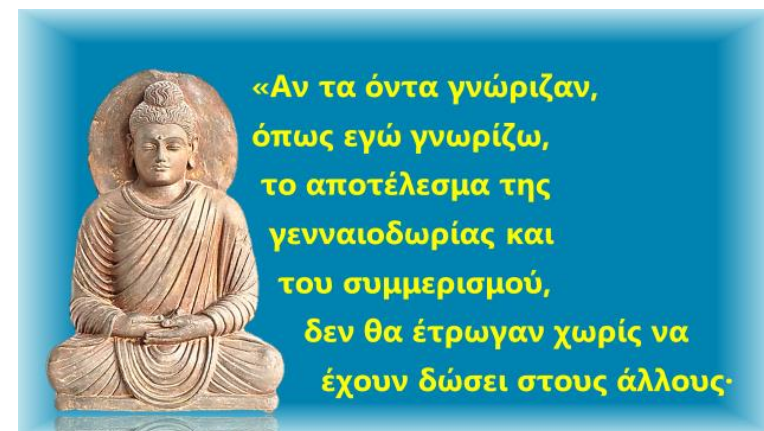
1.  
**ΓΕΝΝΑΙΟΔΩΡΙΑ**  
**(DĀNA)**

Η γενναιοδωρία είναι μια αρετή που οι άνθρωποι έχουν την ικανότητα να αναπτύξουν· και αρέσει στους ανθρώπους να έχουν γενναιοδωρους φίλους. Και όταν έχουμε την ικανότητα της γενναιοδωρίας γινόμαστε με την σειρά μας αγαπητοί στους άλλους. Η αρετή της γενναιοδωρίας και του συμμαριμού, βοηθά στην δημιουργία και στην σύσφιξη καλών σχέσεων μεταξύ των ανθρώπων. Η γενναιοδωρία είναι η πιο βασική πρακτική για την εκτέλεση καλών και φιλότιμων πράξεων.



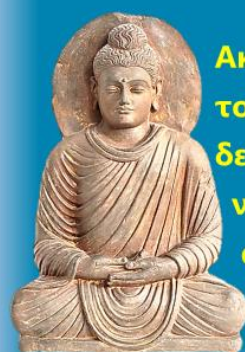
Η γενναιοδωρία υλικών αγαθών, περιλαμβάνει τρόφιμα για τους πεινασμένους, φάρμακα για τους αρρώστους, και ούτω καθ' εξής. Ο Βούδδας έχει επαινέσει πολύ την γενναιοδωρία, δεδομένου ότι είναι μια θεμελιώδης αρετή και δεδομένου ότι βοηθά στην μείωση του πάθους που είναι ο οικοδόμος της υπαρξιακής ταλαιπωρίας και του πόνου, όπως ο ίδιος το αποκάλεσε.

Γενναιοδωρος





ούτε θα επέτρεπαν στον λεκέ της τσιγγουνιάς να καταβάλει τον νου τους και να παραμείνει.



Ακόμα κι αν ήταν η τελευταία τους μπουκιά, δεν θα την έτρωγαν χωρίς να την συμμαριστούν, αν υπήρχε κάποιος να την αποδεχτεί.



Επειδή όμως τα όντα δεν γνωρίζουν το αποτέλεσμα της γενναιοδωρίας και του συμμαρισμού,



τρώνε χωρίς να έχουν δώσει στους άλλους, και ο λεκές της τσιγγουνιάς καταβάλει τον νου τους και παραμένει».

(It *Dānasuttaṃ*)

Έτσι, αν κάποιος ξέρει αυτή την αξία, μπορεί να βρει πολλές ευκαιρίες για να συνεισφέρει και να κάνει καλές πράξεις, συσσωρεύοντας καλό κάρμα.

Οτιδήποτε από τα αναγκαία της ζωής προσφέρει κάποιος σε εκείνους που τα στερούνται, λέγεται ότι προσφέρει υλικά δώρα.

Αυτά είναι: ρουχισμός, τρόφιμα, στέγη, και φάρμακα. Με αυτόν τον τρόπο συσσωρεύει κάποιος ένα καλό κάρμα.



Ένας δωρητής τροφίμων για παράδειγμα, προσφέρει πέντε ευλογίες στον αποδέκτη: μακρά ζωή (διότι του δίνει τροφή), ομορφιά (διότι παύει να είναι πεινασμένος και μαραζωμένος), ευτυχία (διότι αυτός που δεν πεινάει είναι χαρούμενος), δύναμη, και νοημοσύνη (διότι η νοημοσύνη του ανθρώπου μπορεί εύκολα να παραμείνει στάσιμη εάν δεν υπάρχει η κατάλληλη τροφή). Σαν αποτέλεσμα, μακρά ζωή, ομορφιά, ευτυχία, δύναμη, και νοημοσύνη θα είναι το μερίδιό του.

προσφέρει πέντε

#### Γενναιόδωρος



Επιπλέον, αποκτά πέντε ακόμα ευλογίες: την συμπάθεια πολλών, την συναναστροφή καλών ανθρώπων, καλή φήμη, αυτοπεποίθηση, και επαναγέννηση σε ουράνιους θεϊκούς κόσμους.

Όπως και σε άλλες καλές ή κακές πράξεις, έτσι και στην γενναιοδωρία, είναι η πρόθεση (*τσέτανα*) που πραγματικά μετράει ως πράξη, και όχι η απλή εξωτερική πράξη.

Εδώ είναι η καλή πρόθεση (*κούσαλα-τσέτανα*) που εγείρεται στον δωρητή σε τρεις φάσεις:



#### Η καλή πρόθεση:

- (α) να προμηθευτεί το δώρο,
- (β) να το προσφέρει, και
- (γ) να αναθυμάται την προσφορά με χαρά.

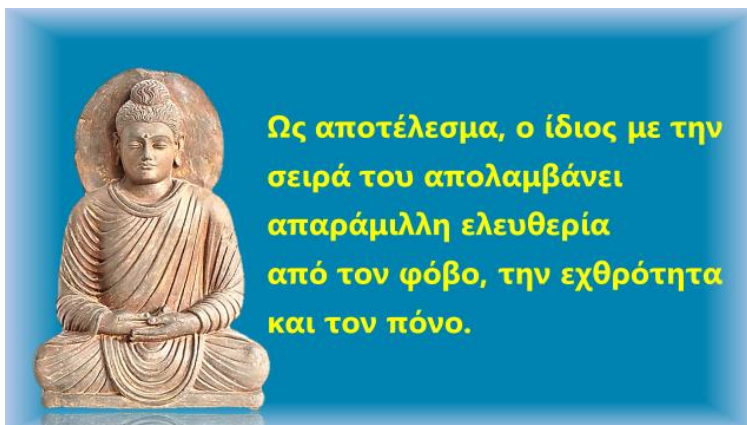


Αυτός είναι ο τρόπος για την συσσώρευση του καλού κάρμα σε τρεις φάσεις.

## Η Γενναιοδωρία της Αφοβίας (*Abhaya-dāna*)

Ο Βούδδας περιγράφει επίσης την τήρηση της ηθικής διαγωγής ως μια έκφραση γενναιοδωρίας που είναι δώρο και προς τον εαυτόν μας και προς τους άλλους.

Έτσι λέει:







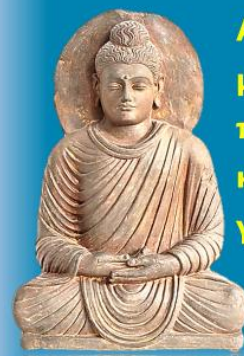
Επίσης, αποφεύγοντας την κλοπή, την λανθασμένη σεξουαλική συμπεριφορά, την ψευδολογία και την χρήση μεθυστικών ουσιών,



κάποιος δίνει σε αμέτρητα όντα την ελευθερία από τον φόβο, την εχθρότητα και τον πόνο.



Ως αποτέλεσμα, ο ίδιος με την σειρά του απολαμβάνει απaráμιλλη ελευθερία από τον φόβο, την εχθρότητα και τον πόνο.



Αυτά είναι δώρα, μεγάλα δώρα, μακράς διάρκειας, που επιφέρουν ευχάριστες καταστάσεις για την ευημερία και την ευτυχία ενός ατόμου».

*(AN Abhisanda Sutta)*

## 2. ΗΘΙΚΗ ΔΙΑΓΩΓΗ (SILA)

Τηρώντας την ηθική διαγωγή, αποκτά κανείς πολλά πλεονεκτήματα για ένα καλό κάρμα.

Διάγωντας μια ενάρετη ζωή, βιώνει μια ευτυχισμένη και ικανοποιημένη ζωή εδώ και στις μετέπειτα ζωές. Η ηθική διαγωγή τον βοηθά να είναι ατρόμητος, ατάραχος και γαλήνιος, καθώς δεν έχει κάνει κακό ούτε στον εαυτόν του ούτε σε άλλους.

Δεν αισθάνεται τύψη, ενοχή ή αυτοκατηγορία. Ως εκ τούτου αισθάνεται χαρά, αγαλλίαση, ηρεμία και ευτυχία.

Αποκτά επίσης πέντε ευλογίες: πλούτη ως συνέπεια της επιμέλειάς του, καλή φήμη, αυτοπεποίθηση, θάνατο χωρίς σύγχυση, και επαναγέννηση σε ουράνιους θεϊκούς κόσμους.

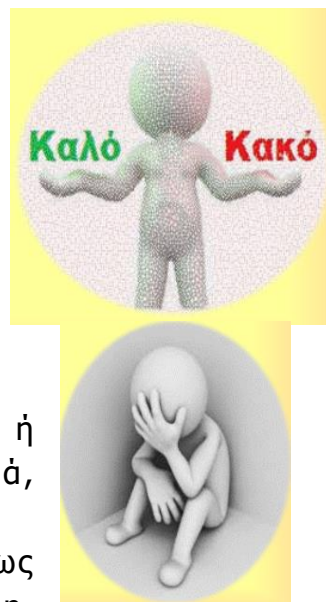
Η ηθική διαγωγή σε κάθε περίπτωση είναι η καλή εκούσια πρόθεση για εγκράτεια από φαύλες πράξεις.

Η ντροπή (*χίρι*) και ο ηθικός φόβος (*οττάππα*) για το κακό, είναι η εγγύτατη αιτία της. Διότι όταν υπάρχουν η ντροπή και ο ηθικός φόβος, η ηθική διαγωγή εμφανίζεται και παραμένει. Όταν δεν υπάρχουν, ούτε εμφανίζεται ούτε και παραμένει.

Συγκεκριμένα, υπάρχουν δύο είδη ηθικής διαγωγής: εγκόσμια, και υπερκόσμια.

Κάθε ηθική διαγωγή η οποία τηρείται από αυτούς που δεν έχουν εξαλείψει τις νοητικές διαφθορές (*άσαβα*) είναι εγκόσμια. Επιφέρει πρόοδο στην παρούσα και στην μελλοντική ζωή, και αποτελεί μια προϋπόθεση για την διαφυγή από όλη την ταλαιπωρία στον κύκλο της επαναγέννησης (*σανσάρα*).

Η ηθική διαγωγή όμως η οποία τηρείται από εκείνα τα άτομα που έχουν εξαλείψει τις νοητικές διαφθορές (*άσαβα*), είναι υπερκόσμια. Αυτά τα άτομα είναι:



## 2. Ηθική Διαγωγή

Αυτά τα άτομα είναι:



Ο Εισερχόμενος στο Ρεύμα (Σώταπανα—*Sotāpanna*)



Ο Άπαξ Επιστρέφων (Σακαταγκάμι—*Sakadāgāmi*).



Ο Μη Επιστρέφων (Αναγκάμι—*Anāgāmi*),  
και



Ο Άξιος (Άραχαν—*Arahant*)

Η υπερκόσμια ηθική διαγωγή επιφέρει άμεσα την διαφυγή από όλη την ταλαιπωρία στον κύκλο της επαναγέννησης (*σανσάρα*).

Εδώ, η καλή πρόθεση που εγείρεται σε κάποιον που αναλαμβάνει την ηθική διαγωγή και την τηρεί, είναι ο τρόπος για την συσσώρευση του καλού κάρμα.

## 3.

### ΔΙΑΛΟΓΙΣΜΟΣ (*ΒΗĀNA*)

Ο διαλογισμός ή η νοητική ανάπτυξη όταν ασκηθεί κατάλληλα, είναι ένα από τα πλουσιότερα πεδία για την συσσώρευση καλού κάρμα. Υπάρχουν τρεις πρώτιστοι τρόποι διαλογισμού:



**A. Ηρεμιστικός Διαλογισμός  
ως πρωταρχική πρακτική —  
Samatha-pubbaṅgamaṃ**

Είναι ο διαλογισμός που ως αρχική πρακτική οδηγεί στην βαθειά αυτοσυγκέντρωση (*σαμάντι*), στην νοητική ηρεμία ή αταραξία (*σαμάθα*), και στις εκστάσεις (*τζάνα*).

Ο διαλογιζόμενος που ασκείται σ' αυτόν τον διαλογισμό ονομάζεται: «αυτός που έχει ως όχημα τον ηρεμιστικό διαλογισμό» (*σαμάθα-γιάνικα*).

Η θεμελιώδης αρχή στον ηρεμιστικό διαλογισμό είναι:

η αυτοσυγκέντρωση (*σαμάντι*), ή

η «ενότητα του νου» (*τσίππασσα εκάγκατα*) σε ένα αντικείμενο ή σε μία έννοια για παρατεταμένο χρονικό διάστημα. Αυτό επιτρέπει σε κάποιον να αποκτήσει μεγάλο έλεγχο πάνω στον νου του και να μην υποκύπτει στις παρορμήσεις ή στα πάθη του νου.

Η αυτοσυγκέντρωση αυτή μπορεί να οδηγήσει σταδιακά στις εκστάσεις (*τζάνας*) οι οποίες μπορούν να χρησιμεύσουν ως βάση για τον διορατικό διαλογισμό (*βιπάσσανα*), τον οποίον ανακάλυψε ο Βούδδας και επέτυχε έτσι την τελική του Φώτιση.

**Η Φύση των Εκστάσεων**

Παρ' όλο που οι εκστάσεις είναι πανευτυχείς και μακάριες εμπειρίες και οδηγούν σε επαναγέννηση σε πολύ καλότυχους κόσμους, πρέπει να ειπωθεί ωστόσο ότι τους λείπει η σοφία της διορατικότητας.

Έτσι δεν επαρκούν για την επίτευξη της τελικής απελευθέρωσης και φώτισης, το Νιμπάνα.

Οι ίδιες είναι παροδικές επιτεύξεις.

Όμως ο υψηλός βαθμός αυτοσυγκέντρωσης, που αφ' ενός κατευνάζει τον νου και αφ' ετέρου παράγει βαθειά ηρεμία και αταραξία, μπορεί να χρησιμοποιηθεί για τον διορατικό διαλογισμό (*βιπάσσανα*).

Έτσι στον Βουδδισμό χρησιμοποιούνται αυτές οι εκστάσεις ώστε να επιτύχει κάποιος υψηλή αυτοσυγκέντρωση που μπορεί να την χρησιμοποιήσει για βαθειά ανάλυση του νου και της ύλης.

**Β. Διορατικός Διαλογισμός  
ως πρωταρχική πρακτική —  
*Vipassanā-pubbaṅgamaṃ***

Αυτός είναι ο διαλογισμός που ως αρχική πρακτική οδηγεί στην διορατικότητα των τριών κεντρικών χαρακτηριστικών της ύπαρξης που υπάρχουν εσωτερικά και εξωτερικά από εμάς:

την παροδικότητα/αστάθεια (*ανίτσα*),  
την ταλαιπωρία/τον πόνο (*ντούκκα*) και  
τον μη εαυτό (*ανάττα*).



Ο διαλογιζόμενος που αρχικά ασκείται σ' αυτόν τον διαλογισμό ονομάζεται:

«αυτός που έχει ως όχημα τον διορατικό διαλογισμό» (*βιπάσσανα-γιάνικα*), ή

«αυτός που ασκείται στην αμιγή (σκέτη) διόραση» (*σούκκα-βιπάσσανα*).

Είναι αυτός που δεν έχει επιτύχει κάποια έκσταση (*τζάνα*) αλλά εφαρμόζει απ' ευθείας τον διορατικό διαλογισμό και επιτυγχάνει την φώτιση ή το Νιμπάνα.

Η θεμελιώδης αρχή του διορατικού διαλογισμού είναι:

Η παρατήρηση και η μελέτη του νου και της ύλης, που αποτελούν το σύνολο της ύπαρξης, και της πραγματικής φύσης τους που δεν είναι παρά η έγερση (*σαμούνταγια*) και η παρακμή (*βάγια*), δηλ. η παροδικότητά τους. Αυτό συντελεί στην εξάγνιση (*βισούντι*) του νου από τα πάθη, κλπ. που φέρνουν ταλαιπωρία και οδύνη με το να προσκολλάται κανείς σε ασταθή φαινόμενα, και επομένως συντελεί στην υπερνίκηση της λύπης και του θρήνου, στην εξαφάνιση του πόνου και της θλίψης, στην επίτευξη της πραγματικής μεθόδου και στην πραγμάτωση του Νιμπάνα:

δηλαδή, της απόλυτης μακαριότητας και ευδαιμονίας (*πάραμα-σούκκα*), μιας ιδεώδους κατάστασης ισορροπίας που υπερβαίνει τον επώδυνο κύκλο της επαναγέννησης και του θανάτου.

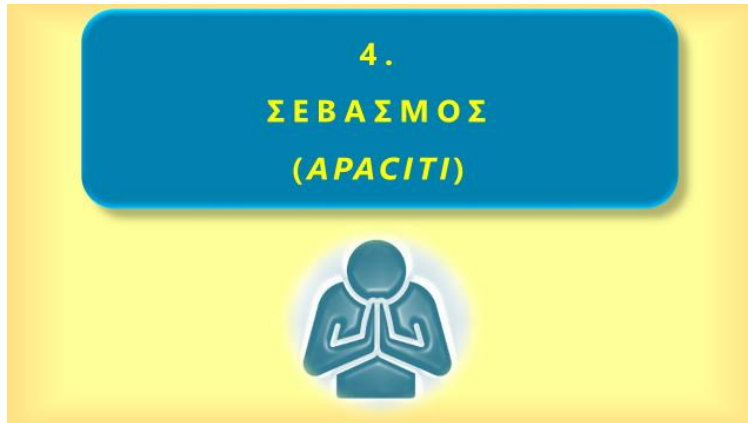
**Γ. Ηρεμιστικός & Διορατικός  
Διαλογισμός σε Συνδυασμό —  
*Samatha-vipassanaṃ yuganaddhaṃ***

Αυτός ο διαλογισμός συνδιάζει τον ηρεμιστικό με τον διορατικό διαλογισμό. Όπως προαναφέρθηκε, παρ' όλο που ο ηρεμιστικός διαλογισμός επιφέρει τις εκστάσεις (*τζάνας*) που είναι πανευτυχείς και μακάριες εμπειρίες, ωστόσο δεν μπορεί να επιφέρει την επίτευξη της τελικής απελευθέρωσης και φώτισης, το Νιμπάνα.

Επομένως, ο διαλογιζόμενος πρέπει να τον συνδιάσει με τον διορατικό διαλογισμό. Θα εξηγήσουμε αργότερα το πώς η συνείδηση μπορεί να εξυψωθεί σε τέτοιες καταστάσεις ώστε ο διαλογιστής να αποκτήσει αταραξία και γαλήνη στον νου του.

Εδώ, η καλή πρόθεση που εγείρεται σε κάποιον που διαλογίζεται, είναι ο τρόπος για την συσσώρευση του καλού κάρμα.





Ο σεβασμός ως τρόπος συσσώρευσης του καλού κάρμα μπορεί να εκδηλωθεί με τέτοιες πράξεις όπως:

Να σηκώνεται κανείς από το κάθισμά του προς τους πρεσβύτερους,

να καλωσορίζει την μητέρα του, τον πατέρα του, τον μεγαλύτερό του αδελφό, την μεγαλύτερή του αδελφή, ή ένα ηλικιωμένο άτομο, να τους βοηθάει με τις αποσκευές τους,

να τους δείχνει τον δρόμο, και ούτω καθ' εξής. Ή γενικά, να σέβεται τα αισθήματα των άλλων ανθρώπων, τα προνόμια και τα δικαιώματά τους, την ιδιοκτησία και την ζωή τους,

να αποφεύγει την υποτίμηση και την προσβολή τους, να αποφεύγει να τους διακόπτει όταν μιλάνε, να αποφεύγει να τους διαφθείρει ή να τους βάζει σε πειρασμό.

Υπάρχουν τα εξής άτομα που δεν δείχνουν σεβασμό προς τους άλλους:

Ένας λάγνος, ηδυπαθής λόγω της λαγνείας του.

Ένας θυμωμένος λόγω του θυμού του.

Ένας συγχισμένος λόγω της σύγχισής του.

Ένας αλαζονικός λόγω της υπερηφάνειάς του.

Ένας πεισματάρης λόγω της αγένειάς του.

Ένας μικροπρεπής λόγω της μικροπρέπειάς του.

Ένας φαύλος λόγω του εγωϊσμού του.

Είναι σαφές ότι, σε αντίθεση με τα παραπάνω πρόσωπα, ο ευσεβής άνθρωπος καλλιεργεί την καλή συμπεριφορά και με αυτόν τον τρόπο συσσωρεύει καλό κάρμα. Διότι με την στάση του αποκόβει την νοητική ρύπανση της υπερηφάνειας και την αντικαθιστά με την σοφή συμπεριφορά της μετριοφροσύνης.



Εδώ, η καλή πρόθεση που εγείρεται σε κάποιον που δείχνει σεβασμό, είναι ο τρόπος για την συσσώρευση του καλού κάρμα.

5.  
Η ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΜΕ ΤΗΝ  
ΒΟΗΘΕΙΑ ΣΤΟΥΣ ΑΛΛΟΥΣ  
(ΒΕΥΥΑΝΑΝΑ)

Με το να είναι κανείς σε θέση να εξυπηρετήσει εθελοντικά τις ανάγκες των άλλων ή να τους βοηθήσει με συμπόνοια, είναι ένας άλλος τρόπος για την συσσώρευση του καλού κάρμα. Δίνουμε μερικά ενδεικτικά παραδείγματα:



5. Υπηρεσία με την Βοήθεια στους Άλλους



5. Υπηρεσία με την Βοήθεια στους Άλλους



Εδώ, η καλή πρόθεση που εγείρεται σε κάποιον για να εξυπηρετήσει και να βοηθήσει τους άλλους, είναι ο τρόπος για την συσσώρευση του καλού κάρμα.





## 6.

### ΑΦΙΕΡΩΣΗ ΤΗΣ ΑΞΙΑΣ ΤΩΝ ΚΑΛΩΝ ΠΡΑΞΕΩΝ (ΡΑΤΤĀΝΥΡΡΑΔĀΝΑ)

Η αφιέρωση της αξίας των καλών πράξεων γίνεται στην περίπτωση που κάποιος έχει κάνει ένα δώρο ή μια προσφορά σε άλλους και αφιερώνει την αξία αυτής της καλής πράξης σε ένα άλλο άτομο λέγοντας:

«Η αξία αυτής της καλής μου πράξης να είναι για σένα, για το καλό σου!» ή

«Να είναι για το τάδε άτομο!» ή

«Να είναι για όλα τα όντα!»

Κάνουμε δηλαδή κάτι καλό, και είμαστε τόσο ευχαριστημένοι, που συμμεριζόμαστε αυτή την χαρά με τους άλλους ώστε να συμβεί και σ' αυτούς κάτι παρόμοιο.

Σε αυτή την κατηγορία ανήκει και η αφιέρωση των καλών πράξεων στους αποθανόντες συγγενείς κατά την διάρκεια ενός μνημόσυνου, δηλαδή εκδήλωση που γίνεται για να τιμηθεί η μνήμη ενός αποθανόντος.

Έτσι, ο Βούδδας δηλώνει ότι ένα από τα καθήκοντα των παιδιών προς τους αποθανόντες γονείς τους είναι να τελέσουν ένα μνημόσυνο, για να τιμήσουν την μνήμη τους με το να κάνουν μια φιλότιμη πράξη και να αφιερώσουν την αξία αυτής της καλής πράξης σε αυτούς.

Σε πολλές κουλτούρες υπάρχει αυτή η παράδοση κατά το μνημόσυνο, να δίνουν τροφή σε φτωχούς κλπ. και την αξία αυτής της πράξης να την αφιερώνουν στους αποθανόντες.

#### 6. Αφιέρωση της Αξίας των Καλών Πράξεων



**7. ΕΚΤΙΜΗΣΗ ΤΗΣ ΑΞΙΑΣ  
ΤΩΝ ΚΑΛΩΝ ΠΡΑΞΕΩΝ  
ΤΩΝ ΑΛΛΩΝ  
(ΑΒΗΑΝΟΥΜΟΔΑΝΑ)**

Η εκτίμηση της αξίας των καλών πράξεων των άλλων γίνεται ως δήλωση χαράς με τις λέξεις: «Καλό, καλό, μπράβο! εύγε! συγχαρητήρια! ζήτω! (σάντου)».

Δίνουμε συγχαρητήρια στους άλλους όταν δούμε να κάνουν κάτι καλό, δείχνοντας την εκτίμησή μας προς την αξία αυτών των καλών πράξεων. Αυτό το κάνουμε είτε όταν οι άλλοι κάνουν μια καλή πράξη, είτε όταν συμμερίζονται την αξία μιας καλής πράξης τους με εμάς.

Αυτή είναι μια έκφραση της συμπαθητικής χαράς (*μουντίτα*), δηλαδή το αντίθετο της ζήλειας. Διότι το πρώτο πράγμα που σκέφτονται οι περισσότεροι άνθρωποι είναι «σιγά, και τί ήταν αυτό που έκανε;»! προσπαθώντας να υποτιμήσουν και αυτόν και την πράξη του.

Έτσι, εκτιμώντας την αξία των καλών πράξεων των άλλων, συσσωρεύουμε καλό κάρμα.

**8.  
ΔΙΔΑΧΗ ΤΟΥ ΚΑΛΟΥ  
ΣΤΟΥΣ ΑΛΛΟΥΣ**

**9.  
ΑΚΡΟΑΣΗ ΤΗΣ  
ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ ΤΟΥ ΒΟΥΔΑ**

Ακρόαση της διδασκαλίας του Βούδδα ή κάποιας ηθικής διδασκαλίας που μπορεί να μας φέρει γνώση, έτσι ώστε να μπορούμε να καταλάβουμε τις πραγματικότητες της ζωής μας.

**10.  
ΔΙΟΡΘΩΣΗ ΤΩΝ  
ΑΠΟΨΕΩΝ ΜΑΣ**

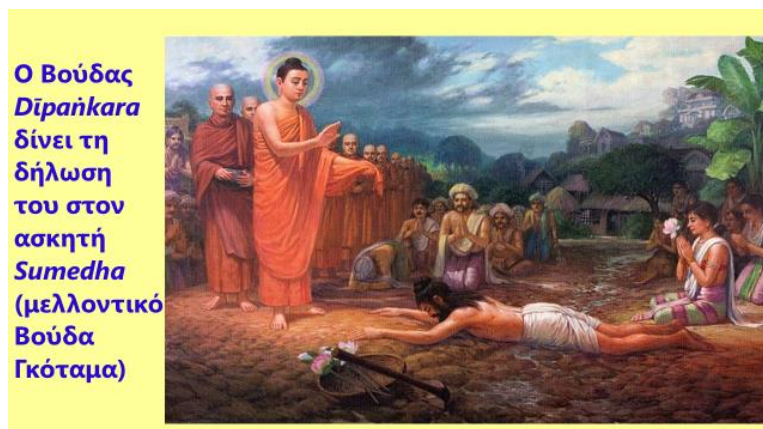
Όσοι όμως έχουν υψηλότερες φιλοδοξίες, μπορούν να ολοκληρώσουν την πρακτική τους εφαρμόζοντας τις δέκα τελειοποιήσεις (*πάραμι*). Αυτές ισχύουν για ανθρώπους που είναι λίγο προχωρημένοι και έχουν μια αποφασιστικότητα, έτσι ώστε να μην κάνουν καλές πράξεις μόνο περιστασιακά αλλά να έχουν μια καθημερινή πρακτική και κατεύθυνση προς αυτές:

<b>1. Γενναιοδωρία</b>	<b>(Dāna)</b>
<b>2. Ηθική ή ενάρετη συμπεριφορά</b>	<b>(Sīla)</b>
<b>3. Απάρνηση των ηδονικών ευχαριστήσεων</b>	<b>(Nekkhamā)</b>
<b>4. Σοφία</b>	<b>(Paññā)</b>
<b>5. Ενεργητικότητα</b>	<b>(Viriya)</b>
<b>6. Ανεκτικότητα, υπομονετικότητα, ανοχή</b>	<b>(Khantī)</b>
<b>7. Φιλαλήθεια</b>	<b>(Sacca)</b>
<b>8. Αποφασιστικότητα</b>	<b>(Adhiṭṭhāna)</b>
<b>9. Φιλικότητα προς όλα τα όντα</b>	<b>(Mettā)</b>
<b>10. Πνευματική ηρεμία</b>	<b>(Upekkhā)</b>

Ο Βούδδας – πριν γίνει Βούδδας – είχε εκπληρώσει όλες αυτές τις τελειοποιήσεις. Είχε επιδείξει μεγάλη αποφασιστικότητα και δεν έχανε ευκαιρία να πραγματοποιεί καθημερινά κάποια από αυτές τις τελειοποιήσεις.



Σε πολύ προηγούμενες ζωές του όταν ήταν ακόμα ασκητής είχε συναντήσει έναν άλλον Βούδδα, τον Βούδδα Ντιπάνκαρα, ο οποίος προφήτεψε ότι ο τότε ασκητής Σουμέντα θα γινόταν ο μελλοντικός Βούδδας Γκοτάμα, λόγω της επιμελούς εξάσκησης των δέκα *πάραμι*.



**Ο Βούδας  
Dīpaṅkara  
δίνει τη  
δήλωση  
του στον  
ασκητή  
Sumedha  
(μελλοντικό  
Βούδα  
Γκόταμα)**

### **1. Τελειοποίηση της Γενναιοδωρίας (*dāna*)**

Η πρώτη από τις τελειοποιήσεις με την οποία εξάσκησε την πρακτική του ο μελλοντικός Βούδδας Γκοτάμα ήταν η γενναιοδωρία.

Λέει χαρακτηριστικά:

«Τότε διερεύνησα και είδα, πρώτα την τελειοποίηση της γενναιοδωρίας· το μεγάλο μονοπάτι που ακολούθησαν οι προηγούμενοι Βούδδες.

Και είπα στον εαυτόν μου: Ανέλαβε τώρα σθεναρά, πρώτα αυτήν, και προχώρησε στην τελειοποίηση της γενναιοδωρίας, αν θέλεις να επιτύχεις την Φώτιση (*Μπόντι*).

Και όπως ακριβώς ένα δοχείο γεμάτο νερό, όταν γυριστει ανάποδα αδειάζει όλο το νερό χωρίς να το διατηρεί μέσα του, έτσι επίσης, όταν βλέπεις ζητιάνους, ή ανθρώπους σε ανάγκη, χαμηλής, υψηλής ή μεσαίας κατάστασης, πρέπει να κάνεις μια πλήρη δωρεά όπως ένα δοχείο νερού γυρισμένο ανάποδα».



Αυτό είναι ένα παράδειγμα για να καταλάβουμε πόση αποφασιστικότητα είχε για να εκπληρώσει όχι μόνον αυτή αλλά και τις άλλες τελειοποιήσεις.

Ας δούμε τώρα κάποια από τα αποτελέσματα των τελειοποιήσεων.

## ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΤΩΝ ΤΕΛΕΙΟΠΟΙΗΣΕΩΝ

1. Βλέποντας το μειονέκτημα στην πλεονεξία και την φιλαργυρία, κάποιος τελειοποιεί την γενναιοδωρία. Όταν δει πώς η πλεονεξία και η φιλαργυρία των ανθρώπων τους κάνει τόσο εγωιστές, τότε κάποιος τελειοποιεί την γενναιοδωρία διότι καταλαβαίνει πόσο σημαντικό είναι να είναι κανείς αλτρουϊστής και πόσο καλό κάρμα μπορεί να συσσωρεύσει.
2. Βλέποντας το μειονέκτημα και τον κίνδυνο στην παραβίαση της ηθικής ή ενάρετης συμπεριφοράς, κάποιος τελειοποιεί την ηθική ή ενάρετη συμπεριφορά. Παρατηρώντας το πώς οι περισσότεροι άνθρωποι είναι ανήθικοι, το πόσο εύκολα πέφτουν στην ατιμία, και πόσα ψυχολογικά προβλήματα και συγκρούσεις προκαλούνται από την ανήθικη συμπεριφορά, κάποιος τελειοποιεί την ηθική συμπεριφορά και συσσωρεύει καλό κάρμα.
3. Βλέποντας το μειονέκτημα και τον κίνδυνο στις ηδονικές απολαύσεις, κάποιος τελειοποιεί την απάρνηση. Παρατηρώντας πώς οι άνθρωποι είναι λάγνοι και παθιασμένοι για υλικές απολαύσεις, και πώς αυτό τους οδηγεί σε ρήξη με τα συμφέροντα άλλων ανθρώπων, τελειοποιεί την απάρνηση αυτών των απολαύσεων και συσσωρεύει καλό κάρμα.
4. Βλέποντας το μειονέκτημα και τον κίνδυνο στην άγνοια και την αμφιβολία, κάποιος τελειοποιεί την σοφία. Μπορούμε να πούμε ότι η άγνοια είναι ο μεγαλύτερος εχθρός του ανθρώπου στην προσπάθειά του να βαδίσει στην ζωή του και να εξελιχθεί. Γι' αυτό τελειοποιεί την σοφία ώστε να αποκτήσει καθαρή γνώση και διαύγεια.
5. Βλέποντας το μειονέκτημα και τον κίνδυνο στην τεμπελιά, κάποιος τελειοποιεί την ενεργητικότητα.
6. Βλέποντας το μειονέκτημα και τον κίνδυνο στην ανυπομονησία και στην έλλειψη ανοχής, κάποιος τελειοποιεί την ανεκτικότητα, την υπομονετικότητα και την ανοχή.
7. Βλέποντας το μειονέκτημα και τον κίνδυνο στην ανειλικρίνεια και την ατιμία, κάποιος τελειοποιεί την φιλαλήθεια. Ο Βούδδας θεωρούσε την φιλαλήθεια ως το πολυτιμότερο αγαθό. Διότι όταν λέμε ψέμματα στους άλλους, πώς είναι δυνατόν να καταλάβουμε την αλήθεια της ύπαρξής μας;

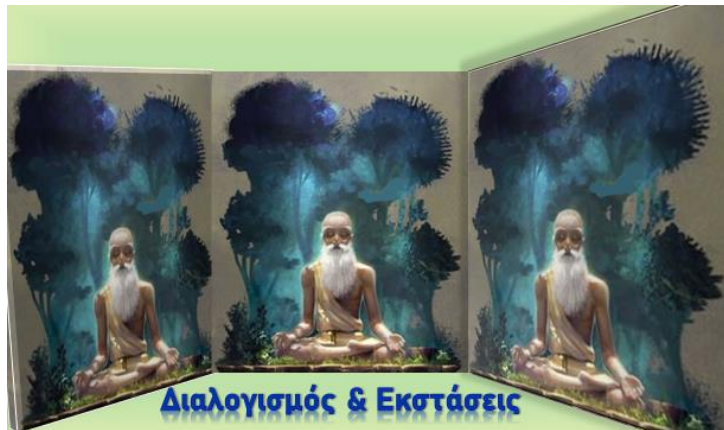
8. Βλέποντας το μειονέκτημα και τον κίνδυνο στην αναποφασιστικότητα, κάποιος τελειοποιεί την αποφασιστικότητα.
9. Βλέποντας το μειονέκτημα και τον κίνδυνο στον θυμό, το μίσος και την έχθρα, κάποιος τελειοποιεί την φιλικότητα και την φιλοφροσύνη.
10. Βλέποντας το μειονέκτημα και τον κίνδυνο στις παροδικές κοσμικές συνθήκες, όπως: στο κέρδος και στην απώλεια, στην καλή και στην κακή φήμη, στον έπαινο και στην κατηγορία, στην ευτυχία και την δυστυχία, κάποιος τελειοποιεί την πνευματική ηρεμία.

Αυτά ήταν μερικά παραδείγματα που ήθελα να σας δώσω, για να σας δείξω ότι όταν κανείς είναι αποφασισμένος να δημιουργήσει ευτυχία στο μέλλον και καλά αποτελέσματα, τώρα είναι η κατάλληλη στιγμή, σε αυτήν εδώ την ζωή, να αρχίσει να δημιουργεί αυτές τις συνθήκες οι οποίες μπορούν να συντελέσουν στην μελλοντική ευτυχία. Όλα αυτά δε, εξαρτώνται από τις καθημερινές πράξεις του καθενός. Κι όπως σας έχω πει, στον ανθρώπινο κόσμο υπάρχουν πάρα πολλές ευκαιρίες για τέτοιες καλές και ενάρετες πράξεις με τις οποίες μπορεί να συσσωρεύσει κανείς πολύ καλό κάρμα ώστε να έχει μια καλή επαναγέννηση σε ευτυχισμένους κόσμους.

## **Κάρμα (7)**

Καλησπέρα σας. Βρισκόμαστε στην επιτομή των δεκαέξη ειδών των εκούσιων πράξεών μας (κάρμα) και εξετάζουμε κάποιες πτυχές αυτών των δεκαέξη ειδών. Αναφορικά με την πρόθεση είχαμε πει ότι αυτή είναι που καθορίζει τις πράξεις μας ως καλές και επιδέξιες ή ως φαύλες και αδέξιες.

Βρισκόμαστε στην 4<sup>η</sup> τετράδα του κάρμα και συγκεκριμένα θα μιλήσουμε σήμερα για το τρίτο επίπεδο που είναι το καλό κάρμα στην σφαίρα ύπαρξης της λεπτοφυούς ύλης. Θα κάνουμε ένα μικρό ταξίδι για να δούμε τι συμβαίνει στην συνείδηση όταν καταφέρει να υπερβεί την ηδονική σφαίρα. Θα δούμε ότι από την αρχαιότητα οι άνθρωποι πειραματίστηκαν και μπόρεσαν να αναπτύξουν την συνείδησή τους σε πολύ μεγαλύτερα επίπεδα απ' ό,τι βίωναν οι απλοί άνθρωποι στην καθημερινότητά τους. Έτσι σήμερα θα επικεντρωθούμε πέρα από τον ανθρώπινο κόσμο.



Σ' αυτούς τους κόσμους μπορεί να γεννηθεί κανείς μέσω καλών πράξεων, όπως πράξεων φιλανθρωπίας, γενναιοδωρίας, ηθικής διαγωγής κλπ., ή μέσω διαλογισμών και εκστάσεων.

Πρέπει όμως να καταλάβουμε πρωτίστως την διαφορά που υπάρχει ανάμεσα στους κόσμους της ηδονικής σφαίρας ύπαρξης και τους λεπτοφυείς άυλους κόσμους υπεράνω αυτής.

Η ηδονική σφαίρα ύπαρξης είναι γεμάτη υλικές και ιδίως σαρκικές απολαύσεις από την ικανοποίηση των ενστίκτων και των ορμών μέσω των αισθητήριων οργάνων. Έτσι η ευχαρίστησή μας εξαρτάται από αυτά τα υλικά αντικείμενα.





Καθημερινά, ο νους μας έρχεται σε επαφή με αυτά τα αντικείμενα και δονείται με το ευχάριστο και με το δυσάρεστο, κι άλλες φορές είμαστε χαρούμενοι κι άλλες λυπημένοι.

Αυτός είναι ο ηδονικός κόσμος που προσφέρει αυτές τις υλικές απολαύσεις και πολλοί άνθρωποι προσκολλούνται σ' αυτές, μη γνωρίζοντας κάτι παραπάνω από αυτές. Στην ηδονική σφαίρα ύπαρξης ο νους μας περιστρέφεται συνεχώς γύρω από αυτά τα αντικείμενα και όλες οι εμπειρίες που έχουμε είναι μέσω αυτής της επαφής.

Τι φάγαμε, τι ήπιαμε, με ποιόν μιλήσαμε, κλπ. Ο νους μας κινείται συνεχώς προς τα έξω για να ελκύσει αυτή την ευχαρίστηση.



Αντιθέτως, η λεπτοφυής υλική σφαίρα ύπαρξης είναι γεμάτη πνευματική ευδαιμονία μέσω του οργάνου του νου που έχει πετύχει βαθειά αυτοσυγκέντρωση.





Στην περίπτωση αυτή, ο νους προσυλώνεται προς τα μέσα και περιστρέφεται γύρω από ένα αντικείμενο μόνο. Η φυγόκεντρος δύναμη που εκδηλώνει ο ηδονικός νους, μετατρέπεται εδώ μέσω της αυτοσυγκέντρωσης σε κεντρομόλο δύναμη. Έτσι, παρ' όλο που οι αισθήσεις δεν λειτουργούν κατά την ώρα της βαθιάς αυτοσυγκέντρωσης, ο νους μένει ενεργός και μπορεί να βιώσει μια πνευματική ευδαιμονία, που δεν μπορεί να την βιώσει όταν έρχεται σε επαφή με υλικά αντικείμενα. Τα όντα στο λεπτοφυές υλικό επίπεδο δεν έχουν τα απαραίτητα αισθητήρια όργανα της μύτης, της γλώσσας και του σώματος.

Όταν επιτύχει κάποιος τις εκστάσεις και γεννηθεί σ' αυτό το επίπεδο ύπαρξης δεν έχει ανάγκη τα παραπάνω όργανα. Τα όντα που γεννιούνται εκεί έχουν φωτεινό σώμα, έχουν μάτια και αυτιά, αλλά τα χρησιμοποιούν σπάνια μια και το αντικείμενό τους είναι ο νους.

### 3. Καλό (*kusala*) Κάρμα στην Σφαίρα Ύπαρξης Της Λεπτοφυούς Ύλης

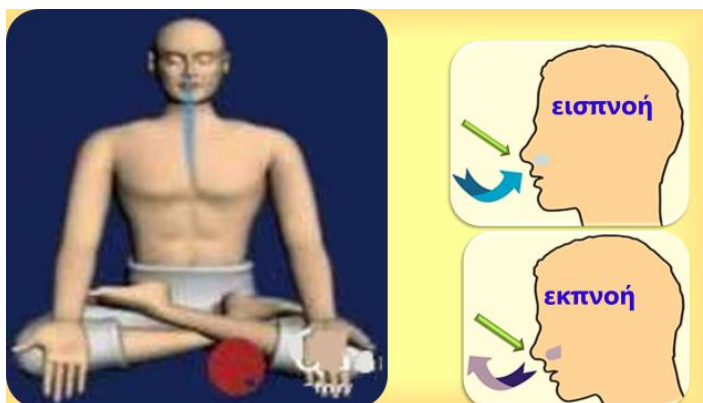
Το καλό κάρμα στην σφαίρα ύπαρξης της λεπτοφυούς ύλης είναι καθαρά νοητική πράξη. Αποτελείται από τον διαλογισμό όπου ο νους έχει φτάσει σε βαθιά αυτοσυγκέντρωση, στην απορρόφηση και στις εκστάσεις, και είναι πενταπλάσια ως νοητική πράξη σύμφωνα με την διαφορά των νοητικών παραγόντων στις εκστάσεις. Λέγεται λεπτοφυής ύλη διότι το αντικείμενο είναι διαφανές. Επιτυγχάνεται δηλαδή μία κατάσταση φωτός και ενότητας που είναι πολύ διαφανής, και πάνω στην οποία συγκεντρώνεται ο νους. Είναι μία κατάσταση μη χονδροειδής, και το αντικείμενό της δεν είναι κάτι εξωτερικό αλλά κάτι νοητικό που παράγει μεγάλη ευδαιμονία· μεγαλύτερη από αυτή που δύναται να βιώσει κάποιος από τα ερεθίσματα της καθημερινότητας.

### 15 Συνειδήσεις της Λεπτοφυούς Υλικής Σφαίρας

Η λεπτοφυής υλική σφαίρα της συνείδησης περιλαμβάνει όλες τις συνειδήσεις που «κινούνται μέσα» ή ανήκουν στο λεπτοφυές υλικό επίπεδο της ύπαρξης (*ρούπαμπούμι*), δηλ. στους κόσμους όπου η χονδροειδής ύλη απουσιάζει και μόνο ένα λεπτοφυές υπόλειμμα της ύλης παραμένει.

Η επαναγέννηση σε αυτούς τους κόσμους επιτυγχάνεται με την επίτευξη των διαλογιστικών καταστάσεων που ονομάζονται *τζάνα* (εκστάσεις), δηλ. υψηλά επιτεύγματα μέσω της ανάπτυξης της αυτοσυγκέντρωσης (*σαμάντι*).

Η υψηλή αυτοσυγκέντρωση που επιτυγχάνεται με τον διαλογισμό, έχει την δυνατότητα να υπερβεί την ηδονική σφαίρα (*κάμαβάτσαρα*) της συνείδησης και να επιτύχει την σφαίρα της λεπτοφυούς ύλης (*ρούπαβάτσαρα*) που ονομάζεται *τζάνα* (έκσταση).



Σαν παράδειγμα, δίνουμε εδώ τον διαλογισμό επί της αναπνοής, όπου ένας διαλογιστής μπορεί να συγκεντρωθεί στην αναπνοή του, και σταδιακά να αναπτύξει αυτοσυγκέντρωση έτσι ώστε η συνείδησή του να συγκεντρωθεί προς τα μέσα. Οποιαδήποτε εξωτερικά ερεθίσματα παύουν να τον επηρεάζουν και ο νους του συγκεντρώνεται προς το εσωτερικό. Έτσι όλη η ενέργεια του νου προσυλώνεται σε ένα μόνο αντικείμενο όπως είναι η αναπνοή, και ο διαλογιστής δεν σκέφτεται τίποτε άλλο παρά μόνον την εισπνοή και την εκπνοή του, είτε για μία ή δύο ώρες, είτε για περισσότερο.

Όταν η αυτοσυγκέντρωση ωριμάσει, το αρχικό αντικείμενό της θα προκαλέσει ένα ορατό και φωτεινό αντίγραφο του εαυτού του που ονομάζεται «επίκητο σημάδι» (*ουγκάχα-νιμίτα*).

Η φωτεινότητα αυτή είναι απλώς φωτόνια που παράγονται από τον νου. Ο νους δεν έχει φως αλλά μπορεί να το παράξει. Αυτό το φως το βλέπει ο διαλογιστής δια μέσω του νου του, και δεν είναι άλλο παρά εγκεφαλικά κύμματα που παράγονται από την νοητική δραστηριότητα και παράγουν με την σειρά τους αυτό το φως.



**Επίκτητο Σημάδι —  
*Uggaha-nimitta***

Αυτό είναι ακόμα ένα ασταθές Σημάδι σε μορφή φωτός που προκύπτει όταν ο νους έχει φτάσει σε έναν αδύναμο βαθμό αυτοσυγκέντρωσης.



**Επίκτητο Σημάδι—  
*Uggaha-nimitta***

Με περαιτέρω αυτοσυγκέντρωση στο αρχικό αντικείμενο, το «επίκτητο σημάδι» δυναμώνει και προκαλεί το «αντίγραφο σημάδι» (*patibhāga-nimitta*).



**Αντίγραφο Σημάδι—  
*Paṭibhāga-nimitta***

Αυτό είναι ένα εντελώς ξεκάθαρο και ακίνητο Σημάδι που προκύπτει από υψηλότερο βαθμό αυτοσυγκέντρωσης.



**Αντίγραφο Σημάδι—  
*Paṭibhāga-nimitta***

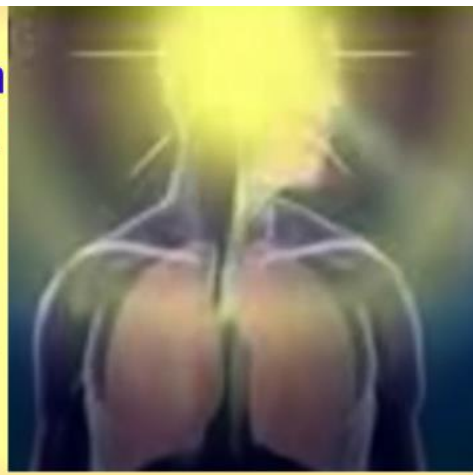
Μόλις προκύψει αυτό το Σημάδι, φτάνει κάποιος στο στάδιο της «προσεγυριστικής αυτοσυγκέντρωσης» (*uracāra-samādhī*).



Αυτό το φως έρχεται και σκεπάζει όλο το πρόσωπο του διαλογιστή, και σε αυτή την περίπτωση ο διαλογιστής δεν μπορεί να σκεφτεί τίποτα εκείνη την στιγμή. Αυτό που υπάρχει μπροστά του είναι το φως και η αναπνοή. Στην συνέχεια το φως γίνεται όλο και πιο διαφανές μέχρι σημείου μεγάλης λεπτότητας: το ίδιο συμβαίνει και με την αναπνοή η οποία γίνεται πολύ απαλή και λεπτή (εξ' ου και η ονομασία «λεπτοφυής σφαίρα»).

Το αντικείμενο της συνείδησης της τζάνα είναι βασικά αυτή η νοερή εικόνα που ονομάζεται «αντίγραφο σημάδι» (*πατιπάγκανιμίτα*). Το σημάδι αυτό θεωρείται ότι είναι ένα ιδεατό αντικείμενο (*παννιάτι*), αλλά γενικά προκύπτει με βάση μια φωτεινή μορφή ύλης, και επομένως αυτές οι *τζάνα* ανήκουν στην λεπτοφυή υλική σφαίρα.

**Η jhāna τελικά είναι η πλήρης απορρόφηση της συνείδησης και των νοητικών παραγόντων στο «αντίγραφο σημάδι» (*patibhāga-nimitta*).**



Μετά από ένα σημείο, ο διαλογιστής αισθάνεται ότι ο νους του απορροφάται μέσα σε αυτό το αντίγραφο σημάδι, βυθίζεται μέσα σε αυτό το φως, και επιτυγχάνει την κατάσταση που ονομάζεται πρώτη έκσταση. Κατά την έκσταση ο νους δεν είναι κενός όπως νομίζουν μερικοί, αλλά υπάρχουν διάφοροι νοητικοί παράγοντες εντός του.

**Ο ΝΟΥΣ**

- ο λογισμός
- ο συλλογισμός
- η αγαλλίαση
- η ευδαιμονία
- η ενότητα του νου

Ο λογισμός υπάρχει μόνο για το αντικείμενο της προσοχής και ο διαλογιστής δεν μπορεί να σκεφτεί ούτε το παρελθόν ούτε το μέλλον, παρά βρίσκεται μόνο στην παρούσα στιγμή.

Κατά τον συλλογισμό, επιθέτει τον νου του ξανά και ξανά πάνω στο ίδιο αντικείμενο της αυτοσυγκέντρωσης. Κατά την αγαλλίαση νιώθει μια πολύ εξυψωμένη χαρά, συγχρόνως με πνευματική ευδαιμονία και ενότητα του νου.

### Οι Πέντε Παράγοντες της 1ης Έκστασης

1. Ο λογισμός (*βιτάκκα*) που επιθέτει τους σχετικούς νοητικούς παράγοντες στο αντικείμενο της αυτοσυγκέντρωσης.
2. Ο συλλογισμός (*βιτσάρα*) που τους διατηρεί εκεί.
3. Η αγαλλίαση (*πίτι*) που φέρνει την ευχαρίστηση για το αντικείμενο. Εάν δεν υπήρχε η ευχαρίστηση, ο διαλογιστής δεν θα μπορούσε να καθίσει για πέντε, δέκα λεπτά, να παρακολουθεί το αντικείμενο μπροστά του. Η ευχαρίστηση αυτή αναπτύσσεται και γίνεται ευδαιμονία.
4. Η ευδαιμονία (*σούκα*) ως το αίσθημα που βιώνει την ευτυχία μέσα στην έκσταση, λόγω του ότι ο νους του διαλογιστή έχει φτάσει σε αυτήν την ακινητοποίηση, σε αυτήν την σιωπή που είναι απέραντη και του φαίνεται πολύ ευχάριστη.
5. Η ενότητα του νου (*εκάγκκατα*) που έχει την ικανότητα της συνένωσης των νοητικών παραγόντων στο αντικείμενο αυτοσυγκέντρωσης.



Οι εκστάσεις είναι καταστάσεις βαθιάς εσωτερικής ενοποίησης του νου που χαρακτηρίζονται από μια απόλυτη απορρόφηση και βύθιση του νου στο αντικείμενό του.

Προκύπτουν από την πολύ αυξημένη και βαθιά αυτοσυγκέντρωση πάνω σε ένα συγκεκριμένο αντικείμενο με τέτοιο βαθμό προσοχής, που επί το πλείστον η λεκτική λειτουργία, ο λογισμός και ο συλλογισμός αναστέλλονται.

Ωστόσο, τα συναισθήματα της αγαλλίασης, της ευδαιμονίας και της πνευματικής ηρεμίας υπεραυξάνονται μέχρι το σημείο της αποκορύφωσης.

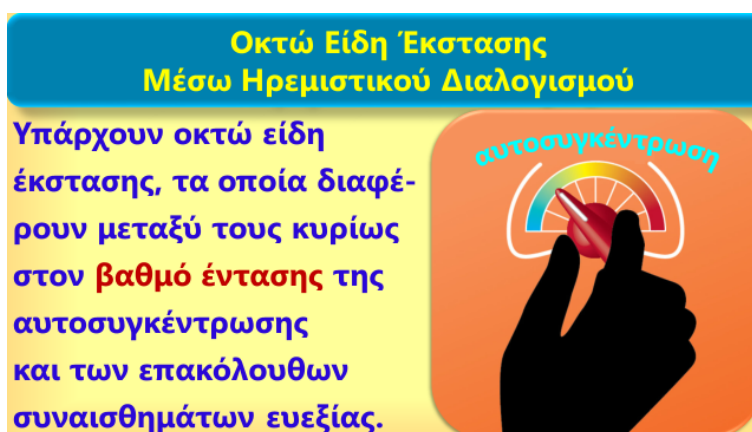
Έτσι, παρ' όλο που ο διαλογιζόμενος μπορεί περιστασιακά να βιώσει κάποιον βαθμό αγαλλίασης και ευδαιμονίας πριν την επίτευξη μιας έκστασης, αυτά τα εύφορα συναισθήματα φτάνουν στο ύψιστο

σημείο εντός της εγκόσμιας ανθρώπινης εμπειρίας κατά την διάρκεια της έκστασης. Ο νους που βιώνει τις εκστάσεις αποτραβιέται εσωτερικά πιο βαθιά στον εαυτόν του, υπερβαίνει την ηδονική σφαίρα (*κάμαβάτσαρα*) της συνείδησης, μακριά από τα αισθητήρια αντικείμενα και ερεθίσματα που προσκρούουν στις αισθήσεις από τον εξωτερικό κόσμο, επιτυγχάνοντας έτσι ένα επίπεδο αυξημένης αυτοσυνείδησης, ηρεμίας, ησυχίας και αγνότητας, που ξεπερνά κατά πολύ την διαλεκτική ή παρεκβατική σκέψη.

Γενικά, μια έκσταση είναι μια νοητική κατάσταση πέρα από τις πέντε αισθητηριακές λειτουργίες, και μπορεί να επιτευχθεί μόνο στην απομόνωση και στην ησυχία, με την αδιάκοπη επιμονή στην πρακτική της αυτοσυγκέντρωσης.

Σε αυτές τις καταστάσεις αναστέλλεται κάθε δραστηριότητα των πέντε αισθήσεων. Δεν εμφανίζονται εξωτερικές οπτικές ή ακουστικές εντυπώσεις, ούτε γίνεται αντιληπτό κάποιο εξωτερικό σωματικό αίσθημα. Ο διαλογιστής σε αυτή την περίπτωση έχει χάσει τελείως την αίσθηση του σώματος και το μόνο που παραμένει είναι το αντικείμενο της αυτοσυγκέντρωσης μπροστά του.

Όμως παρ' όλο που όλες οι εξωτερικές αισθητηριακές εντυπώσεις έχουν σταματήσει, ο νους παραμένει ενεργός, απόλυτα άγρυπνος, ολότελα ξύπνιος και διαυγής, με πλήρη επίγνωση του αντικειμένου της αυτοσυγκέντρωσης και της μακάριας εμπειρίας που προκύπτει απ' αυτήν, όπως αγαλλίαση και ευδαιμονία.



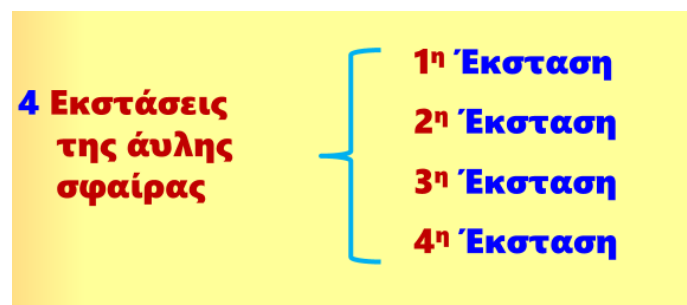
Αυτό δηλαδή που ονομάζουμε αυτοσυγκέντρωση έχει διάφορους βαθμούς. Ανάλογα με την ένταση της αυτοσυγκέντρωσης παράγονται και ευχάριστα συναισθήματα αγαλλίασης και ευδαιμονίας. Έτσι, αυτά τα επακόλουθα συναισθήματα ευεξίας βασίζονται πάνω στην αυτοσυγκέντρωση την οποία έχει αναπτύξει ο διαλογιστής.

Αυτές οι εκστάσεις διαιρούνται σε δύο κατηγορίες:

Εκστάσεις της λεπτοφυούς υλικής σφαίρας της συνείδησης,



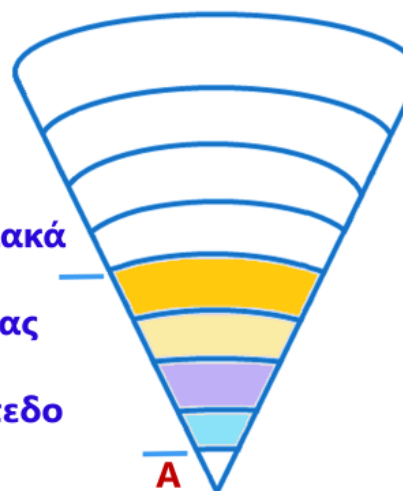
Εκστάσεις της άυλης σφαίρας της συνείδησης.



Αυτές οι εκστάσεις δηλαδή, είναι σύμφωνα με τον βαθμό αυτοσυγκέντρωσης.

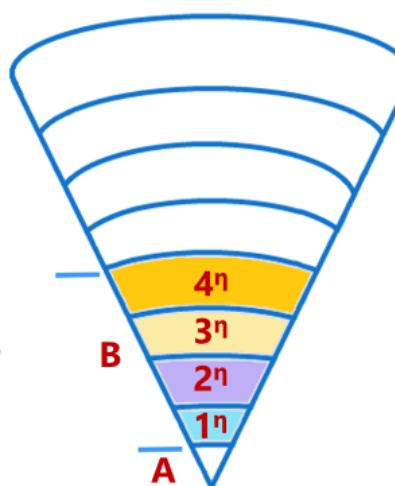


Το «**A**» υποδεικνύει το αρχικό στάδιο της αυτοσυγκέντρωσης κατά το οποίο ο διαλογιζόμενος μπορεί περιστασιακά να βιώσει κάποιον βαθμό αγαλλίασης και ευδαιμονίας αλλά η συνείδηση του βρίσκεται ακόμα στο επίπεδο της ηδονικής σφαίρας.



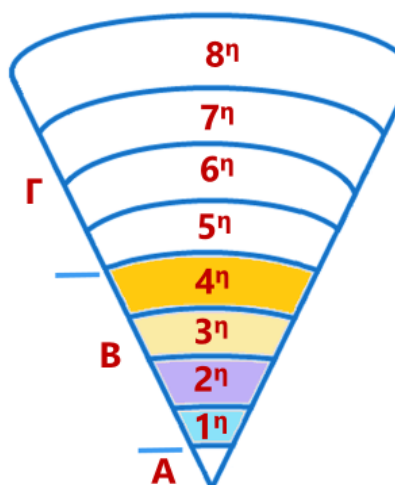
Είναι αυτή ακριβώς η αγαλλίαση που παροτρύνει τον διαλογιστή να συνεχίσει τον διαλογισμό του. Όταν κάποιος έχει καταφέρει να επιτύχει αυτοσυγκέντρωση μέσω κάποιου διαλογισμού, τότε θέλει να επαναλάβει αυτή την εμπειρία λόγω του ότι βιώνει έστω και έναν ελάχιστο βαθμό ευδαιμονίας που δεν τον έχει βιώσει προηγουμένως.

Το «**Β**» υποδεικνύει το επίπεδο της λεπτοφυούς υλικής σφαίρας και τις τέσσερις εκστάσεις που η συνείδηση του διαλογιζόμενου μπορεί να βιώσει.



Πριν αυτές τις εκστάσεις δηλαδή, υπάρχουν μικρά μικρά κύμματα αγαλλίασης και ευδαιμονίας τα οποία εντείνονται κατά την διάρκεια των εκστάσεων.

Το «**Γ**» υποδεικνύει το επίπεδο της άυλης σφαίρας και τις τέσσερις άλλες εκστάσεις τις οποίες η συνείδηση του διαλογιζόμενου μπορεί να βιώσει.





Η πρώτη έκσταση της λεπτοφυούς υλικής σφαίρας της συνείδησης, έχει πέντε σημαντικούς νοητικούς παράγοντες που ονομάζονται τα «πέντε μέλη της έκστασης» (*τζανάνγκα*), τα οποία είναι:

**1 Συνείδηση της πρώτης έκστασης (*jhāna*)  
συνοδευόμενη με**

1. λογισμό (*vitakka*),
2. συλλογισμό (*vicāra*),
3. αγαλλίαση (*pīti*),
4. ευδαιμονία (*sukha*), και
5. ενότητα του νου (*ekaggatā*).

Ο νους του διαλογιζόμενου δεν είναι κενός ή άδειος. Υπάρχουν αυτοί οι νοητικοί παράγοντες με τους οποίους μπορεί κάποιος να βιώνει αυτή την έκσταση. Ως εκ τούτου, όταν ο διαλογιστής βγει από την έκσταση μπορεί να ανακαλέσει και να θυμηθεί τι ακριβώς συνέβει μέσα στην έκσταση και να περιγράψει όλη την εμπειρία του.

Όταν ο διαλογιζόμενος συνεχίσει να επιτυγχάνει την 1<sup>η</sup> έκσταση και να εισέρχεται σ' αυτήν επανειλημμένα, τότε ο λογισμός και ο συλλογισμός αρχίζουν να του φαίνονται χονδροειδείς και ο νους του κλίνει περισσότερο προς την αγαλλίαση και την ευδαιμονία που του φαίνονται πιο λεπτοφυείς και ευχάριστες.

Με τον καιρό, ο νους του αποσπάται από τον λογισμό και τον συλλογισμό, με αποτέλεσμα να επιτύχει την 2<sup>η</sup> έκσταση που έχει μόνο την αγαλλίαση, την ευδαιμονία, και την ενότητα του νου ως μέλη.

**2 Συνείδηση της δεύτερης έκστασης συνοδευόμενη με**

3. αγαλλίαση (*pīti*),
4. ευδαιμονία (*sukha*), και
5. ενότητα του νου (*ekaggatā*).



Εδώ παραμένει μόνο το αισθηματικό μέρος. Το λογικό έχει φύγει διότι ο διαλογιστής το θεωρεί ως εμπόδιο στην εμπειρία της αγαλλίασης και της ευδαιμονίας.

Όταν συνεχίζει να επιτυγχάνει την 2<sup>η</sup> έκσταση και να εισέρχεται σ' αυτήν επανειλημμένα, τότε η αγαλλίαση αρχίζει να του φαίνεται χονδροειδής και ο νους του κλίνει περισσότερο προς την ευδαιμονία που του φαίνεται πιο λεπτοφυής και ευχάριστη.

Με τον καιρό, ο νους του αποσπάται από την αγαλλίαση με αποτέλεσμα να επιτύχει την 3<sup>η</sup> έκσταση που έχει μόνο την ευδαιμονία και την ενότητα του νου ως μέλη.

**3 Συνείδηση της τρίτης έκστασης συνοδευόμενη με**

- 4. ευδαιμονία (*sukha*), και**
- 5. ενότητα του νου (*ekaggatā*).**



Όταν συνεχίζει να επιτυγχάνει την 3<sup>η</sup> έκσταση και να εισέρχεται σ' αυτήν επανειλημμένα, τότε η ευδαιμονία αρχίζει να του φαίνεται χονδροειδής και ο νους του κλίνει περισσότερο προς την ενότητα του νου που του φαίνεται πιο λεπτοφυής και ευχάριστη.

Με τον καιρό, ο νους του αποσπάται από την ευδαιμονία με αποτέλεσμα να επιτύχει την 4<sup>η</sup> έκσταση που έχει μόνο την ενότητα του νου και την πνευματική ηρεμία (*oupekkā*) ως μέλη.

**4 Συνείδηση της τέταρτης έκστασης συνοδευόμενη με**

- 5. πνευματική ηρεμία (*oupekkhā*) και ενότητα του νου (*ekaggatā*).**



Η ενότητα του νου ενοποιεί το αντικείμενο συγκέντρωσης με τον νου.

Και εάν θεωρήσουμε ότι ο νους μας διακυμαίνεται όλη την ώρα, πνευματική ηρεμία σημαίνει ευθυγράμμιση του νου. Όλες οι δονήσεις του νου έχουν σταματήσει.

Κάτι άλλο που μπορεί να σας φανεί παράξενο, είναι ότι σε αυτή την 4<sup>η</sup> έκσταση η αναπνοή σταματάει. Ο διαλογιστής ανάλογα με τον βαθμό συγκέντρωσης, μπορεί να παραμείνει μία, δύο, τρεις ώρες χωρίς να αναπνέει καθόλου. Η πνευματική ηρεμία ηρεμεί όλο το νευρικό σύστημα μέχρι του σημείου που ακόμα και η αναπνοή σταματάει.

Ιατρικά εάν τον εξετάσει κάποιος, θα διαπιστώσει ότι οι παλμοί της καρδιάς του έχουν μειωθεί τόσο, ώστε να φαίνεται κλινικά νεκρός. Αυτό δεν συμβαίνει βέβαια, διότι όταν ο διαλογιστής βγει από την κατάσταση αυτής της έκστασης είναι τόσο φρέσκος και μακάριος, και σφύζει από ζωτικότητα.

Τώρα, αυτό που κάνει τον διαλογιστή να επιτύχει αυτές τις εκστάσεις, είναι η ορθή αυτοσυγκέντρωση.

Και τι είναι ορθή αυτοσυγκέντρωση;

Απομονωμένος από τις ηδονικές ευχαριστήσεις (*κάμα*), απομονωμένος από φαύλες νοητικές καταστάσεις (*ακούσαλα*), κάποιος εισέρχεται και παραμένει στην πρώτη έκσταση (*τζάνα*), η οποία συνοδεύεται από λογισμό και συλλογισμό, από αγαλλίαση και ευδαιμονία, που προκύπτουν από την απομόνωση. Απομόνωση εδώ σημαίνει ότι ο νους έχει αποχωρισθεί από τις ηδονικές ευχαριστήσεις και έχει βρεθεί σε διαφορετικό επίπεδο νοημοσύνης.

Με την κατάπαυση του λογισμού και του συλλογισμού, εισέρχεται κανείς και παραμένει στην δεύτερη έκσταση (*τζάνα*), που εσωτερικά έχει την αυτοπεποίθηση και την ενοποίηση του νου χωρίς λογισμό και συλλογισμό, αλλά με αγαλλίαση και ευδαιμονία που προκύπτουν από την αυτοσυγκέντρωση.

Με την εξάλλειψη της αγαλλίασης, παραμένει κανείς πνευματικά ήρεμος, μνήμων, και με πλήρη επίγνωση, αισθάνεται ευδαιμονία με το σώμα, και εισέρχεται και παραμένει στην τρίτη έκσταση (*τζάνα*), λόγω της οποίας οι ευγενείς λένε:

«Είναι πνευματικά ήρεμος, μνήμων και ευδαίμων».

Τέλος, με την εγκατάλειψη της ευδαιμονίας και του δυσάρεστου αισθήματος, και με την προηγούμενη εξαφάνιση της ευαρέσκειας και δυσαρέσκειας, εισέρχεται κανείς και παραμένει στην τέταρτη έκσταση (*τζάνα*), η οποία δεν έχει ούτε δυσάρεστο ούτε ευχάριστο αίσθημα αλλά έχει διαύγεια της μνήμης εξ' αιτίας της πνευματικής ηρεμίας (*ουπέκκα*).

Αυτή είναι μια περιληπτική περιγραφή από τις Ομιλίες του Βούδδα, και από εδώ μπορούμε να δούμε πώς εξελίσσεται σταδιακά η συνείδηση ώστε να αποκτήσει κάποιος βαθύτερους βαθμούς αυτοσυγκέντρωσης και βαθύτερους βαθμούς ευδαιμονίας που καταλήγουν στην διαπίστωση ότι ακόμα και αυτή η ευδαιμονία είναι μειονέκτημα.

### Η Ενότητα του Νου (*ekaggatā*)

Η ενότητα του νου ως νοητικός παράγοντας είναι το κύριο συστατικό και στις πέντε *τζάνας* και η ουσία της αυτοσυγκέντρωσης (*σαμάντι*).

**«Η αυτοσυγκέντρωση (*samādhī*) είναι η «ενότητα του νου» (*cittassa ekaggatā*) σε ένα αντικείμενο προσοχής.»**

(MN 44 *Cūḷavedallasuttam*).

Αυτή η «ενότητα» είναι ένας νοητικός παράγοντας που υπάρχει σε κάθε κατάσταση της συνείδησης, και έχει την ικανότητα της συνένωσης των άλλων νοητικών παραγόντων στην γνωστική λειτουργία. Ονομάζεται συνήθως αυτοσυγκέντρωση (*σαμάντι*) όταν υπάρχει σε έντονο βαθμό.

Στην καθημερινή ζωή εμείς χρησιμοποιούμε αυτόν τον νοητικό παράγοντα για να εστιάσουμε τον νου μας κάπου. Για παράδειγμα, όταν θέλουμε να διαβάσουμε κάτι, για να συγκεντρωθούμε έστω και για λίγα δευτερόλεπτα χρειαζόμαστε αυτόν τον νοητικό παράγοντα που λέγεται ενότητα του νου. Ακόμα και ένας κλέφτης, για να βάλει το κλειδί στην κλειδαριά ενός χρηματοκιβωτίου και να το περιστρέψει, χρειάζεται την ενότητα του νου. Εάν ο νους του είναι διασκορπισμένος δεν μπορεί να συγκεντρωθεί. Ακόμα κι εμείς όταν βάζουμε το κλειδί στην πόρτα πρέπει να είμαστε συγκεντρωμένοι και να εστιάσουμε τον νου μας, ώστε να μην βάλουμε λάθος κλειδί ή να το βάλουμε σε λάθος πόρτα. Ακόμα κι αυτοί που παίζουν σκάκι, εκείνη την στιγμή δεν σκέφτονται την οικογένειά τους αλλά προσπαθούν να δούν την επόμενη κίνηση. Εκεί υπάρχει ένας βαθμός αυτοσυγκέντρωσης. Χρησιμοποιούν την ενότητα του νου για να καταλάβουν ποιά είναι το πιόνι που πρέπει να μετακινήσουν.

Η ενότητα του νου ονομάζεται αυτοσυγκέντρωση όταν είναι σε μεγάλο βαθμό και μπορεί κάποιος να εστιάσει τον νου του για μεγάλο χρονικό διάστημα σε ένα μόνο αντικείμενο χωρίς να φεύγει από αυτό. Έχει την δυνατότητα να υπερβεί την ηδονική σφαίρα (*κάμαβατσάρα*) της συνείδησης, και να επιτύχει την σφαίρα της λεπτοφυούς ύλης (*ρούπαβατσάρα*) που ονομάζεται *τζάνα* (έκσταση).

Η ενότητα του νου αναστέλλει προσωρινά την φιλήδονη επιθυμία, κάτι που είναι απαραίτητη προϋπόθεση για κάθε επίτευξη στον διαλογισμό.

Χρειάζεται την συνδιασμένη δράση των άλλων τεσσάρων παραγόντων της *τζάνα* που εκτελούν ο καθένας την δική του ειδική λειτουργία:

1. Ο λογισμός (*βιτάκκα*) που επιθέτει τους σχετικούς παράγοντες στο αντικείμενο αυτοσυγκέντρωσης. Χωρίς τον λογισμό η ενότητα δεν μπορεί να εκτελέσει την λειτουργία της.
2. Ο συλλογισμός (*βιτσάρα*) που τους διατηρεί εκεί.
3. Η αγαλλίαση (*πίτι*) που φέρνει την ευχαρίστηση για το αντικείμενο. Ένας άνθρωπος δεν μπορεί να εστιάσει την προσοχή του σε ένα αντικείμενο εάν βαρεθεί και νιώθει δυσарέσκεια, διότι ο νους του περισπάται.
4. Η ευδαιμονία (*σούκα*) που βιώνει την ευτυχία μέσα στην *τζάνα*.

Αναφορικά με την *τζάνα* τώρα, να δώσουμε μερικές πληροφορίες:

## Η *JHĀNA*

Οι σχολιαστές της Pāli παράγουν τη λέξη *jhāna* από την ρίζα *jhe* που σημαίνει «μελετώ, διαλογίζομαι», και από την άλλη ρίζα *jhā* που σημαίνει «καίω».

Έτσι *jhāna* σημαίνει:

- α. «ο διαλογισμός σε ένα αντικείμενο (*ārammaṅ'ūpaniḥjhāna*), ή
- β. το κάψιμο οποιονδήποτε αντιθετικών καταστάσεων (*raccanīka-jhāraṇa*)».

Οι αντιθετικές καταστάσεις είναι αυτές που αντιτίθενται στην αυτοσυγκέντρωση και δεν είναι άλλες από τα πέντε πνευματικά εμπόδια (*νιβάρανα*), δηλαδή:

1. η φιλήδονη επιθυμία

2. ο θυμός

3. η νωθρότητα και η νύστα

4. η ανησυχία και η τύψη

5. η αμφιβολία

Αυτός που έχει φιλήδονες επιθυμίες, εάν θα κάνει το ένα εάν θα κάνει το άλλο, δεν μπορεί να συγκεντρωθεί εξ' αιτίας των περισπάσεων. Αυτός που θυμώνει και σκέφτεται με ποιόν θα τσακωθεί, είναι αδύνατον να συγκεντρωθεί. Την νωθρότητα και την νύστα την γνωρίζουν πολύ καλά αυτοί που θέλουν να διαλογισθούν διότι έρχονται και του λένε: «Εντάξει τώρα, φτάνει, κουράσθηκες... μη διαλογίζεσαι άλλο, ησύχασε... ξάπλωσε λίγο!» Έτσι αφήνουν τον διαλογισμό και ξαπλώνουν. Όποιος είναι ανήσυχος ή τον βασανίζουν οι τύψεις, επίσης δεν μπορεί να συγκεντρωθεί. Το ίδιο κι όταν αμφιβάλουμε και δεν ξέρουμε τί ακριβώς να κάνουμε.

Όλες αυτές είναι καταστάσεις που ο διαλογιστής πρέπει να τις «κάψει» και να τις αποβάλλει από μέσα του για να επιτύχει την αυτοσυγκέντρωση, κι αυτό το καταφέρνει με τις *τζάνας*.

Στα ελληνικά, *τζάνα* μπορεί να μεταφραστεί ως «έκσταση», [έξιστημι< εκ+ΐστημι], δηλαδή πλήρης έξοδος ή αποχωρισμός του νου από τον κόσμο των αισθήσεων, από την ηδονική σφαίρα, και ένωσή του, απορρόφησή του, σε ένα αντικείμενο αυτοσυγκέντρωσης. Έτσι η έκσταση έχει την δυνατότητα να υπερβεί την ηδονική σφαίρα (*κάμαβατσάρα*) της συνείδησης, και να επιτύχει την σφαίρα της λεπτοφυούς ύλης (*ρούπαβατσάρα*) που ονομάζεται *τζάνα*.

Η ορθή αυτοσυγκέντρωση που προκύπτει από την επίτευξη των εκστάσεων περισυλλέγει το συνηθισμένο, διασκορπισμένο, και διαλυμένο ρεύμα των νοητικών καταστάσεων, έτσι ώστε να προκαλέσει μια εσωτερική ενοποίηση. Τα δύο κύρια χαρακτηριστικά ενός τέτοιου αυτοσυγκεντρωμένου νου είναι η αδιάκοπη προσοχή σε ένα αντικείμενο και η συνακόλουθη ηρεμία των νοητικών λειτουργιών·

δηλ. ιδιότητες που τον διακρίνουν από τον μη συγκεντρωμένο νοῦ.

Ἡ ὀρθή αυτοσυγκέντρωση σχετίζεται ἐδῶ κυρίως με τὴν μεθοδική ἀνάπτυξη τοῦ ηρεμιστικοῦ διαλογισμοῦ (*σαμάθα*).

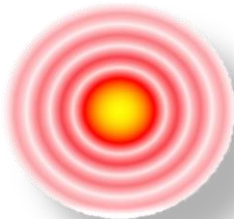
**Ἡ θεμελιώδης ἀρχή τοῦ ηρεμιστικοῦ διαλογισμοῦ (*samatha*) εἶναι:**

**ἡ αυτοσυγκέντρωση (*samādhī*), ἢ ἡ «ἐνότητα τοῦ νοῦ» (*cittassa ekaggatā*) σε ἓνα ἀντικείμενο ἢ σε μιὰ ἐννοια γιὰ παρατεταμένο χρονικό διάστημα, με τὸν ἀποκλεισμό ἄλλων ἀντικειμένων.**

Ὁ νοῦς που εἶναι ἀγύμναστος στὴν αυτοσυγκέντρωση κινεῖται με διασκορπισμένο τρόπο. Ὁ Βουδδὰς τὸν συγκρίνει με τὸ τρέμουλο καὶ τὸ σπартάρισμα ἐνὸς ψαριοῦ, που ἔχει παρθεῖ ἀπὸ τὸ νερό καὶ ἔχει ριφθεῖ στὴν ξηρά.



Δεν μπορεῖ να μείνει ἀκίνητος, ἀλλὰ τρέχει ἀπὸ ἰδέα σε ἰδέα, ἀπὸ σκέψη σε σκέψη, χωρὶς κανέναν ἐσωτερικό ἐλεγχό. Ἐνας τέτοιος ἀποσπασμένος νοῦς, εἶναι ἐπίσης ἓνας νοῦς με αὐταπάτες. Κατακλυσμένος ἀπὸ ἀνησυχίες, βλέπει τὰ πράγματα μόνο τεμαχισμένα καὶ παραμορφωμένα λόγω τῶν διακυμάνσεων τυχαίων σκέψεων.




Τουναντίον, ὁ νοῦς που ἔχει γυμναστεῖ στὴν αυτοσυγκέντρωση μπορεῖ να παραμείνει ἀτάραχος καὶ ἐστιασμένος στο ἀντικείμενό του χωρὶς τρέμουλο καὶ ἀπόσπαση τῆς προσοχῆς.

**Ἐνότητα τοῦ νοῦ**  
**(*cittassa ekaggatā*)**

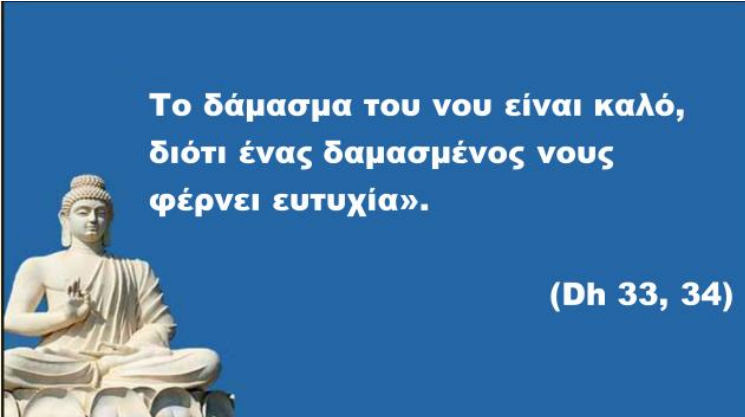
Γι' αυτό συμβουλεύει ο Βούδδας:

**«Αυτόν τον άστατο και ασταθή νου,  
που είναι δύσκολο να προστατευθεί,  
να εμποδιστεί και να δαμαστεί,  
τον ισιώνει ο σοφός,  
όπως το βέλος  
ο τοξότης.»**



**Το δάμασμα του νου είναι καλό,  
διότι ένας δαμασμένος νους  
φέρει ευτυχία».**

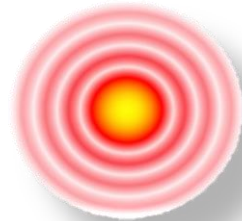
**(Dh 33, 34)**



Η ευτυχία αυτή είναι διαφορετική, είναι πνευματική ευτυχία και όχι ηδονική όπως αυτή που βιώνουμε στην καθημερινή ζωή.

Με την προσύλωση του νου σε ένα επιλεγμένο αντικείμενο, όλο το τρέμουλο και όλη η διανοητική απόσπαση της προσοχής εξαλείφονται. Τα πέντε προαναφερθέντα πνευματικά εμπόδια καταστέλλονται και ο νους απορροφάται πλήρως στο αντικείμενό του.

Αυτή η ελευθερία από την απόσπαση της προσοχής προκαλεί μία περαιτέρω γαλήνη που κάνει τον νου αποτελεσματικό μέσο διείσδυσης στην διόραση (*βιπάσσανα*), στην σοφία (*πάννια*), και στην απελευθέρωση (*βιμούττι*).





#### 4. Καλό (kusala) Κάρμα στην Άυλη Σφαίρα Ύπαρξης

Το καλό κάρμα της άυλης σφαίρας είναι επίσης μια νοητική πράξη.

Αποτελείται από τον διαλογισμό όπου ο νους έχει φτάσει στην απορρόφηση και στις εκστάσεις και είναι τετραπλάσιος ως πράξη σύμφωνα με την διαφορά των αντικειμένων αυτοσυγκέντρωσης. Τα αντικείμενα αυτοσυγκέντρωσης σε αυτή την άυλη σφαίρα ύπαρξης είναι το διάστημα ή ο χώρος που είναι κάτι αφηρημένο, η απέραντη συνείδηση, η αντίληψη, κλπ. Με λίγα λόγια το αντικείμενο δεν είναι κάτι υλικό όπως η αναπνοή ή κάποιο χρώμα, αλλά κάτι άυλο όπως η συνείδηση.

#### Η Φύση των Εκστάσεων

Παρ' όλο που οι εκστάσεις είναι πανευτυχείς και μακάριες εμπειρίες, πρέπει να ειπωθεί μολαταύτα ότι τους λείπει η σοφία της διορατικότητας και έτσι δεν επαρκούν για την επίτευξη της τελικής απελευθέρωσης και φώτισης.

Μάλιστα, τα έντονα ευχάριστα αισθήματα και συναισθήματα που παράγονται πριν και μετά την έκσταση, έχουν παρερμηνευθεί, μυστικοποιηθεί και προσωποποιηθεί από μερικούς διαλογιστές ως:

- «η ένωση του ανθρώπου με το θείο»,
- «η ένωση της ανθρώπινης ψυχής με την θεϊκή ψυχή»,
- «η εμπειρία του ζωντανού Θεού», «το άπειρο εγώ»,
- «η κοσμική/συμπαντική ψυχή, συνείδηση ή ενέργεια»,
- «η αθάνατη, ακατάστρεπτη, καθαρή κι άπειρη ψυχή ή συνείδηση»
- «οι αρχέγονες δυνάμεις», «το Απόλυτο», κλπ.

Άλλες πολλές πρακτικές διαλογισμού έχουν επίσης θρησκοποιηθεί αποδίδοντας σε αυτές «θρησκευτικά αισθήματα». Έχουμε για παράδειγμα στον ινδουϊσμό ασκητές που έχουν επιτύχει υψηλούς βαθμούς αυτοσυγκέντρωσης, πριν από την έκσταση και θεωρούν ότι έχουν έλθει σε επαφή με την θεότητα διότι δεν έχουν αναλύσει τον νου τους. Έτσι είναι πολύ εύκολο να εξιδανικεύσει κανείς αυτές τις εκστάσεις και να τις θεωρήσει σαν το υπέρτατο αγαθό που πρέπει να το αποκτήσει.

Παρόμοιες παρερμηνείες υπήρχαν και στην εποχή του Βούδδα. Ωστόσο, ο ίδιος, που είχε βιώσει τις εκστάσεις, εξήγησε την πλάνη των αισθημάτων, και το πώς

«τα αισθήματα δημιουργούν το πάθος·  
το πάθος δημιουργεί την προσκόλληση·  
η προσκόλληση δημιουργεί την ύπαρξη·  
η ύπαρξη δημιουργεί την γέννηση·  
η γέννηση δημιουργεί το γήρας, τον θάνατο, την λύπη, τον θρήνο, την οδύνη, και το υπαρξιακό άγχος».

Εξήγησε επίσης πώς ο ίδιος: «έχει κατανοήσει όπως πραγματικά συμβαίνει η έγερση (*σαμούνταγια*) και η παρακμή (*αττάνγκαμα*) των αισθημάτων, η απόλαυση, ο κίνδυνος και η διαφυγή από αυτά, και το πώς έχει απελευθερωθεί μέσω της μη προσκόλλησης (*ανουπάντα-βιμούττο*)».

Παρά το ότι οι εκστάσεις είναι παροδικές επιτεύξεις, ο Βούδδας τις συμπεριέλαβε στην διδασκαλία του, αποβάλλοντας τις μυστικιστικές, κλπ. ερμηνείες, και κρατώντας την ουσία τους που είναι ο υψηλός βαθμός αυτοσυγκέντρωσης που παράγουν, ο οποίος αφ' ενός κατευνάζει τα πέντε πνευματικά εμπόδια (*νιβάρανα*) και αφ' ετέρου δημιουργεί βαθειά ηρεμία και αταραξία, η οποία μπορεί να χρησιμοποιηθεί για τον διορατικό διαλογισμό.

Αυτή ήταν μια περίληψη για τις εκστάσεις που μας δίνει μια εικόνα για το πώς μπορεί κάποιος μέσω της αυτοσυγκέντρωσης και της ενότητας του νου να πετύχει υψηλά επίπεδα ευδαιμονίας. Τις πρώτες τέσσερις εκστάσεις ο Βούδδας τις ονόμασε «*σούκα-βιχάρα*» δηλ. ευδαιμονικές ή μακάριες διαμονές. Έτσι, άνθρωποι που ασκούνται στις εκστάσεις, μπορούν να βιώσουν αυτή την ευδαιμονική χαρά και ευτυχία ενώ βρίσκονται ακόμα στο ανθρώπινο σώμα. Όταν δε, επαναγεννηθούν σ' αυτούς τους κόσμους, ζουν επί αιώνες μέσα σ' αυτόν τον ωκεανό της ευδαιμονίας.

Δεν έχουν μύτη, δεν έχουν στόμα, δεν έχουν σώμα, παρά μόνο μάτια και αυτιά που κι αυτά όμως είναι πολύ λεπτοφυή διότι σπανίως τα χρησιμοποιούν μια και δεν έχουν εξωτερικά ερεθίσματα. Όλη η ενότητα του νου είναι συγκεντρωμένη προς το εσωτερικό του νου.

Είναι μια τελείως διαφορετική κατάσταση που ξεπερνάει την ηδονική σφαίρα ύπαρξης. Είναι επίσης καλό να γνωρίζουμε όλες τις διαστάσεις που παίρνει ο νους, όχι μόνον στην δικιά μας καθημερινή ζωή της ηδονικής σφαίρας, αλλά και αλλού σε άλλες διαστάσεις.

Όλα αυτά τα συγκαταλέγουμε στα μαθήματα της βουδδιστικής ψυχολογίας, διότι αυτό που επιδιώκει ψυχολογικά ο άνθρωπος είναι να έχει θετικές σκέψεις και ευδαιμονία. Οι περισσότεροι άνθρωποι τουλάχιστον, προσπαθούν να έχουν στην ζωή τους ευχαρίστηση και ευδαιμονία μέσα από το ένα και από το άλλο, αποκτώντας κάποιες σταγόνες απόλαυσης συγκριτικά με τις τεράστιες ποσότητες ευχαρίστησης μέσω αυτών των τεχνικών.

Με αυτές τις τεχνικές μπορεί να συγκεντρώσει κανείς όλη την ενέργεια του νου του χωρίς να την αφήνει να διαχέεται προς τα έξω. Τότε μπορεί να φορτισθεί με αυτή την ενέργεια του νου και να αισθάνεται πλήρης. Αυτή την πληρότητα εμείς την χάνουμε από την στιγμή που αφήνουμε την ενέργεια του νου μας να διαχέεται προς τα έξω.

## **Κάρμα (8)**

Καλησπέρα σας και καλώς ορίσατε σ' αυτό το μάθημα. Έχουμε μιλήσει μέχρι τώρα για τα δεκαέξι είδη των εκούσιων πράξεών μας (κάρμα) και συνεχίζουμε σήμερα για να εξετάσουμε το πώς μπορεί κάποιος να υπερβεί το κάρμα και να περάσει πέρα από αυτό. Θα μιλήσουμε για την υπέρβαση του κάρμα και για τις υπερκόσμιες συνειδήσεις και την ψυχολογία τους. Θα διαπιστώσουμε επίσης ότι δεν είμαστε έρμαια του κάρμα αλλά ότι μπορούμε να σπάσουμε αυτή την αλυσίδα των επαναγεννήσεων.



Οι Βούδδες και οι Άξιοι μαθητές (*Αραχαντ*) ονομάζονται όγκα-τίννα, δηλ. αυτοί που έχουν διασχίσει τα ρεύματα του κάρμα και διέφυγαν από αυτά.

Μπορούμε να συγκρίνουμε αυτά τα δεκαέξι είδη του κάρμα με έναν λαβύρινθο.



Κάποιος δεν δημιουργεί νέο Κάρμα, και τερματίζει το παλιό Κάρμα.

## Πέρα από το Κάρμα (Πράξεις)

Όσο συνεχίζουμε να κάνουμε Κάρμα (πράξεις) και να συσσωρεύουμε Κάρμα (πράξεις), εξακολουθούμε να υποτασσόμαστε στην γέννηση και στον θάνατο, συναντώντας έτσι τον πόνο και την ταλαιπωρία στις ποικίλες μορφές της επαναγέννησης.

Είτε ζει κάποιος τώρα σε έναν τυχερό κόσμο είτε σε έναν ατυχή, είναι δευτερεύον ζήτημα, εφ' όσον όλες οι καταστάσεις της ύπαρξης είναι ασταθείς, χωρίς ουσιαστική μονιμότητα. Το Κάρμα (πράξεις) δημιουργείται λόγω της προσκόλλησης σε καλές ή κακές πράξεις. Και η προσκόλληση εγείρεται λόγω της άγνοιας.

Στον Βουδδισμό είμαστε πολύ συγκεκριμένοι όταν μιλούμε για την άγνοια. Άγνοια σημαίνει να μην καταλαβαίνουμε την αστάθεια αυτού του κόσμου ή των πράξεων και των εμπειριών μας που επιφέρει την ταλαιπωρία, και να μην καταλαβαίνουμε τον μη εαυτό. Είναι αυτά τα τρία χαρακτηριστικά της ύπαρξης που κάποιος δεν τα έχει γνωρίσει στην πλήρη μορφή τους.



Η άγνοια αφορά τα τρία χαρακτηριστικά της ύπαρξης:

α). Την αστάθεια ή παροδικότητα (*ανίτσα*) των νοητικών και υλικών φαινομένων που έχουν την φύση της έγερσης και της παρακμής.

β). Την ταλαιπωρία, τον πόνο, την δυστυχία ή την οδύνη (*ντούκκα*), λόγω της καταπιεστικής φύσης όλων των νοητικών και υλικών φαινομένων, που καταβάλλονται συνεχώς από την έγερση και την παρακμή και γίνονται έτσι η βάση της ταλαιπωρίας μέσα στον ασταθή κόσμο.

γ). Τον μη-εαυτό, την μη-ψυχή, την μη εγωϊκότητα (*ανάττα*), που επισημαίνει ότι σε τελική ανάλυση δεν υπάρχει τίποτα αιώνιο ή αμετάβλητο στην ανθρώπινη φύση το οποίο μπορεί κανείς να

αποκαλέσει «εαυτό», «ψυχή», ή «εγώ», και να παγιώσει μια σταθερή αίσθηση του «εγώ».

Με την ανάπτυξη της ορθής μνήμης και της διορατικότητας, και μαθαίνοντας να βλέπει κανείς τα πράγματα όπως πραγματικά είναι, μπορεί να θέσει ένα τέλος στην προσκόλληση, και τελικά να απελευθερωθεί από τα δεσμά του Κάρμα (πράξεις) και τα αποτελέσματά του.



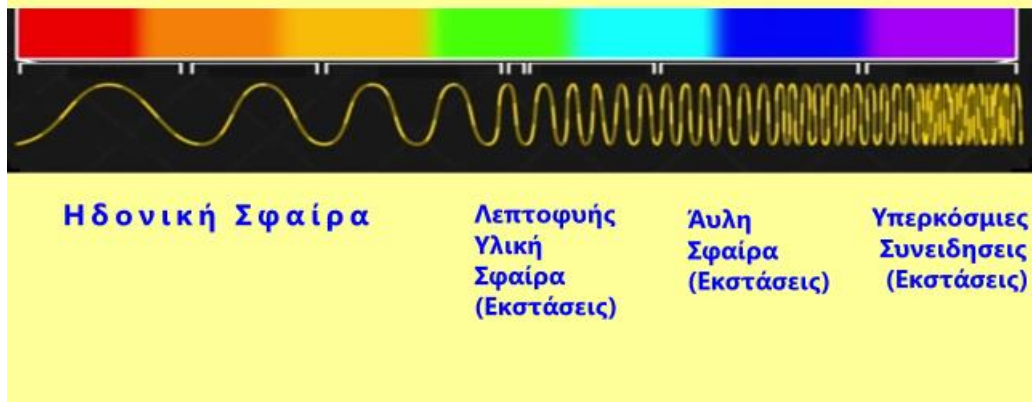
Ο πραγματικός στόχος είναι να περάσει κανείς εντελώς πέρα από την αλυσίδα του Κάρμα και από τα αποτελέσματά του, επιτυγχάνοντας τις υπερκόσμιες συνειδήσεις.

Παρουσιάζουμε ξανά τον πίνακα που περιγράφει τις διαστάσεις της συνείδησης στους διάφορους κόσμους.

Κατάταξη της Συνείδησης σε Επίπεδα & Σφαίρες Ύπαρξης			
31 Επίπεδα Ύπαρξης	Οδός & Καρπός της Αξιότητας	( <i>arahatta</i> )	8 Είδη Υπερκόσμιας Συνείδησης ( <i>lokuttara</i> )
	Οδός & Καρπός της Μη Επιστροφής	( <i>anāgāmi</i> )	
	Οδός & Καρπός της Άπαξ Επιστροφής	( <i>sakadāgāmi</i> )	
	Οδός & Καρπός της Εισόδου στο Ρεύμα	( <i>sotāpatti</i> )	
↓	<b>Αυλο Επίπεδο</b> ( <i>Arāra-bhūmi</i> ) 4 Κόσμοι - Ούτε Αντίληψη ούτε Μη Αντίληψη - Αντίληψη της Μηδαμινότητας - Άπειρη Συνείδηση - Άπειρο Διάστημα	12 Είδη Συνείδησης της Άυλης Σφαίρας ( <i>Arūpāvacara-citta</i> )	Καλό-τυχοι Κόσμοι
Λεπτοφυές Υλικό Επίπεδο ( <i>Rūpa-bhūmi</i> ) 16 Κόσμοι	5 Άγνές Διαμονές για Μη Επιστρέφοντες 1 Κόσμος του Υλικού Σώματος μόνο 10 Κόσμοι των Θεών Βράχμα	15 Είδη Συνείδησης της Λεπτοφυούς Υλικής Σφαίρας ( <i>Rūpāvacara-citta</i> )	( <i>Sugati</i> )
Ηδονικό Επίπεδο ( <i>Kāma-bhūmi</i> ) 11 Κόσμοι	6 Ηδονικοί Ουράνιοι Θεϊκοί Κόσμοι 1 Ανθρώπινος Κόσμος 4 Κόσμοι του Ξεπεσμού Ζώα, Φαντάσματα, Δαίμονες, Κόλαση	54 Είδη Συνείδησης της Ηδονικής Σφαίρας ( <i>Kāpāvacara-citta</i> )	Κακό-τυχοι Κόσμοι

Οι υπερκόσμιες συνειδήσεις ανήκουν κι αυτές στις καλές συνειδήσεις που έχουν την ρίζα τους στην μη απληστία, στο μη μίσος, και στην μη αυταπάτη, έχουν όμως διαφορά συχνότητας από τις καλές συνειδήσεις της ηδονικής, της λεπτοφυούς, και της άυλης σφαίρας.

## Η Συχνότητα της Καλής Συνείδησης



Η συχνότητα των καλών συνειδήσεων στην ηδονική σφαίρα είναι αρκετά αραιή με αποτέλεσμα να παρεισφρύνουν ανάμεσα μεγάλες ποσότητες φαύλων συνειδήσεων. Όμως, όπως βλέπουμε και στο σχεδιάγραμμα, όσο προχωράμε προς τους πιο λεπτοφυείς κόσμους ύπαρξης η συχνότητα των καλών συνειδήσεων μεγαλώνει, με αποτέλεσμα να παρεισφρύνουν μικρότερες ποσότητες φαύλων συνειδήσεων.

Στις υπερκόσμιες συνειδήσεις η συχνότητα είναι τόσο πυκνή, που δεν μπορεί να παρεισφρύνει καμιά φαύλη συνείδηση.

Κατ' αυτόν τον τρόπο μπορούμε να καταλάβουμε την διαφορά ανάμεσα στις καλές συνειδήσεις που οφείλεται στην συχνότητα με την οποία εμφανίζονται στον νου ενός ανθρώπου.

Μέσω αυτής της συχνότητας των καλών συνειδήσεων μπορεί να καταλάβει κανείς εάν οι φαύλες συνειδήσεις έχουν γίνει πιο αραιές, εάν έχουν μειωθεί, ή έχουν αποκοπεί τελείως, όπως γίνεται στην περίπτωση των υπερκόσμιων συνειδήσεων όπου οι φαύλες συνειδήσεις αποκόπονται τελείως.

Σήμερα θα εξηγήσουμε τα 8 είδη της υπερκόσμιας συνείδησης.

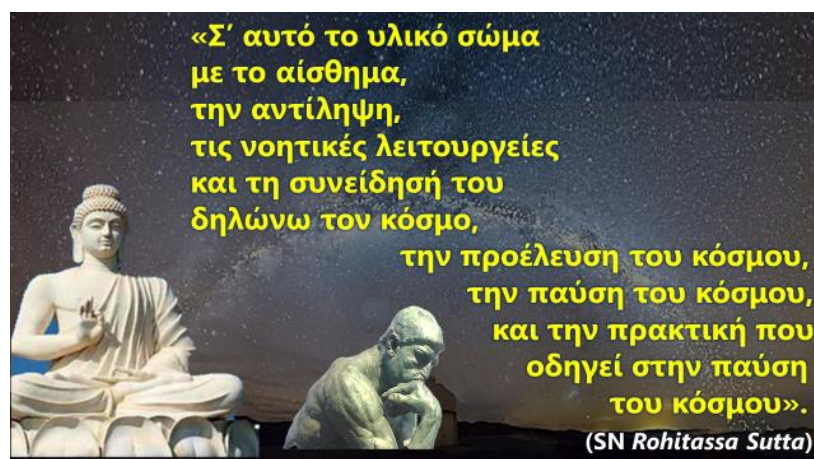


Η υπερκόσμια συνείδηση (*λοκούτταρα-τσιττα*) είναι η συνείδηση που ανήκει στην διαδικασία της υπέρβασης (*ούτταρα*) του κόσμου (*λόκα*).



Αυτός είναι ο κόσμος μας: η προσκόλληση που έχουμε σ' αυτά τα νοητικά και υλικά φαινόμενα μέσω των οποίων αντιλαμβανόμαστε τον κόσμο μας. Και ανάλογα με το πώς τα αντιλαμβάνεται ο καθένας, διαμορφώνει και το ανάλογο είδος κόσμου. Ο καθένας με τον κόσμο του. Έτσι γεννιέται κάποιος σε έναν κόσμο όπου υπάρχει αυτή η αστάθεια και πρέπει να βιώσει όλη αυτή την ταλαιπωρία λόγω της παροδικής φύσης όλων αυτών των φαινομένων.

Εάν αναρωτηθούμε: Πού είναι ο κόσμος μας; Πού η ύπαρξή μας; Ο Βούδδας απαντάει:





Για παράδειγμα, ας υποθέσουμε ότι ένας άνθρωπος έχει ζήσει όλη του την ζωή στην κορυφή ενός βουνού χωρίς να έχει πάει πουθενά αλλού. Γι' αυτόν, ο κόσμος είναι αυτά που βλέπει γύρω του, αυτά που αισθάνεται γύρω του, αυτά που αντιλαμβάνεται γύρω του. Δεν υπάρχει τίποτε άλλο πέρα από τις εμπειρίες που έχει μέσω των αισθημάτων, των αντιλήψεων, και των νοητικών λειτουργιών. Εάν καθίσουμε να μιλήσουμε μαζί του και τον ρωτήσουμε για τον κόσμο του, αυτός θα μας περιγράψει τις εμπειρίες που έχει ζήσει από μικρό παιδί πάνω σ' αυτό το βουνό.

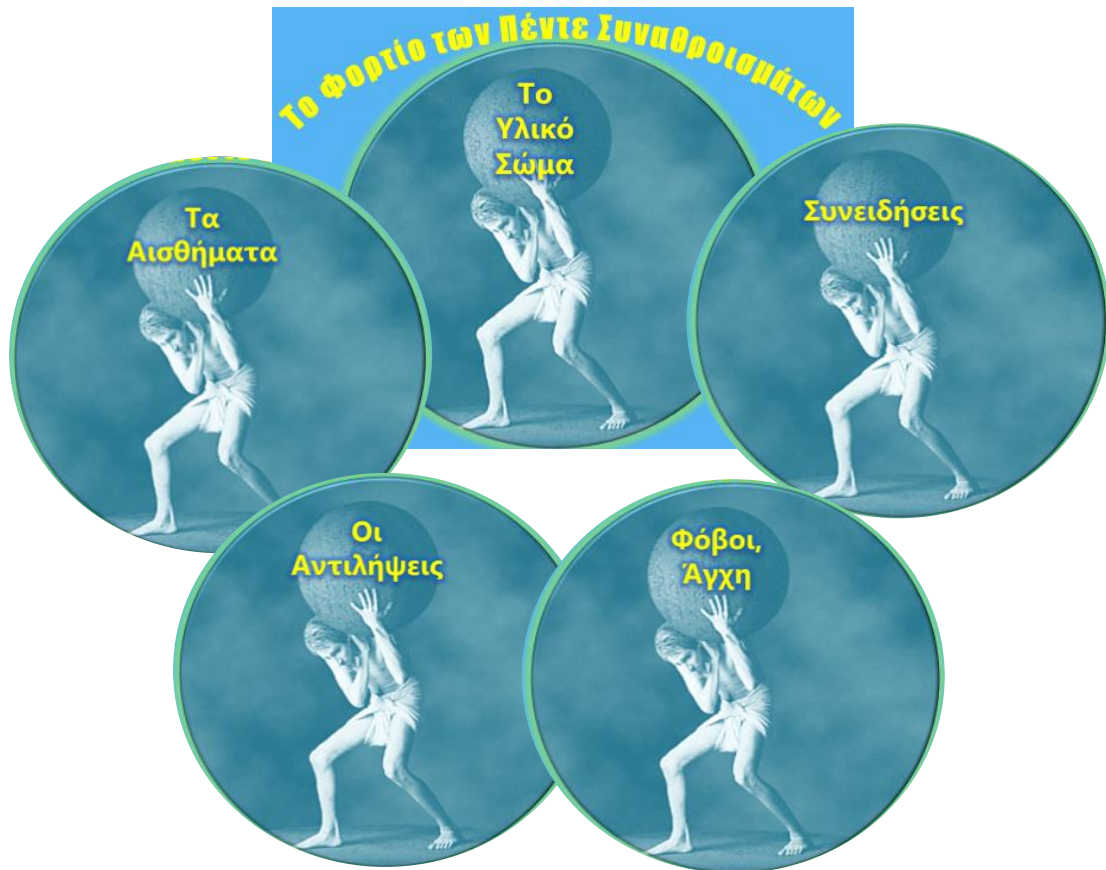
Κι εμείς όμως που έχουμε ζήσει και μεγαλώσει στην πόλη, έχουμε τον ανάλογο κόσμο. Η πόλη είναι ο κόσμος μας· αυτόν τον κόσμο ξέρουμε. Και τον γνωρίζουμε μέσα από τα αισθήματά μας, τις αντιλήψεις μας, τις νοητικές μας λειτουργίες, κλπ. Και υπάρχει προσκόλληση σ' αυτόν τον κόσμο.



Η προσκόλληση γίνεται πάνω σ' αυτά τα πέντε συναθροίσματα ως: αυτά είμαι Εγώ, αυτά είναι Δικά μου, αυτά είναι ο Εαυτός μου, αυτά είναι η Ψυχή μου.

Ο Βούδδας το αποκαλεί Το φορτίο των Πέντε Συναθροισμάτων:

Το φορτίο του σώματος που το κουβαλάμε από την ώρα που γεννιόμαστε, το φορτίο των αισθημάτων που άλλες φορές είναι ευχάριστα και άλλες δυσάρεστα, το φορτίο των αντιλήψεων, το φορτίο με τους φόβους, τα άγχη μας, και άλλες νοητικές λειτουργίες, και φυσικά το φορτίο των συνειδητήσεών μας



«Τα πέντε συναθροίσματα του νου και της ύλης  
είναι πράγματι φορτία (*bhāra*).

Ο μεταφορέας του φορτίου είναι το άτομο  
με το τάδε ονόμα και φυλή.

Η ανάληψη του φορτίου είναι  
ταλαιπωρία στον κόσμο,  
και το ξεφόρτωμα του φορτίου  
είναι ευδαιμονία».

(SN *Bhārasuttaṃ*)

Επίσης, συνάθροισμα σημαίνει, συσώρευση στοιχείων που προστίθενται μαζί και μπορούν να αποτελέσουν μία ενότητα, ένα σύνολο, μία συγκρότηση. Κι αυτό που τα κολλάει μαζί, αυτή η κόλλα, είναι η προσκόλληση που έχει ένα άτομο γι' αυτά τα πέντε συναθροίσματα.



Έτσι ο κόσμος μας δεν είναι αυτή η φωτογραφία, αλλά τα αισθήματα που έχουμε γι' αυτή την φωτογραφία, οι αντιλήψεις γι' αυτή την φωτογραφία. Παρ' όλο που οι άνθρωποι λόγω της απληστίας και της διαμάχης έχουν διαιρέσει τον πλανήτη σε κομμάτια κομμάτια, και άνθρωποι και ζώα βρίσκονται παντού, αυτό που πραγματικά είναι ο κόσμος μας είναι τα υλικά σώματα που υπάρχουν, τα διαφορετικά αισθήματα των ανθρώπων πάνω στην γη, οι διαφορετικές αντιλήψεις των ανθρώπων, οι φόβοι, τα άγχη, οι χαρές και οι λύπες, και οι όποιες άλλες νοητικές λειτουργίες που υπάρχουν, και φυσικά οι διαφορετικές συνειδήσεις των ανθρώπων.

Έτσι ο κόσμος μας είναι αυτά τα πέντε πράγματα. Είχαμε αναφέρει σε προηγούμενα μαθήματα ότι υπάρχουν 108 είδη αισθημάτων, 108 είδη αντιλήψεων, γύρω στα 50 είδη νοητικών λειτουργιών, και περίπου 89 είδη συνειδήσεων. Τέλος το σώμα μας, μπορούμε να το διαιρέσουμε σε 28 κατηγορίες.

Η υπερκόσμια συνείδηση (*λοκούτταρα-τσιττα*) τώρα, είναι η συνείδηση που υπερβαίνει (*ούτταρα*) την προσκόλληση στα πέντε συναθροίσματα του νου και της ύλης, ή του κόσμου (*λόκα*). Δεν τα θεωρεί ως εγώ ή δικά μου, δεν ταυτίζεται μαζί τους, παρά τα βλέπει μόνο σαν διαδικασίες και λειτουργίες.



Αυτό το είδος συνείδησης οδηγεί στην απελευθέρωση από την *σανσάρα* και τον κύκλο της γέννησης και του θανάτου, και στην επίτευξη του *Νιμπάνα*, δηλ. την παύση της ταλαιπωρίας και του πόνου.

Αυτός είναι ο κύκλος της *σανσάρα*, δηλ. ο αέναος κύκλος της ζωής, του θανάτου, της γέννησης και της επαναγέννησης.



Όμως εάν καταλάβει κανείς τα τρία χαρακτηριστικά της ύπαρξης, δηλ. της παροδικότητας, της ταλαιπωρίας, και του μη-εαυτού, μέσω του διορατικού διαλογισμού, μπορεί να επιτύχει την απελευθέρωση από την *σανσάρα*.



Υπάρχουν οκτώ υπερκόσμιες συνειδήσεις.  
Αυτές ανήκουν στα τέσσερα στάδια της φώτισης και ταξινομούνται σε 4 καλές (*κούσαλα*) και 4 επακόλουθες (*βιπάκα*).  
Κάθε στάδιο περιλαμβάνει δύο είδη συνείδησης:  
Την συνείδηση της Οδού (*μάγγα-τσιττα*) και  
Την συνείδηση του Καρπού (*πάλα-τσιττα*).  
Η Οδός εδώ είναι η «Ευγενής Οκταμελής Οδός» (*αρίγια-αττανγκίκα-μάγγα*), που με την πρακτική μεταφέρει κάποιον αμετάκλητα στην ροή και στην είσοδο του Νιμπάνα ή Νιρβάνα.  
Ο Καρπός είναι το αποτέλεσμα της πρακτικής που επιτρέπει σε κάποιον να βιώσει άμεσα το Νιμπάνα.

Με άλλα λόγια, η οδός ως μέθοδος και πρακτική, αποκόπτει τις νοητικές μολύνσεις που επισκιάζουν την διαύγεια και την φώτιση του νου, και ο καρπός ως αποτέλεσμα, είναι η διαύγεια και η φώτιση του νου που είναι ικανή να δει το Νιμπάνα.

Η συνείδηση της Οδού είναι μία καλή συνείδηση (*κούσαλα-τσιττα*).

Η συνείδηση του Καρπού είναι μία καλή επακόλουθη συνείδηση (*βιπάκα-τσιττα*).

**4 Υπερκόσμιες Καλές  
Συνειδήσεις**  
*(lokuttara-kusala-cittāni)*

- 1** Συνείδηση της οδού για την είσοδο στο ρεύμα  
*(Sotāpatti-magga-citta)*
- 2** Συνείδηση της οδού για την άπαξ επιστροφή  
*(Sakadāgāmi-magga-citta)*
- 3** Συνείδηση της οδού για την μη επιστροφή  
*(Anāgāmi-magga-citta)*
- 4** Συνείδηση της οδού για την Αξιότητα  
*(Arahatta-magga-citta)*

**4 Υπερκόσμιες  
Επακόλουθες  
Συνειδήσεις**

**(lokuttara-vipāka-cittāni)**

Αυτές είναι ο αντικατοπτρισμός των καλών συνειδήσεων της Οδού.

**1 Συνείδηση του καρπού για την είσοδο στο  
ρεύμα  
(Sotāpatti-phala-citta)**

**2 Συνείδηση του καρπού για την άπαξ επιστρο-  
φή  
(Sakadāgāmi-phala-citta)**

**3 Συνείδηση του καρπού για την μη επιστροφή  
(Anāgāmi-phala-citta)**

**4 Συνείδηση του καρπού για την Αξιότητα  
(Arahatta-phala-citta)**

Οι Οδοί και οι Καρποί επιτυγχάνονται με την μέθοδο του διαλογισμού που ονομάζεται ανάπτυξη της διορατικότητας (*βιπάσσανα-μπάβανα*).

Αυτός ο διαλογισμός περιλαμβάνει την ενίσχυση της ικανότητας της σοφίας (*πάννια*).

Με την συνεχή προσοχή στα μεταβαλλόμενα φαινόμενα του νου και της ύλης, ο διαλογιστής μαθαίνει να διακρίνει τα αληθινά χαρακτηριστικά της παροδικότητας (*ανίτσα*), της ταλαιπωρίας (*ντούκκα*) και του μη εαυτού (*ανάττα*).

Όταν αυτές οι διοράσεις για τα τρία χαρακτηριστικά αποκτήσουν πλήρη ωριμότητα, καταλήγουν στις υπερκόσμιες οδούς και καρπούς. Όλες οι υπερκόσμιες συνειδήσεις παίρνουν ως αντικείμενο την μη συνθηκοκρατημένη πραγματικότητα (*ασάνκατα*), το Νιμπάνα.



Πρωτίστως όμως, πρέπει να καταλάβουμε τί σημαίνει συνθηκοκρατημένη πραγματικότητα και τί μη συνθηκοκρατημένη.

Συνθηκοκρατημένα  
*έναντι*  
Μη Συνθηκοκρατημένων  
Φαινομένων

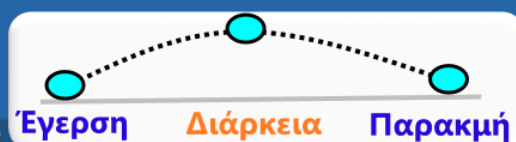
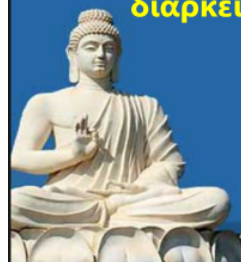
Τα  
Συνθηκοκρατημένα Φαινομένα  
*Saṅkhata*

Ο άνθρωπος και γενικά κάθε έμβιο όν, αποτελείται από τον Νου (το νοητό στοιχείο) και από την Ύλη (το υλικό στοιχείο), τα οποία είναι συνθηκοκρατημένα φαινόμενα, υποκείμενα στην αστάθεια και την παροδικότητα λόγω της συνεχούς έγερσης και παρακμής τους.

Τα Τρία Χαρακτηριστικά  
των  
Συνθηκοκρατημένων Φαινομένων  
*Saṅkhata-lakkhaṇa*

- (1) «Η **έγερση** (*uprādo*) μπορεί να ειδωθεί,
- (2) η **παρακμή** μπορεί να ειδωθεί (*naḡa*), και
- (3) η **μεταβολή** (*aññathatta*) κατά τη **διάρκεια** (*ḡhita*) μπορεί να ειδωθεί».

(AN *Saṅkhatalakkhaṇa-suttaṃ*)



Αυτά τα φαινόμενα, λόγω του ότι εξαρτώνται από αιτίες και συνθήκες οι οποίες εγείρονται και παρακμάζουν, λέγονται συνθηκοκρατημένα φαινόμενα.

## Η Φύση του Συνθηκοκρατημένου *Saikhata*

- Αποτελείται από συνθήκες
- Εξαρτάται από συνθήκες
- Παράγεται από έναν συνδυασμό αιτιών και συνθηκών.

Καμιά αιτία όπως π.χ. η συνείδηση, δεν μπορεί να υπάρχει από μόνη της ή να εγερθεί από μόνη της, αλλά χρειάζεται βοήθεια, χρειάζεται ένα ερέθισμα. Το ίδιο συμβαίνει και με κάθε άλλο φαινόμενο· χρειάζεται να υπάρχουν διάφορες συνθήκες ώστε αυτό το φαινόμενο να εγερθεί. Καμιά αιτία δεν μπορεί να εξελιχθεί από μόνη της, εάν δεν υπάρχουν γύρω της οι ανάλογες συνθήκες.



Αυτές οι αιτίες και οι συνθήκες δεν είναι κάτι σταθερό και μόνιμο, αλλά μπορούν να αλλάξουν ανά πάσα στιγμή.

Η Έγερση και η Παρακμή είναι θεμελιώδη χαρακτηριστικά ολόκληρου του σύμπαντος, αλλά και χαρακτηριστικά των Συνθηκοκρατημένων Φαινομένων. Η συνθηκοκρατία όπως και η αιτιοκρατία, είναι αναπόσπαστο μέρος της ύπαρξης.

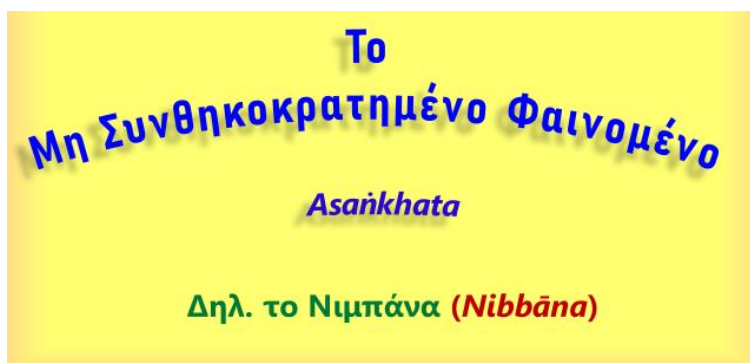
Όλα τα φαινόμενα στον υλικό, φυσικό και πνευματικό κόσμο, παράγονται από έναν συνδυασμό αιτιών και συνθηκών. Δεν είναι απόλυτα, αυθύπαρκτα, αμετάβλητα, ανεξάρτητα και χωρίς σχέση με άλλα πράγματα, αλλά αποτελούνται, συγκροτούνται, διαμορφώνονται, πλάθονται, και δημιουργούνται από συνθήκες.





Εξαρτώνται και αλληλοεξαρτώνται από συνθήκες. Έτσι λέγονται συνθηκοκρατημένα.

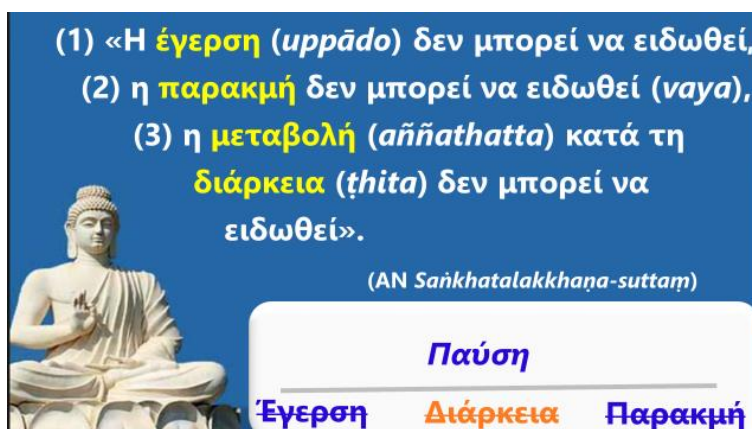
Όλες δε οι συνθήκες εγείρονται συνεχώς και παρακμάζουν σύμφωνα με άλλες συνθήκες και αιτίες. Έτσι η έγερση και η παρακμή αποκαλύπτει την φύση των συνθηκών που είναι παροδικές, προσωρινές, σύντομες, πρόσκαιρες, στιγμιαίες, φευγαλέες, περαστικές, ασταθείς, και όχι μόνιμες.



Το Νιμπάνα ή Νιρβάνα δεν είναι κάτι μυστικοποιημένο, και με τον τρόπο που το εξηγεί ο Βούδδας είναι εύκολο να το καταλάβει κανείς.



Υπάρχουν αυτά τα τρία χαρακτηριστικά που καθορίζουν το μη συνθηκοκρατημένο φαινόμενο:

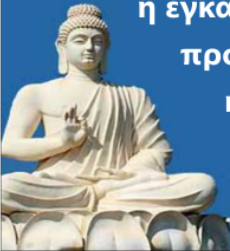


## Η Φύση του Μη Συνθηκοκρατημένου *Asañkhata*

- Δεν αποτελείται από συνθήκες
- Δεν εξαρτάται από συνθήκες
- Δεν παράγεται από έναν συνδυασμό αιτιών και συνθηκών.

Είναι η κατάπαυση όλων των διαδικασιών και δραστηριοτήτων που ο Βούδδας περιγράφει ως:


«Αυτό είναι γαλήνιο, αυτό είναι εξαίσιο:  
ο πλήρης κατευνασμός όλων των δραστη-  
ριοτήτων (*sañkhāra*),  
η εγκατάλειψη όλων των  
προσκολλήσεων (*upadhi*),  
η εξάλειψη της επιθυμίας,  
το μη πάθος, η παύση (*nirodha*),  
το Νιμπάνα». (AN *Ānandasutta*)

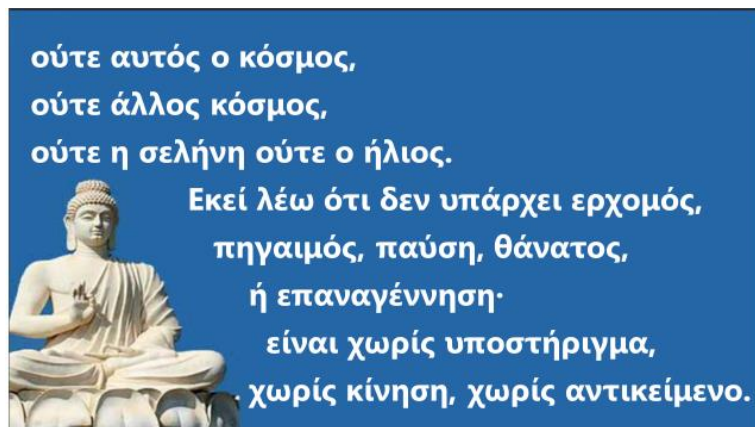
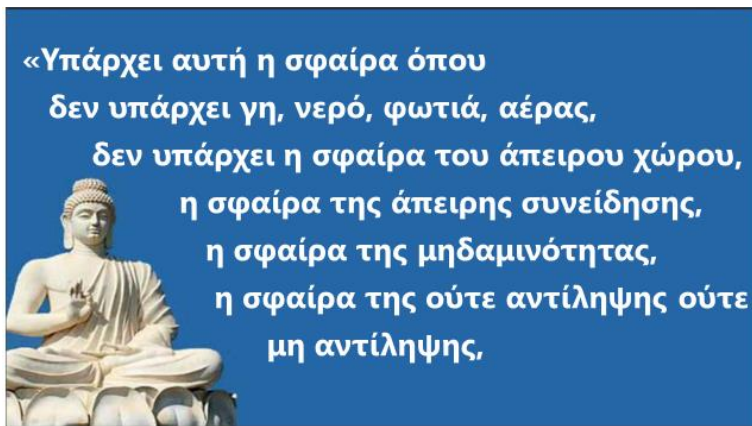


«Αληθώς, υπάρχει ένα  
αγέννητο, ένα αποίητο,  
ένα αδημιούργητο,  
ένα μη συνθηκοκρατημένο.



Αν δεν υπήρχε αυτό το αγέννητο,  
το αποίητο, το αδημιούργητο,  
το μη συνθηκοκρατημένο,  
δεν θα υπήρχε η διαφυγή από τον  
κόσμο του γεννημένου,  
του ποιημένου, του δημιουργημένου,  
του συνθηκοκρατημένου.





Ως μη συνθηκοκρατημένο φαινόμενο, το Νιμπάνα μπορεί να συνειδητοποιηθεί με την συνείδηση ή τον νου, ο οποίος, με την εξάσκηση του διορατικού διαλογισμού, εγκαταλείπει το συνθηκοκρατημένο στοιχείο και παίρνει ως αντικείμενό του το μη συνθηκοκρατημένο στοιχείο του Νιμπάνα.

Κάποιος που ασκείται σωστά, μπορεί να δει το Νιμπάνα με έναν νου εξαγνισμένο, εξευγενισμένο, ισορροπημένο, και ανεμπόδιστο από το πάθος και τις κοσμικές επιθυμίες.


Γι' αυτό ο Βούδδας, μετά την Φώτισή του δήλωσε:

«Ο νους έχει επιτύχει το μη συνθηκοκρατημένο.  
Κατορθώθηκε η εξάλειψη του πάθους».

(Dh 154)




«Όταν η συνείδηση δεν είναι εγκατεστημένη  
στα πέντε συναθροίσματα του νου και της ύλης,  
τότε δεν αναπαράγεται και είναι τότε  
που απελευθερώνεται.

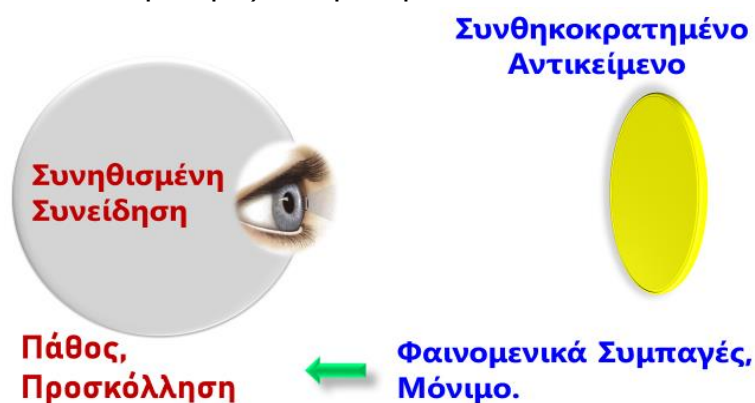


Με την απελευθέρωση γίνεται ευσταθής.  
Με την ευστάθεια είναι εν ειρήνη.  
Όντας εν ειρήνη, δεν ταραίζεται.  
Και όντας ατάραχη,  
φθάνει στο Νιμπάνα».

(SN *Upariyasuttam*)



Εάν εξετάσουμε την συνηθισμένη συνείδηση που έχουμε στην καθημερινή ζωή, θα διαπιστώσουμε ότι όταν βλέπουμε συνηθισμένα αντικείμενα τα βλέπουμε μέσα από την συνηθισμένη σκοπιά. Λόγω της προσκόλλησης, βλέπουμε ένα συνθηκοκρατημένο και παροδικό αντικείμενο σαν συμπαγές και μόνιμο.



(Δεν εννοούμε βέβαια ότι τα βλέπουμε με το μάτι· αυτό είναι μια μεταφορική έννοια διότι το μάτι δεν βλέπει, αλλά είναι η συνείδηση πίσω από το μάτι που βλέπει).

Αυτό το πάθος και η προσκόλληση για τα φαινομενικά συμπαγή και μόνιμα αντικείμενα, δημιουργεί τα νοητικά δεσμά (*σανγιοτζάνα*) που δεσμεύουν κάποιον στον κύκλο της γέννησης και του θανάτου (*σανσάρα*).



Υπάρχουν 10 νοητικά δεσμά:

1. η λανθασμένη νόηση της ταυτότητας ή προσωπικότητας στα πέντα συναθροίσματα του νου και της ύλης. *sakkāya-ditṭhi*
2. η σκεπτικιστική αμφιβολία *vicikicchā*
3. η προσκόλληση σε ηθικούς κανόνες και αυστηρότητες με την πεποίθηση ότι μόνο αυτές μπορούν να φέρουν την εξάγνιση και την λύτρωση. *sīlabbata- parāmāsa*
4. η φιλήδονη επιθυμία *kāma-chanda*
5. ο θυμός ή η κακοβουλία *byāpāda*
6. το πάθος για την ύπαρξη στην σφαίρα της λεπτοφυούς ύλης *rūpa-rāga*
7. το πάθος για την ύπαρξη στην άυλη σφαίρα *arūpa-rāga*
8. η αλαζονεία *māna*
9. η ανησυχία *uddhacca*
10. η άγνοια *avijjā*

Στην περίπτωση της διορατικής συνείδησης όμως, βλέπει κανείς την φύση του συνθηκοκρατημένου αντικειμένου, την παροδική του φύση, και το ότι αυτό μεταβάλλεται συνεχώς.

Και αυτή την στιγμή για παράδειγμα που βλέπουμε αυτό το φως μπροστά μας, δεν είναι παρά φωτόνια που έρχονται σαν κύμματα· άλλα καταστρέφονται, καινούρια έρχονται κλπ. Η λάμπα που υπάρχει στο δωμάτιό μας αναπαράγει όλα αυτά τα φωτόνια που καταστρέφονται, εγείρονται, καταστρέφονται, εγείρονται..., και το μάτι μας μέσω της διορατικής συνείδησης βλέπει ένα κινούμενο φαινόμενο. Τα πράγματα γύρω μας είναι όλα κινούμενα φαινόμενα που όμως εμείς δεν μπορούμε να τα αντιληφθούμε και νομίζουμε ότι είναι μόνιμα.



Με την διορατική συνείδηση όμως, μπορούμε να δούμε ότι όχι μόνον ο εξωτερικός κόσμος αλλά και ο εσωτερικός κόσμος όπως το σώμα μας, τα αισθήματά μας, οι αντιλήψεις μας, η συνείδησή μας, κλπ., βρίσκονται σ' αυτήν την συνεχή έγερση και παρακμή. Όταν λοιπόν καταλάβει κάποιος αυτή την φύση της έγερσης και της παρακμής, αρχίζει να αποβάλλει το πάθος και την προσκόλληση σε φαινόμενα τα οποία ανά πάσα στιγμή παρακμάζουν και πεθαίνουν. Εάν δεν καταλάβει όμως ότι όλα τα φαινόμενα παρακμάζουν και πεθαίνουν, τότε είναι αδύνατον να ξεφύγει από τον κύκλο του θανάτου και της επαναγέννησης.

Όταν το πάθος και η προσκόλληση μειώνονται, αρχίζει σταδιακά και η απελευθέρωση από τα νοητικά δεσμά.



Όταν αυτά τα νοητικά δεσμά αποκοπούν λόγω της γνώσης που αποκτάμε για την φύση αυτών των παροδικών και ασταθών αντικειμένων, παύει και η προσκόλληση σε αυτά.

Ο διορατικός διαλογισμός είναι αυτός που φέρνει την απελευθέρωση, και είναι ο ίδιος διαλογισμός που πρακτικοποίησε ο Βούδδας για την απελευθέρωσή του.



Η κατανόηση της παροδικότητας και της αστάθειας, συντελεί στο να αποβάλλει κανείς το πάθος από μέσα του για κάθε υλικό και νοητικό φαινόμενο, να παραμένει ανεξάρτητος (*ανίσσιτο*) και να μην προσκολλάται σε τίποτα στον κόσμο (*να τσα κίντσι λόκε ουπαντιγιάτι*). Αποστασιοποιείται και δεν ταυτίζεται.

Τότε ο νους του στρέφεται μακριά από τα συνθηκοκρατημένα υλικά και νοητικά φαινόμενα, και κατευθύνεται προς το μη συνθηκοκρατημένο και αθάνατο στοιχείο του Νιμπάνα έτσι:

«Αυτό είναι γαλήνιο, αυτό είναι εξάισιο: ο πλήρης κατευνασμός όλων των δραστηριοτήτων· η εγκατάλειψη όλων των προσκολλήσεων· η εξάλλειψη της επιθυμίας· το μη πάθος· η κατάπαυση του πόνου· το Νιμπάνα.

Κατ' αυτόν τον τρόπο μπορεί να δει το Νιμπάνα, και αν παραμείνει σε αυτό ως αντικείμενο, επιτυγχάνει την εξάλλειψη των νοητικών διαφθορών (*άσαβα*)». **(MN 64.9, *Mahāmālunkya-suttam*)**

Έτσι η κατανόηση ή η γνώση που βλέπει το Νιμπάνα, όταν το σκότος που αποκρύπτει τα τρία χαρακτηριστικά της ύπαρξης – *παροδικότητα, ταλαιπωρία/πόνος, μη εαυτός* – έχει εξαφανισθεί, είναι παρόμοια με κάποιον που βλέπει το διαυγές φεγγάρι στον ουρανό απελευθερωμένο από τα σύννεφα.



Έτσι, αυτό το σκότος της άγνοιας που μας επισκιάζει την διαύγεια και την καθαρότητα για να δούμε αυτά τα τρία χαρακτηριστικά της ύπαρξης, ιδιαίτερα την παροδικότητα όλων των φαινομένων, εξαφανίζεται, και μπορεί κανείς να δει σταδιακά το μη συνθηκοκρατημένο φαινόμενο, το Νιμπάνα, και είναι σαν το φεγγάρι που απελευθερώνεται από τα σύννεφα.

Σε αυτή την περίπτωση λοιπόν, η εξαγνισμένη συνείδηση που έχει μη πάθος και μη προσκόλληση προς τα συνθηκοκρατημένα φαινόμενα, μπορεί να δει το μη συνθηκοκρατημένο αντικείμενο που δεν είναι άλλο από την παύση της έγερσης και της παρακμής.



Έτσι, μπορεί να καταλάβει κανείς ότι αυτό είναι η παύση όλων των διαδικασιών.



Αυτή η κατανόηση ονομάζεται:

«Ο Οφθαλμός του Ντάμμα»  
(*Dhamma-cakkhu*)

δηλαδή,

«Ο Οφθαλμός της Αληθινής Φύσης  
όλων των φαινομένων»



## Η αληθινή φύση όλων των φαινομένων:

«Ό,τι έχει τη φύση της έγερσης,  
αυτό εξ' ολοκλήρου έχει και τη φύση  
της παύσης, της παρακμής».

*Yaṃ kiñci samudaya-dhammaṃ,  
sabbaṃ taṃ nirodha-dhammaṃ'ti.*

Αυτό είναι κανόνας στην φύση. Όταν το καταλάβει αυτό κανείς, τότε μπορεί να αποβάλλει το πάθος του για πράγματα τα οποία εγείρονται και παρακμάζουν.

«Ο Οφθαλμός του Ντάμμα» (*Ντάμμα-τσάκκου*), εγείρεται με την κατανόηση της παροδικής φύσης όλων των συνθηκοκρατημένων φαινομένων, με το να παίρνει ως αντικείμενό του την κατάπαυση τούτων, δηλ. το μη συνθηκοκρατημένο Νιμπάνα.

Όλες οι υπερκόσμιες συνειδήσεις παίρνουν ως αντικείμενο την μη συνθηκοκρατημένη πραγματικότητα (*ασάνκατα*), το Νιμπάνα, αλλά διαφέρουν ως οδοί και καρποί σύμφωνα με τις λειτουργίες τους.

Η συνείδηση της Οδού (*μάγγα-τσίττα*) έχει την λειτουργία της εξάλειψης (ή μόνιμης εξασθένησης) των νοητικών μολύνσεων που ονομάζονται νοητικοί δεσμοί (*σανγιοτζάνα*).

Η συνείδηση του Καρπού (*πάλα-τσίττα*) έχει την λειτουργία να βιώνει τον βαθμό της απελευθέρωσης που κατέστη δυνατή από την αντίστοιχη οδό μετά την εξάλειψη των νοητικών δεσμών.

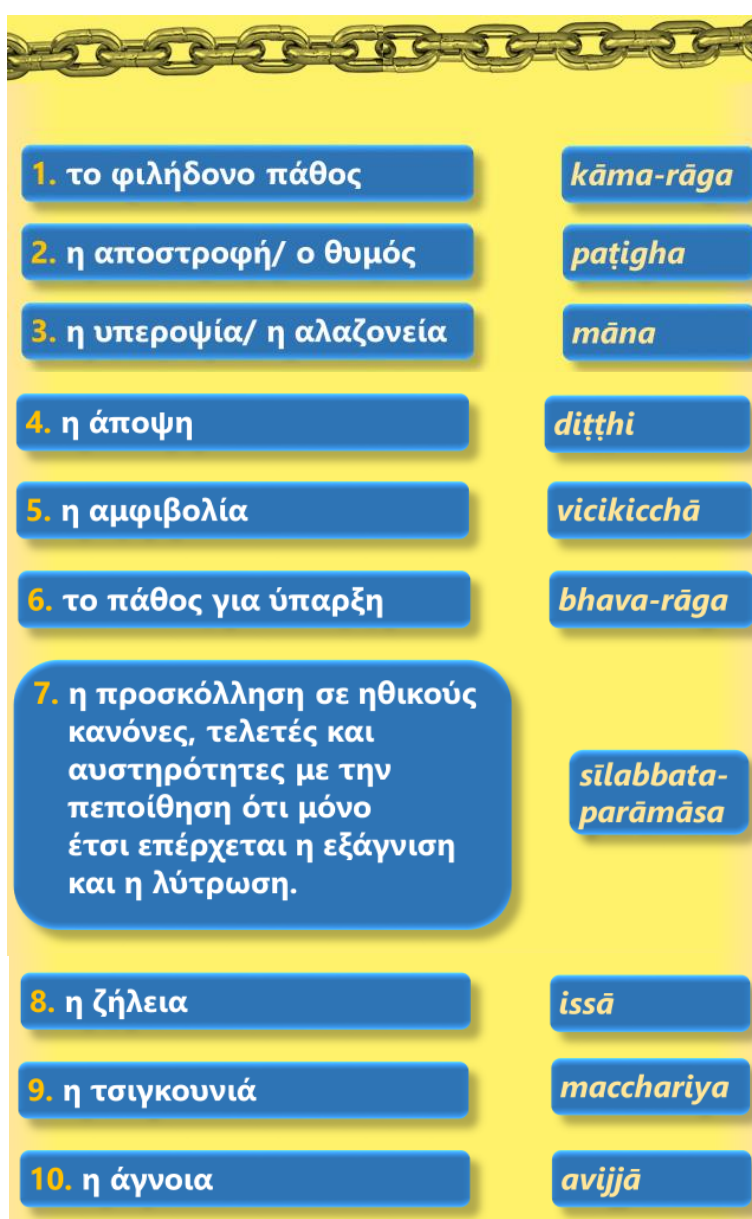
Για μια φορά ακόμα να πούμε ότι τα νοητικά δεσμά (*σανγιοτζάνας*) είναι νοητικά πάθη που δεσμεύουν τα όντα στον τροχό της ύπαρξης, στον κύκλο της γέννησης και του θανάτου (*σανσάρα*) επί καθημερινής βάσεως. Οι σημερινοί ψυχολόγοι έχουν εντοπίσει πολλά από αυτά τα δεσμά μέσα μας και γι' αυτό προσπαθούν να δώσουν μια ανακούφιση στους ανθρώπους απ' αυτά που τα αποκαλούν έμμονες ιδέες, συμπλέγματα ή σύνδρομα. Η ορολογία που χρησιμοποιούν είναι διαφορετική, αλλά στην ουσία αναφέρονται στα νοητικά πάθη.

Οι υπερκόσμιες συνειδήσεις τελικά, δεν είναι παρά η απελευθέρωση από αυτά τα νοητικά δεσμά που δεσμεύουν τα όντα στην καθημερινή τους ζωή αλλά και στην επαναγέννησή τους.

### **Κάρμα (9)**

Καλησπέρα σε όλους και καλώς ορίσατε σε αυτό το μάθημα. Όπως κάθε Πέμπτη θα συνεχίσουμε αυτή την σειρά μαθημάτων σχετικά με την ανάλυση και την σύνθεση του νου και της ύλης που είναι μαθήματα ψυχολογίας και φιλοσοφίας πάνω στις υπέρτατες πραγματικότητες όπως αναφέρονται στις Ομιλίες του Βούδδα.

Σήμερα θα συνεχίσουμε με τα δέκα νοητικά δεσμά και τον τρόπο απελευθέρωσης από αυτά.



1. το φιλήδονο πάθος	<i>kāma-rāga</i>
2. η αποστροφή/ ο θυμός	<i>paṭigha</i>
3. η υπεροψία/ η αλαζονεία	<i>māna</i>
4. η άποψη	<i>diṭṭhi</i>
5. η αμφιβολία	<i>vicikicchā</i>
6. το πάθος για ύπαρξη	<i>bhava-rāga</i>
7. η προσκόλληση σε ηθικούς κανόνες, τελετές και αυστηρότητες με την πεποίθηση ότι μόνο έτσι επέρχεται η εξάγνιση και η λύτρωση.	<i>sīlabbata-parāmāsa</i>
8. η ζήλεια	<i>issā</i>
9. η τσιγκουνιά	<i>macchariya</i>
10. η άγνοια	<i>avijjā</i>

Πριν προχωρήσουμε για να δούμε πώς μπορούμε να αποβάλλουμε αυτά τα δεσμά, πρέπει πρώτα να εξετάσουμε το πώς εγείρονται μέσα μας αυτά τα δεσμά. Έτσι, θα συγκεντρωθούμε περισσότερο στην εσωτερική μας ψυχολογία, για το πώς ο νους μας δρα και αντιδρά σύμφωνα με εξωτερικά ερεθίσματα, και το πώς «δένεται» με αυτά τα ερεθίσματα. Πρώτα λοιπόν θα μιλήσουμε για το πώς εντείνονται αυτά τα ερεθίσματα μέσα μας, και στην συνέχεια για το πώς μπορεί κανείς να τα αποβάλλει.

Εάν δεν συνειδητοποιήσουμε το πρόβλημα, εάν δεν συνειδητοποιήσουμε την δέσμευση του νου μας με αυτές τις τάσεις που υπάρχουν μέσα μας, το να μιλάμε για ελευθερία από αυτά τα δεσμά είναι κάτι ουτοπικό. Έτσι πρέπει να είμαστε πιο συγκεκριμένοι για το τί είναι αυτά τα δεσμά, πώς εγείρονται μέσα μας, πώς επηρεάζουν τον νου μας, πώς μας προκαλούν έμμονες ιδέες, συμπλέγματα, κλπ., και μετά να εξετάσουμε πώς μπορούμε να ελευθερωθούμε από αυτά.


Παρ' όλο λοιπόν που σήμερα ο τίτλος του μαθήματος είναι «η ψυχολογία των υπερκόσμιων συνειδήσεων», θα επικεντρωθούμε κατά μεγάλο μέρος στην συνειδητοποίηση των κοσμικών συνειδήσεων και το πώς εγείρονται αυτά τα δεσμά μέσα μας στην καθημερινή ζωή. Μετά, εάν υπάρχει χρόνος, θα εξηγήσουμε την απελευθέρωση από αυτά τα δεσμά μέσω των υπερκόσμιων συνειδήσεων.

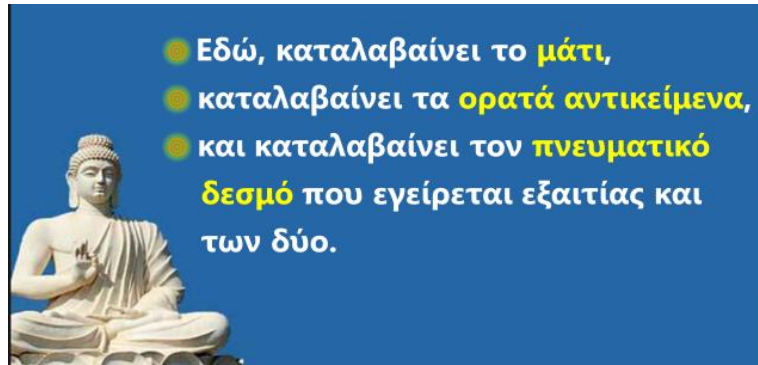
Θα τα εξετάσουμε με τον τρόπο που τα προσεγγίζει ο Βούδδας στις Ομιλίες του. Ο Βούδδας δεν άφησε αυτό το θέμα στην άκρη, αλλά το έχει αναλύσει με πολλές Ομιλίες. Εμείς βέβαια θα επικεντρωθούμε σε μία από αυτές που ονομάζεται *Σάτιπατάνα Σούττα* (Ομιλία περί της εφαρμογής της Μνήμης), διότι η μνήμη είναι απαραίτητη για να δούμε τί συμβαίνει μέσα μας ώστε να καταλάβουμε και να κατανοήσουμε το πρόβλημα που υπάρχει, και μετά φυσικά να δώσουμε και την λύση.

Σύμφωνα με τον Βούδδα, αυτά τα δεσμά δεν εγείρονται τυχαία αλλά εξ' αιτίας της επαφής των αισθητηρίων οργάνων με τα αντίστοιχα αισθητήρια αντικείμενα.

«Και πώς κάποιος παραμένει παρατηρώντας τα νοητικά φαινόμενα ως νοητικά φαινόμενα όσον αφορά τα έξη

- εσωτερικά αισθητήρια όργανα, και
- εξωτερικά αισθητήρια αντικείμενα;».

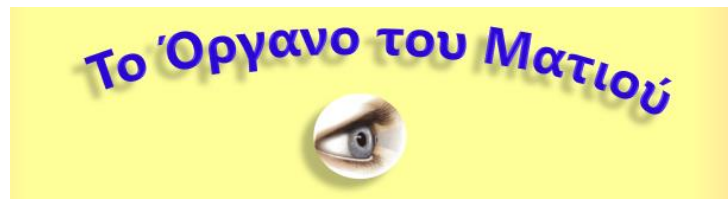




Το μάτι είναι ένα όργανο που το χρησιμοποιούμε καθημερινά και είναι καλό να καταλάβουμε πώς είναι δυνατόν να εγερθούν δεσμοί μέσα μας λόγω του ματιού. Με το ακόλουθο διάγραμμα μπορούμε να καταλάβουμε πώς εγείρεται αυτός ο δεσμός.



Ας πάρουμε τώρα κάθε αισθητήριο όργανο ξεχωριστά.



Αυτό που ονομάζεται συμβατικά «μάτι» είναι ουσιαστικά μια σύνθεση και ένωση διαφόρων υλικών στοιχείων. Μεταξύ αυτών των στοιχείων υπάρχει η ευαισθησία στο μάτι (τσάκκου-πασσάντα), δηλ. η ευαίσθητη ουσία στην κόρη και στον αμφιβληστροειδή χιτώνα που χρώμα, και την



καταγράφει το φως και το χρησιμεύει ως φυσική βάση για συνείδηση στο μάτι.

Η ευαισθησία στο μάτι είναι η «πόρτα» για την συνείδηση που ανήκει στην γνωστική διαδικασία του οργάνου του ματιού, επιτρέποντάς της να συνειδητοποιήσει ορατές μορφές μέσω του ματιού. Η συνείδηση στο μάτι εγείρεται με βάση την ευαισθησία στο μάτι. Χωρίς την ευαισθησία η συνείδηση παραμένει αδρανής.



Η λειτουργία αυτής της συνείδησης είναι απλά να βλέπει και να συνειδητοποιεί άμεσα και αμέσως το ορατό αντικείμενο.

Η συνείδηση αυτή δεν βρίσκεται μόνιμα στο μάτι, αλλά εγείρεται κάθε φορά που υπάρχει ένα ερέθισμα. Θα δώσουμε ένα παράδειγμα για να δούμε πώς δημιουργείται αυτός ο νοητικός δεσμός.

Το ορατό αντικείμενο είναι ένα λουλούδι που δίνει το ερέθισμα στην συνείδηση του ματιού να εγερθεί. Από εκεί ξεκινάει μια αλυσιδωτή αντίδραση από διάφορους νοητικούς παράγοντες που καταλήγουν στην επιθυμία και το πάθος γι' αυτό το ευχάριστο αντικείμενο.



Ο δεσμός του φιλήδονου πάθους εγείρεται σε αυτόν που μέσω της φιλήδονης απόλαυσης απολαμβάνει και ευχαριστιέται ένα ποθητό αντικείμενο που γίνεται ορατό στο όργανο του ματιού.

Υπάρχει και η έκφραση «γυαλίζει το μάτι του». Δημιουργείται δηλαδή ένας ισχυρός σύνδεσμος με το αντικείμενο. Εάν αυτός ο δεσμός επαναλειφθεί ξανά και ξανά, τότε ισχυροποιείται τόσο πολύ, που αν για κάποιον λόγο το αντικείμενο δεν υπάρχει μπροστά μας νιώθουμε αφόρητα και ένα αίσθημα απώλειας.

Στην αντίθετη περίπτωση που το αντικείμενο δεν είναι ευχάριστο και ελκυστικό, όπως ένα μαραμένο λουλούδι, τότε η αλυσιδωτή αντίδραση που δημιουργείται περιλαμβάνει δυσάρεστο αίσθημα αντί ευχάριστο, και αποστροφή αντί για πάθος.

Εδώ, ο δεσμός της αποστροφής εγείρεται σε αυτόν που είναι ενοχλημένος ή θυμωμένος με την θέαση ενός δυσάρεστου αντικειμένου.



Έτσι, πολλές φορές χωρίς καν να το καταλαβαίνουμε, όταν το ορατό αντικείμενο είναι κάτι δυσάρεστο, άσχημο ή μη ελκυστικό, έχει επίπτωση στον νου μας ως αποστροφή.

Ο δεσμός της υπεροψίας/υπερηφάνειας/αλαζονείας, εγείρεται για ορατά αντικείμενα σε αυτόν που σκέφτεται: «Κανείς εκτός από εμένα δεν μπορεί να κατανοήσει ή να απολαύσει το αντικείμενο».

Ο δεσμός της άποψης, εγείρεται σε αυτόν που θεωρεί το αντικείμενο ως μόνιμο, σταθερό και συνεχές.

Ο δεσμός της αμφιβολίας, εγείρεται σε αυτόν που σκέφτεται: «Είναι το αντικείμενο ένα όν ή είναι ενός όντος;» Δηλαδή, «ποιός δημιούργησε αυτό το λουλούδι; είναι το λουλούδι ένα όν με ψυχή; και αυτό το δέντρο; ή τα άστρα στον ουρανό; Είναι τόσο όμορφα που κάποιος πρέπει να τα δημιούργησε!» Έτσι υπάρχει η αμφιβολία, για το αν τα δημιούργησε κάποιος ή δεν τα δημιούργησε. Τό ίδιο ισχύει και για άλλα ορατά αντικείμενα, αυτά ήταν απλώς ένα παράδειγμα.

Ο δεσμός του πάθους για ύπαρξη, εγείρεται σε αυτόν που εύχεται: «Αυτό το αντικείμενο θα το αποκτήσω εύκολα σε μια μελλοντικά ευνοϊκή ύπαρξη». Υπάρχει βέβαια και ο δεσμός για μη ύπαρξη, όταν κάποιος θέλει να καταστρέψει ένα αντικείμενο διότι το αντιπαθεί.

Ο δεσμός της προσκόλλησης σε ηθικούς κανόνες, τελετές και αυστηρότητες, εγείρεται σε αυτόν που σκέφτεται: «Και στο μέλλον θα μπορέσω να αποκτήσω αυτό το αντικείμενο αναλαμβάνοντας την τήρηση ηθικών κανόνων, τελετών, και αυστηροτήτων».

Ο δεσμός της ζήλειας, εγείρεται σε αυτόν που φθονερά σκέφτεται: «Θα ήταν πράγματι καλό εάν κανένας άλλος δεν αποκτήσει αυτό το αντικείμενο». Εάν δούμε κάποιον άλλον να απολαμβάνει το αντικείμενο δεν χαιρόμαστε, διότι το θέλουμε για εμάς και θέλουμε να είμαστε εμείς που το απολαμβάνουμε.

Ο δεσμός της τσιγκουνιάς, εγείρεται σε αυτόν που τσιγκουνεύεται να δώσει σε άλλους ένα αντικείμενο που του ανήκει.

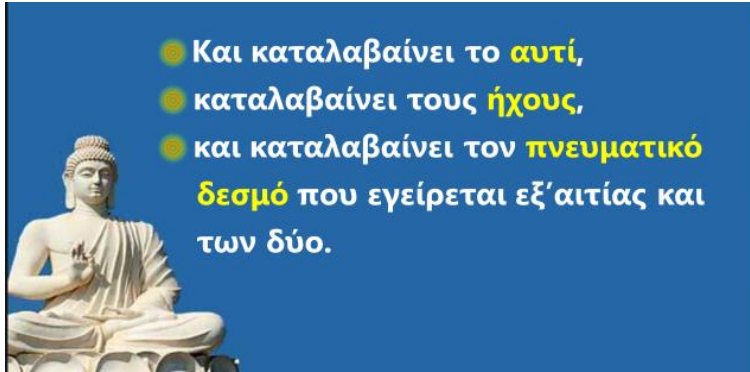
Ο δεσμός της άγνοιας, εγείρεται σε όλους τους προαναφερθέντες δεσμούς μέσω της αγνωσίας. Αγνωσία σε αυτή την περίπτωση είναι όταν δεν καταλαβαίνουμε ότι αυτό το αντικείμενο έχει παροδική φύση και μπορεί να μεταβληθεί ανά πάσα στιγμή.

Αυτός είναι ένας τρόπος για να δούμε πώς αυτοί οι δέκα δεσμοί μπορούν να εγερθούν μέσα μας ο ένας πίσω από τον άλλον, εξ' αιτίας ενός ποθητού ή αντιπαθητικού αντικειμένου.

## Το Όργανο του Αυτιού



Ο Βούδδας λέει:



Αυτό που συμβατικά ονομάζεται «αυτί» είναι ουσιαστικά μια σύνθεση και ένωση διαφόρων υλικών στοιχείων που διεγείρουν την συνείδηση.

Μεταξύ αυτών των στοιχείων υπάρχει η ευαισθησία στο αυτί, δηλ. η ευαίσθητη ουσία στην τυμπανική μεμβράνη και στον κοχλία που καταγράφει τους ήχους και χρησιμεύει ως φυσική βάση για την συνείδηση στο αυτί.

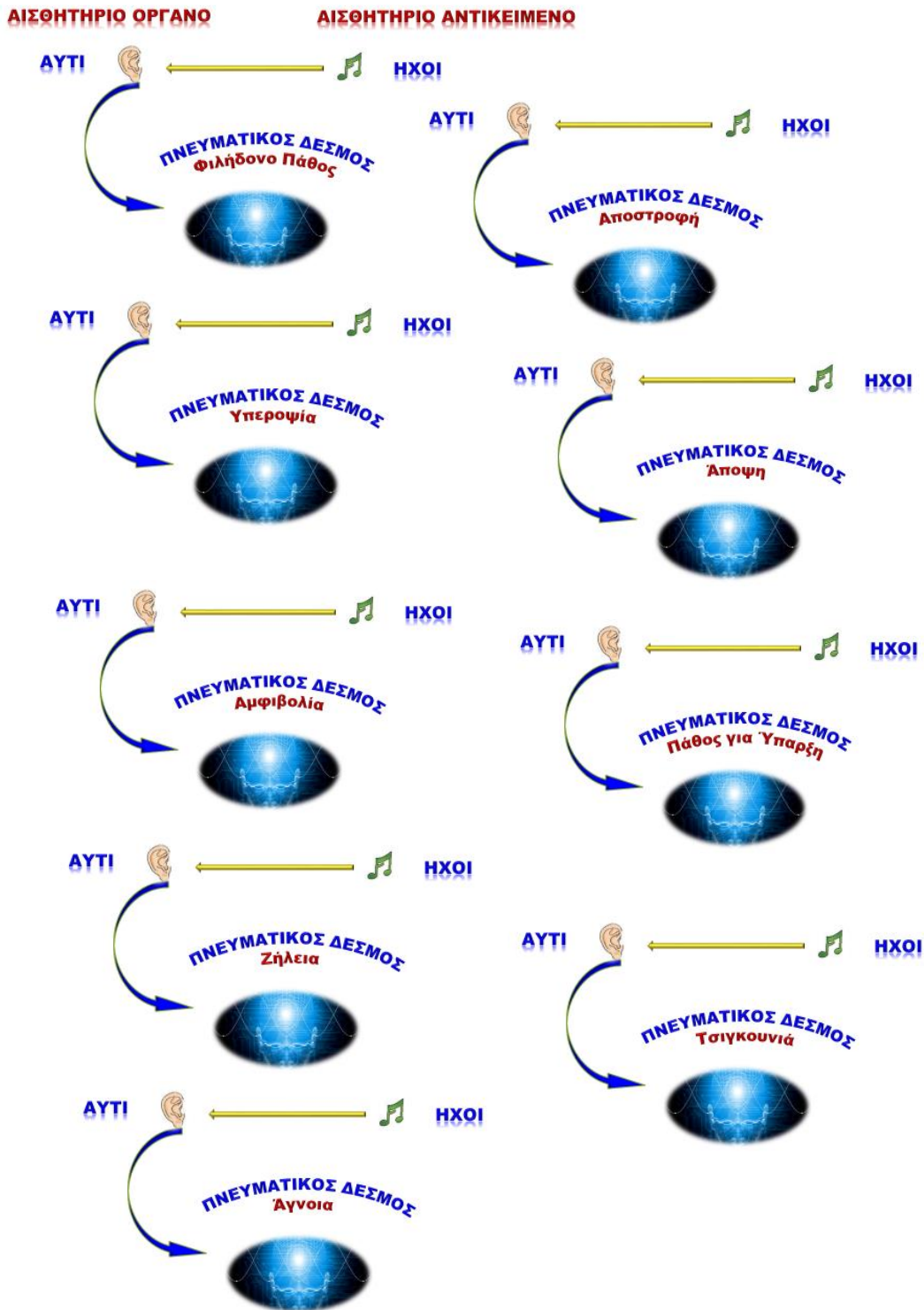


Η ευαισθησία στο αυτί είναι η πόρτα για την συνείδηση που ανήκει στην γνωστική διαδικασία του οργάνου του αυτιού, επιτρέποντάς της να συνειδητοποιήσει ήχους μέσω του αυτιού.



Η συνείδηση στο αυτί, προκύπτει με βάση την ευαισθησία στο αυτί (*σότα-πασάντα/-ντάτου*). Η λειτουργία της είναι απλά να ακούει ήχους και να συνειδητοποιεί άμεσα και αμέσως τους ήχους. Είναι μια συνείδηση που δεν έχει την δυνατότητα να δει αντικείμενα αλλά έχει την δυνατότητα να ακούει ήχους.

Μέσω αυτής μπορούμε να δούμε την εμφάνιση των νοητικών δεσμών.



Εάν οι ήχοι είναι ευχάριστοι έχουμε φιλήδονο πάθος, εάν είναι δυσάρεστοι έχουμε αποστροφή. Εάν κατέχουμε όμορφη μουσική ή έχουμε ωραία φωνή ή έχουμε σχέση με διάσημους μουσικούς, αναπτύσσουμε υπεροψία. Έχουμε επίσης άποψη ή αμφιβολία για τους ήχους, πάθος για ύπαρξη των ήχων, ζήλεια, τσιγκουνιά, και φυσικά άγνοια για το ότι οι ήχοι είναι παροδικά φαινόμενα.



## Το Όργανο της Μύτης



Λέει ο Βούδδας:



Τα δεσμά λοιπόν δεν είναι ουρανοκατέβητα αλλά συμβαίνουν λόγω των ασητήριων οργάνων και των αντικειμένων τους. Αυτό που συμβατικά ονομάζεται «μύτη» είναι ουσιαστικά μια σύνθεση και ένωση διαφόρων υλικών στοιχείων.

Η ευαισθησία στην μύτη είναι η πόρτα για την συνείδηση που ανήκει στην γνωστική διαδικασία του οργάνου της μύτης, επιτρέποντάς της να συνειδητοποιήσει οσμές μέσω της μύτης. Αυτό δηλ. που διεγείρει την συνείδηση στην μύτη είναι η οσμή που μπορεί να είναι ευχάριστη ή δυσάρεστη.

Η συνείδηση στην μύτη προκύπτει με βάση την ευαισθησία στην μύτη.

Η λειτουργία της συνείδησης της μύτης, είναι απλά να οσφρίζεται οσμές και να συνειδητοποιεί άμεσα και αμέσως τις οσμές.

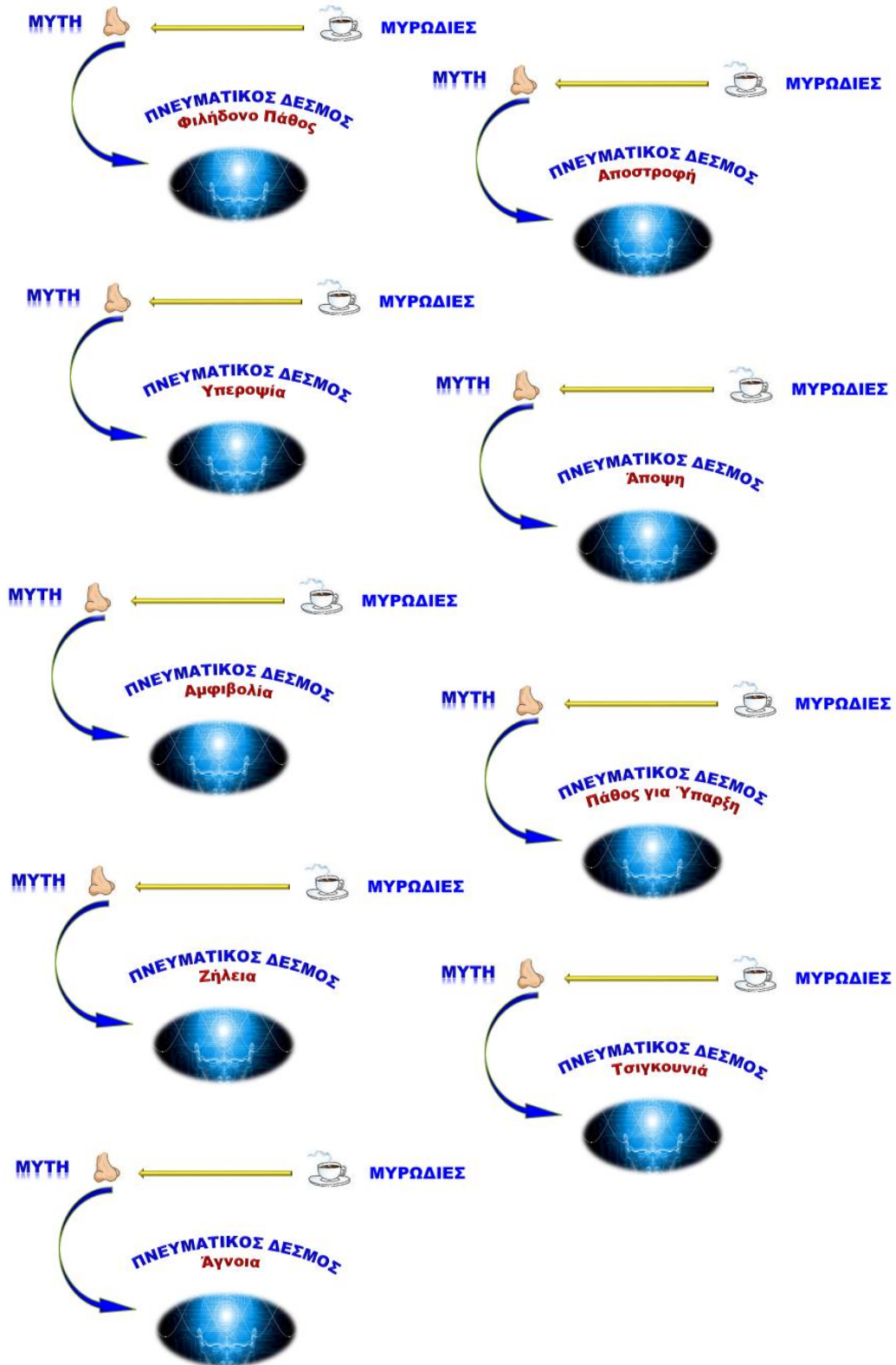
Ανάλογα με το εάν οι οσμές είναι ευχάριστες ή δυσάρεστες δημιουργούνται και οι νοητικοί δεσμοί.

Οι άνθρωποι τσακώνονται για τις μυρωδιές και αναπτύσσουν φιλήδονη επιθυμία, ζήλεια κλπ. ή ακόμα και αντιπάθεια εάν αυτές είναι δυσάρεστες. Το εμπόριο επίσης βασίζεται στην καλή μυρωδιά ενός προϊόντος.



**ΑΙΣΘΗΤΗΡΙΟ ΟΡΓΑΝΟ**

**ΑΙΣΘΗΤΗΡΙΟ ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΟ**



# Το Όργανο της Γλώσσας



Ο Βούδδας λέει:



- Και καταλαβαίνει τη **γλώσσα**,
- καταλαβαίνει τις **γεύσεις**,
- και καταλαβαίνει τον **πνευματικό δεσμό** που εγείρεται εξ' αιτίας και των δύο.

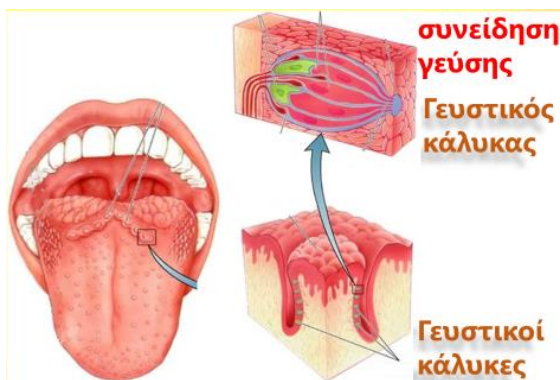
Αυτό που συμβατικά ονομάζεται «γλώσσα» είναι ουσιαστικά μια σύνθεση και ένωση διαφόρων υλικών στοιχείων.

Η ευαισθησία στην γλώσσα είναι η πόρτα για την συνείδηση που ανήκει στην γνωστική διαδικασία του οργάνου της γλώσσας, επιτρέποντάς της να συνειδητοποιήσει γεύσεις μέσω της γλώσσας.

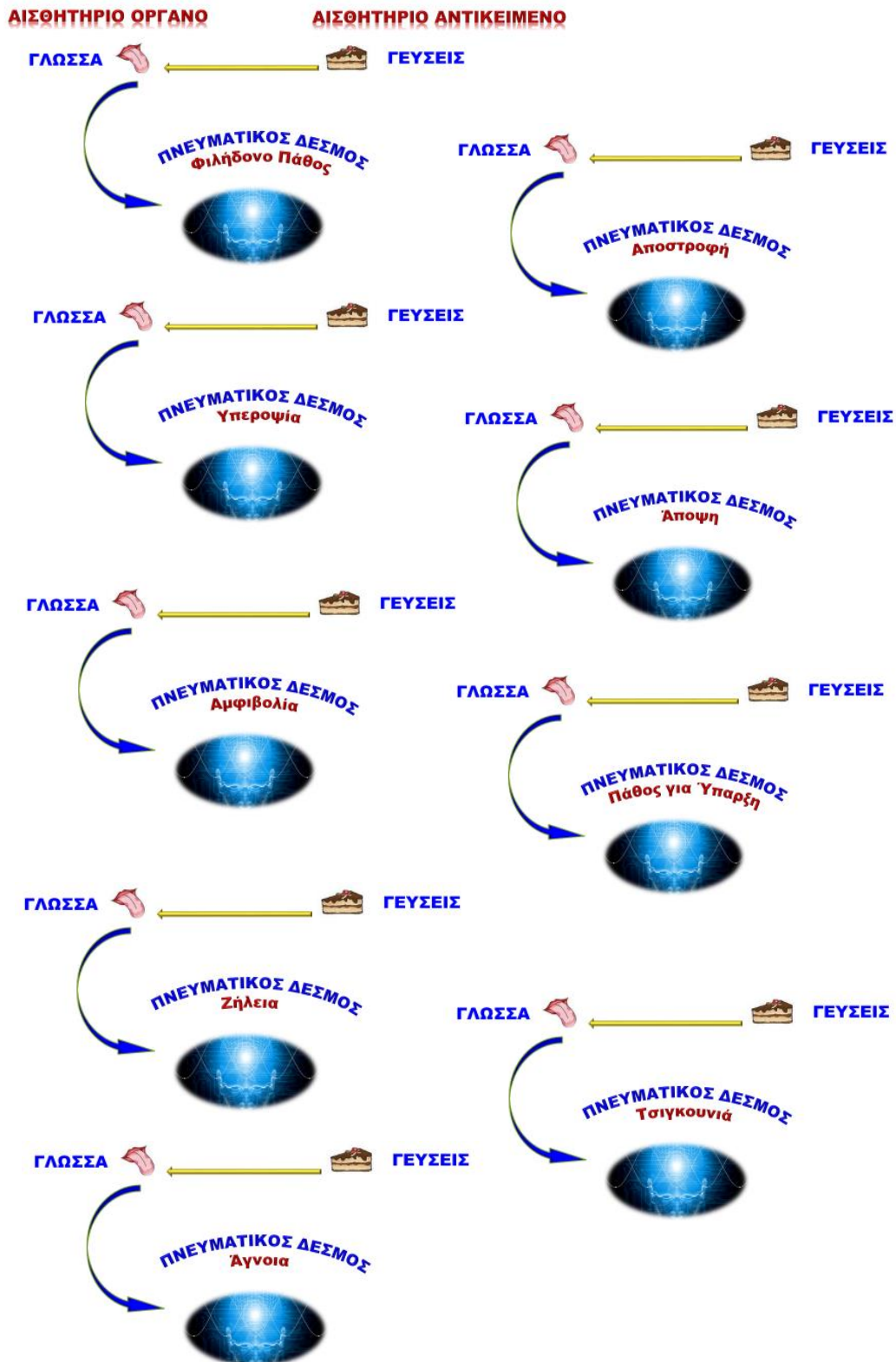


Η συνείδηση στην γλώσσα προκύπτει με βάση την ευαισθησία στην γλώσσα. Χρειάζεται δηλαδή ένα ερέθισμα για να εγερθεί.

Η λειτουργία της είναι απλά να γεύεται γεύσεις και να συνειδητοποιεί άμεσα και αμέσως τις γεύσεις.



Λόγω των γεύσεων που έχουν αντίκτυπο στην ευαισθησία της γλώσσας, εγείρονται οι διάφοροι νοητικοί δεσμοί.



Εάν κάποια γεύση είναι ευχάριστη και αρεστή, δημιουργείται φιλήδονο πάθος κλπ. Εάν είναι δυσάρεστη φτάνουμε στο σημείο να τσακωθούμε με αυτούς που έφτιαξαν το φαγητό εκδηλώνοντας δυσαρέσκεια και προς αυτούς και προς την ίδια την γεύση.

# Το Όργανο του Σώματος



Λέει ο Βούδδας:



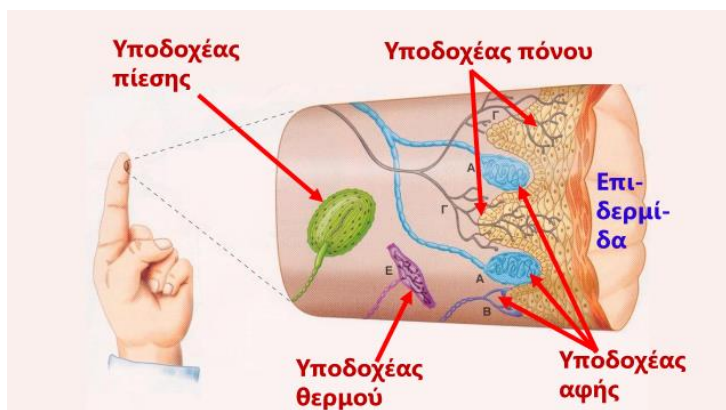
- Και καταλαβαίνει το **σώμα**,
- καταλαβαίνει τις **αφές**,
- και καταλαβαίνει τον **πνευματικό δεσμό** που εγείρεται εξαιτίας και των δύο.

Αυτό που ονομάζεται συμβατικά «σώμα», είναι ουσιαστικά μια σύνθεση και ένωση διαφόρων υλικών στοιχείων, παρ' όλο που εμείς το βλέπουμε σαν κάτι ενιαίο.

Η ευαισθησία στο σώμα είναι η πόρτα για την συνείδηση που ανήκει στην γνωστική διαδικασία του οργάνου του σώματος, επιτρέποντάς της να συνειδητοποιήσει αφές ή απτά αντικείμενα μέσω του σώματος.

Η συνείδηση του σώματος εγείρεται όταν υπάρχει κάποιο εξωτερικό ερέθισμα.

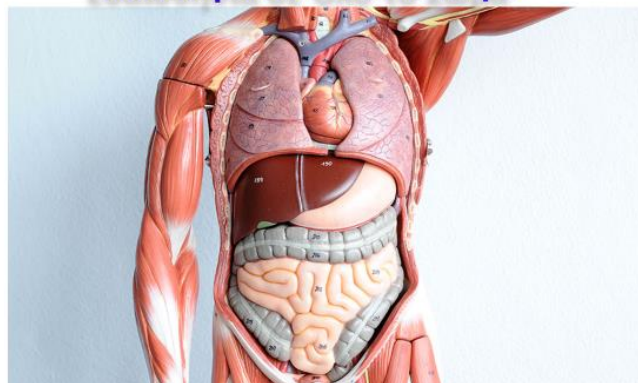
Η λειτουργία της είναι απλά να άπτεται αφές και να συνειδητοποιεί άμεσα και αμέσως τις αφές.



Η συνείδηση στο σώμα προκύπτει με βάση την ευαισθησία στο σώμα.



### Ευαισθησία σε Όλο το Σώμα



Η ευαισθησία υπάρχει σε όλο το σώμα ακόμα και μέσα στα όργανά μας. Δεν υπάρχει ούτε ένα μέρος στο σώμα μας εξωτερικά και εσωτερικά που να μην έχει ευαισθησία. Μιλάμε για την επιδερμίδα αλλά όταν πονάει το στομάχι μας ο πόνος έρχεται από μέσα και όχι απ' έξω. Και οπουδήποτε αλλού κι αν υπάρχει πόνος, μπορούμε να τον αισθανθούμε λόγω αυτής της ευαισθησίας.




Έτσι, ανάλογα με το αν τα απτά αντικείμενα είναι ευχάριστα ή δυσάρεστα αναπτύσσονται το φιλήδονο πάθος, η αποστροφή, η υπεροψία, η άποψη, η αμφιβολία, το πάθος για ύπαρξη, η ζήλεια, η τσιγκουνιά, και φυσικά η άγνοια για την παροδικότητά τους.

# Το Όργανο του Νου



Είναι το πιο σπουδαίο όργανο και εδώ γίνονται όλες οι επεξεργασίες των φαινομένων.

Ο Βούδδας λέει:



- Και καταλαβαίνει τον **νου**,
- καταλαβαίνει τα **νοερά φαινόμενα (ιδέες)**,
- και καταλαβαίνει τον **πνευματικό δεσμό** που εγείρεται εξαιτίας και των δύο.

Έχουμε δεσμούς όχι μόνον με εξωτερικά αντικείμενα αλλά και με τις ιδέες μας, τα συναισθήματά μας, και ταυτιζόμαστε με αυτά. Αυτό που ονομάζεται συμβατικά «νους» είναι ουσιαστικά μια σύνθεση και ένωση διαφόρων νοητικών στοιχείων. Όπως κάθε όργανο, κι αυτό είναι ένα σύνθετο φαινόμενο που λέγεται νους.

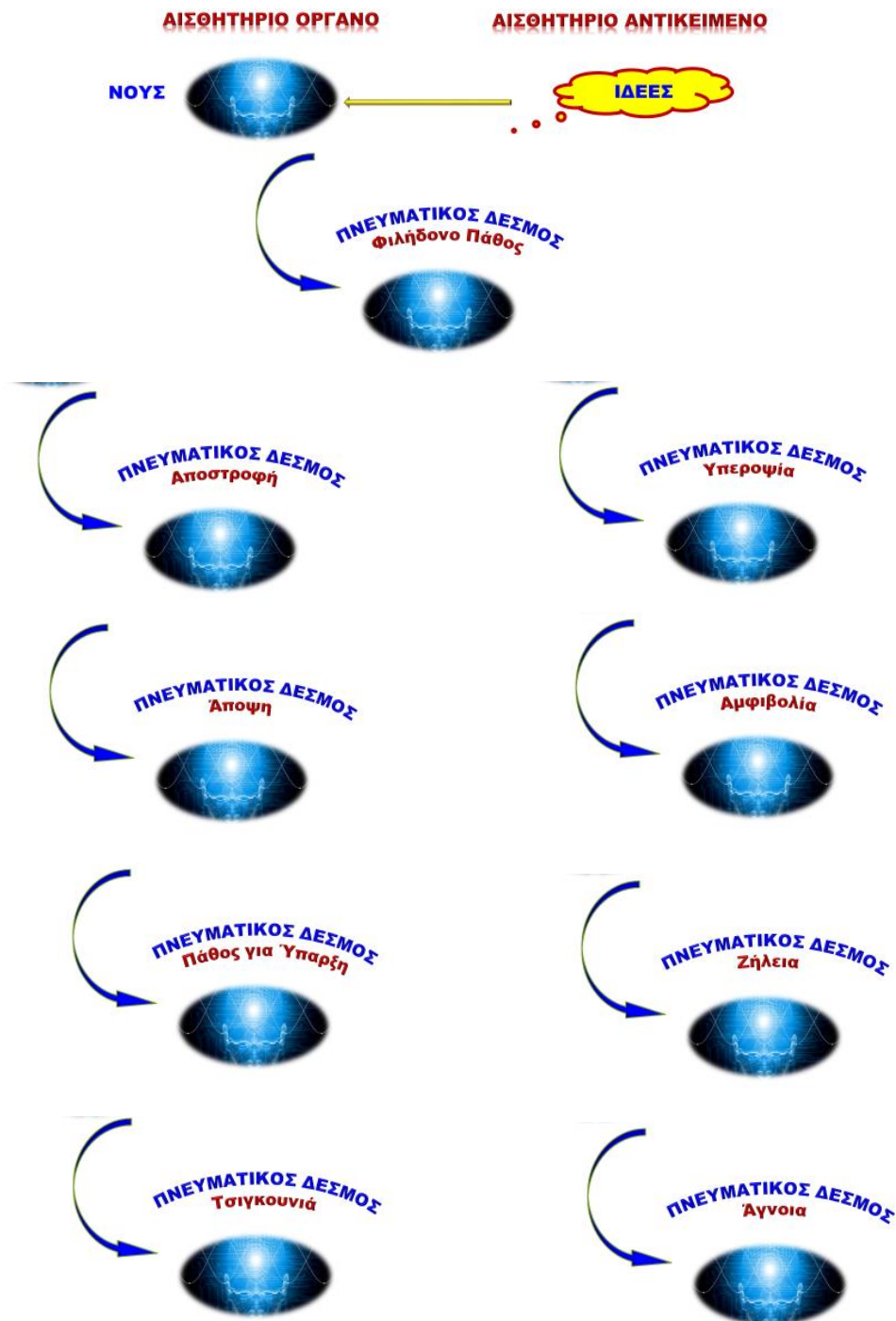
Αυτό που αποκαλούμε «Νου» δεν είναι ένα συμπαγές, ομοιογενές, και άτμητο, αδιάτομο πράγμα, αποτελούμενο από μία μόνο ουσία που δεν μπορεί να διαιρεθεί σε μικρότερα τεμάχια.

Τουναντίον, αποτελείται από πολλά τεμάχια που ονομάζονται «νοητικοί παράγοντες». Έτσι έχουμε το αίσθημα, την αντίληψη, την επιθυμία, τον θυμό, την αποστροφή κλπ., και όλα αυτά ονομάζονται νοητικοί παράγοντες που εγείρονται και παρακμάζουν ανά πάσα στιγμή μέσα μας. Όπως τα κύτταρα του οργάνου του σώματος εγείρονται και παρακμάζουν διαρκώς, το ίδιο γίνεται και με τους νοητικούς παράγοντες μέσα στο όργανο του νου.



**Ο Νους είναι ένα σμήνος από 52 νοητικούς παράγοντες.**

Εάν λοιπόν το αισθητήριο όργανο είναι ο νους, το αισθητήριο αντικείμενο είναι οι ιδέες, αισθήματα, συναισθήματα, ή αναμνήσεις εμπειριών. Είναι αισθητήρια αντικείμενα εκ των έσω, που έχουν επίπτωση στον νου και μπορούν να επηρεάσουν την νοητική διαδικασία.



Έτσι, μπορούμε να εγείρουμε φιλήδονο πάθος για τις ιδέες μας, για τις αντιλήψεις ή για τα αισθήματα που έχουμε, ή ακόμα και αποστροφή.



Αποστρεφόμεστε τις εμπειρίες που έχουμε, ή αποστρεφόμεστε τα συναισθήματα που έχουμε και αυτοκατηγορούμε τον εαυτόν μας. Έτσι έχουμε καμιά φορά αποστροφή για τον ίδιο μας τον εαυτό, και αυτό είναι επίσης ένας δεσμός.

Στην ψυχολογία τώρα, υπάρχουν ορισμένοι όροι που χρησιμοποιούν οι ψυχολόγοι, όπως σύμπλεγμα, σύνδρομο, έμμονη ιδέα, κλπ. Αυτοί είναι όροι που χρησιμοποιούνται για τα νοητικά δεσμά. Και λέει ο Βούδδας:

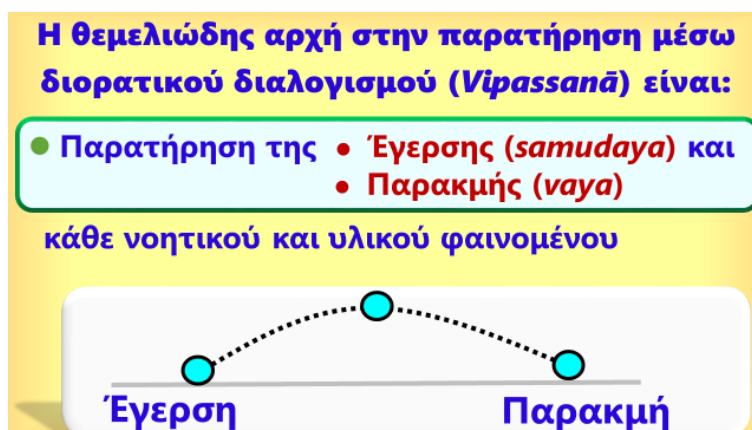


**Και καταλαβαίνει επίσης**

- πώς προέρχεται η **έγερση** του μη εγερμένου πνευματικού δεσμού,
- πώς προέρχεται η **εγκατάλειψη** του εγερμένου πνευματικού δεσμού,
- και πώς προέρχεται η **μελλοντική μη έγερση** του εγκαταλελειμμένου πνευματικού δεσμού.

Σε αυτή την περίπτωση, ο Βούδδας προτείνει σε κάποιον να έχει επίγνωση αυτών των δεσμών και φυσικά να δει την φύση τους. Αυτό μπορεί να το καταφέρει κάποιος μόνο με συστηματική και μεθοδική παρατήρηση. Ο Βούδδας στην Ομιλία του Περί της Εφαρμογής της Μνήμης δείχνει τον τρόπο με τον οποίον μπορεί να παρατηρήσει κανείς αυτούς τους νοητικούς δεσμούς όταν εμφανίζονται μέσα του, και να δει την φύση αυτών των φαινομένων.

Σε αυτή την Ομιλία αναπτύσσει κατά κύριο λόγο την έννοια του διορατικού διαλογισμού, και όπως είχαμε αναφέρει κι άλλες φορές:



**Η θεμελιώδης αρχή στην παρατήρηση μέσω διορατικού διαλογισμού (Vipassanā) είναι:**

- Παρατήρηση της **Έγερσης (samudaya)** και **Παρακμής (vaya)**

**κάθε νοητικού και υλικού φαινομένου**

**Έγερση** **Παρακμή**

Εάν παρατηρήσει κανείς αυτά τα δεσμά που υπάρχουν μέσα μας, που εμφανίζονται μέσα μας, τότε μπορεί να δει την έγερση και την παρακμή τους. Με τι τρόπο δηλαδή εγείρονται και με τι τρόπο παρακμάζουν· υπό ποιές συνθήκες εγείρονται και υπό ποιές συνθήκες παρακμάζουν. Τότε μόνο μπορεί κανείς να αποδεσμευθεί από αυτά, με το να δει την παροδική τους φύση και να μην προσκολλάται πλέον σ' αυτά.

Αυτός ο διορατικός διαλογισμός είναι ακριβώς αυτός που βοηθάει για την επίτευξη των υπερκόσμιων συνειδησεων.

Θα πρέπει βέβαια πρώτα να εξηγήσουμε πού υπάγονται ή που κατατάσσονται αυτές οι υπερκόσμιες συνειδησεις. Είχαμε αναφέρει τις διαστάσεις της συνείδησης και για το πόσες ή ποιές μορφές μπορεί να πάρει, και την είχαμε κατατάξει σε διάφορες σφαίρες ύπαρξης.

Οι υπερκόσμιες συνειδησεις σχετίζονται με τις υπερκόσμιες εκστάσεις (λοκουττάρα-τζάνα-τσιτάνι).



Σε αυτή την περίπτωση ίσως ξαφνιαστείτε, διότι όλες οι υπερκόσμιες εκστάσεις που είναι δυνατόν να επιτύχει κάποιος είναι σαράντα τον αριθμό. Όλες αυτές οι εκστάσεις επιτυγχάνονται μέσω του διορατικού διαλογισμού, και είναι αυτές που εξαλείφουν τα νοητικά δεσμά. Μόλις επιτευχθούν οι υπερκόσμιες εκστάσεις, τα νοητικά δεσμά αποκόπτονται από την ρίζα τους και δεν επανέρχονται στον νου του διαλογιστή. Αντίθετα, με τις εκστάσεις της λεπτοφυούς υλικής σφαίρας και της άυλης σφαίρας, τα νοητικά δεσμά απλώς καταστέλλονται χωρίς να αποκόπτονται.

Πρώτα απ' όλα πρέπει να ξεκαθαρίσουμε ότι υπάρχουν τρία είδη έκστασης (*τζάνα*).

### Τρία Είδη Έκστασης (*Jhāna*)

**1. Η έκσταση που επιτυγχάνεται μέσω του ηρεμιστικού διαλογισμού (*samatha*), με αυξημένη αυτοσυγκέντρωση (*samādhī*) σ' ένα μόνο αντικείμενο προσοχής (*ārammaṇ'ūpaniḥhāna*).**



**2. Η έκσταση που επιτυγχάνεται μέσω του διορατικού διαλογισμού (*vipassanā*) με αυξημένη αυτοσυγκέντρωση (*samādhī*) στα τρία χαρακτηριστικά της ύπαρξης:**

- παροδικότητα,
- ταλαιπωρία,
- μη-εαυτό.

**(*ti-lakkhaṇ'ūpaniḥhāna*)**



Αυτά τα τρία χαρακτηριστικά της ύπαρξης είναι και χαρακτηριστικά της συνθηκοκρατημένης πραγματικότητας (*σάνκατα-λάκκβανα*). Αυτή ονομάζεται «διορατική έκσταση» (*βιπάσσανα-τζάνα*), η οποία επιτυγχάνεται με την «διορατική αυτοσυγκέντρωση» (*βιπάσσανα-σαμάντι*).



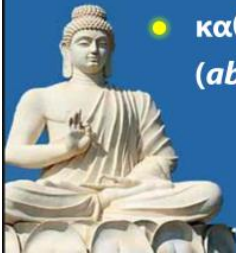
Θα δώσουμε παρακάτω μία ομιλία του Βούδδα για το τι σημαίνει διορατική αυτοσυγκέντρωση.

«Και ποια είναι η **ανάπτυξη της αυτοσυγκέντρωσης** (*samādhī-bhāvanā*) που οδηγεί στην μνήμη και στην ενσυνειδητότητα (*sati-sampajaññā*);

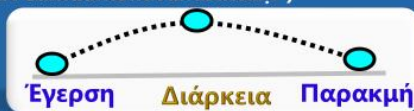


«Εδώ, κάποιος κατανοεί τα αισθήματα

- καθώς **εγείρονται** (*urrajanti*),
- καθώς **διαρκούν** (*uraṭṭhahanti*), και
- καθώς **εκλείπουν** (*abbhatthaṃ gacchanti*).

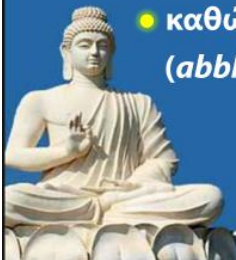


(AN *Samādhībhāvanāsuttaṃ*)



Κατανοεί τις σκέψεις

- καθώς **εγείρονται** (*urrajanti*),
- καθώς **διαρκούν** (*uraṭṭhahanti*), και
- καθώς **εκλείπουν** (*abbhatthaṃ gacchanti*).

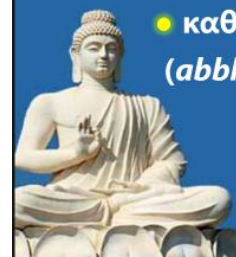


(AN *Samādhībhāvanāsuttaṃ*)

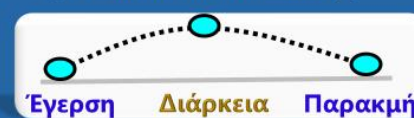


Κατανοεί τις αντιλήψεις

- καθώς **εγείρονται** (*urrajanti*),
- καθώς **διαρκούν** (*uraṭṭhahanti*), και
- καθώς **εκλείπουν** (*abbhatthaṃ gacchanti*).



(AN *Samādhībhāvanāsuttaṃ*)



Εδώ ο Βούδδας μιλάει για την έγερση, την διάρκεια και την παρακμή των αισθημάτων, των σκέψεων, των αντιλήψεων, κλπ. Απέναντι στα αισθήματα για παράδειγμα που είναι μέρος των πέντε συναθροισμάτων και στα οποία προσκολλώμαστε, μπορεί να εγερθεί φιλήδονο πάθος, μπορεί να γεννηθεί αποστροφή, μπορεί να εγερθεί υπεροψία, ζήλεια ή οποιοδήποτε άλλο από τα νοητικά δεσμά. Εάν κάποιος κατανοήσει ότι είναι φαινόμενα που εγείρονται, διαρκούν και εκλείπουν, μπορεί να αποκτήσει αυτή την αυτοσυγκέντρωση (*σαμάντι*). Όταν συγκεντρωθεί δηλαδή σε αυτή την συνεχή έγερση, διάρκεια και παρακμή, σ' αυτό το φαινόμενο που επαναλαμβάνεται ξανά και ξανά εγείροντας δεσμά, ο νους του αποκτά αυτή την αυτοσυγκέντρωση.

Αυτό που συμβαίνει σε αυτή την αυτοσυγκέντρωση (*σαμάντι*), είναι το εξής: Υπάρχει η παρατήρηση του σώματος, των αισθημάτων, των σκέψεων, και των νοητικών και υλικών αντικειμένων. Υπάρχει η διόραση πάνω στην έγερση και την παρακμή αυτών των φαινομένων. Και η αυτοσυγκέντρωση οικοδομείται ακριβώς πάνω στο συνεχές της έγερσης και της παρακμής. Ονομάζεται

αυτοσυγκέντρωση μέσω του διορατικού διαλογισμού, και το αντικείμενό της είναι ένα ασταθές φαινόμενο· το αντίθετο δηλαδή από τον ηρεμιστικό διαλογισμό που το αντικείμενο είναι κάτι




«σταθερό» όπως η αναπνοή. Επειδή όμως η έγερση και η παρακμή είναι ένα συνεχές φαινόμενο που επαναλαμβάνεται ξανά και ξανά, μπορεί ο νους να εστιαστεί σ' αυτό το φαινόμενο και να αποκτήσει βαθιά αυτοσυγκέντρωση. Επομένως:



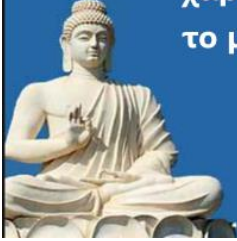
Έτσι, η «διορατική αυτοσυγκέντρωση» επιφέρει την «διορατική έκσταση», η οποία συντελεί στην

**3. επίτευξη της υπερκόσμιας έκστασης, η οποία έχει ως αντικείμενο την μη συνθηκοκρατημένη πραγματικότητα (*asañkhata*), το Νιμπάνα.**

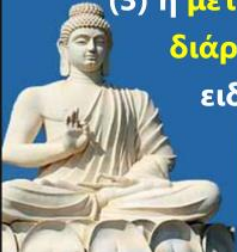


Ο Βούδδας αναφέρει σχετικά:

«Υπάρχουν αυτά τα τρία χαρακτηριστικά που καθορίζουν το μη συνθηκοκρατημένο φαινόμενο:



(1) «Η **έγερση** (*urpādo*) δεν μπορεί να ειδωθεί,  
(2) η **παρακμή** δεν μπορεί να ειδωθεί (*vaḅa*),  
και  
(3) η **μεταβολή** (*aññathatta*) κατά τη **διάρκεια** (*ḅhita*) δεν μπορεί να ειδωθεί».



**Παύση**

**Έγερση**    **Διάρκεια**    **Παρακμή**

Εάν κάποιος συνεχίσει τον διορατικό διαλογισμό, τότε μέσω της διορατικής έκστασης, μέσω της διορατικής αυτοσυγκέντρωσης, τότε και μόνο τότε μπορεί να δει ότι αυτό το συνθηκοκρατημένο στοιχείο που λέγεται έγερση, διάρκεια και παρακμή, δεν υπάρχει.

Αρχίζοντας δηλ. κάποιος την εργασία του, αντιλαμβάνεται πώς κάθε συνθηκοκρατημένο φαινόμενο εγείρεται, διαρκεί και παρακμάζει. Ακόμα και τα νοητικά δεσμά μέσα μας, δεν είναι κάτι μόνιμο και παγιωμένο που παραμένει μέσα μας για πάντα. Εάν τα εξετάσουμε, τότε μπορούμε να αποστασιοποιηθούμε, να αποταυτισθούμε από αυτά, και να αποκόψουμε την προσκόλλησή μας.

Τότε μόνο μπορούμε να δούμε αυτό το μη συνθηκοκρατημένο φαινόμενο στο οποίο όλα παύουν. Είναι η παύση των δεσμών, η παύση του πάθους, η παύση της αποστροφής, της ζήλειας, της αλαζονείας, της άγνοιας κλπ.

Θα κάνουμε τώρα μια αντιπαράθεση μεταξύ των κοσμικών εκστάσεων και των υπερκόσμιων ώστε να καταλάβουμε το θέμα καλύτερα και να δούμε τι ακριβώς γίνεται στον νου του διαλογιστή.

Η κοσμική συνείδηση, όταν αντικρύσει ένα συνθηκοκρατημένο αντικείμενο, το θεωρεί φαινομενικά συμπαγές και μόνιμο. Δεν μπορεί δηλαδή να το διαπεράσει και να δει την παροδική του φύση. Κατ' επέκταση, δημιουργεί πάθος και προσκόλληση προς αυτό.



Το ίδιο συμβαίνει και με τις κοσμικές εκστάσεις. Επειδή δεν αναλύουν το συνθηκοκρατημένο αντικείμενο, το βλέπουν σαν κάτι μόνιμο, συμπαγές και αναλλοίωτο, εγείροντας κατ' επέκταση πάθος και προσκόλληση προς αυτό. Μέσα στον νου του διαλογιστή εγείρονται ο λογισμός, ο συλλογισμός, η αγαλλίαση, η ευδαιμονία και η ενότητα του νου γι' αυτό το αντικείμενο που το θεωρεί συμπαγές και αμετάβλητο.



Στην κοσμική συνείδηση της διόρασης, όταν κάποιος αρχίζει να αναλύει το αντικείμενο το κάνει με την κοσμική συνείδηση και όχι με την υπερκόσμια. Αρχικά, παίρνει αυτό το συνθηκοκρατημένο αντικείμενο και αρχίζει να το αναλύει, να το αναλύει, να το παρατηρεί ξανά και ξανά... Τότε αρχίζει να βλέπει την παροδική του φύση και το πώς αυτό εγείρεται και παρακμάζει, εγείρεται και παρακμάζει, εγείρεται και παρακμάζει... Πάνω σ' αυτή την έγερση και την παρακμή απορροφάται και φτάνει στην έκσταση. Κατ' επέκταση, αποβάλλει το πάθος και την προσκόλληση εφ' όσον αντιλαμβάνεται ότι δεν μπορεί να βασισθεί και να επενδύσει συναισθηματικά σ' αυτό το αντικείμενο μια και την επόμενη στιγμή αυτό μπορεί να εξαφανισθεί. Το ίδιο το αντικείμενο βέβαια μπορεί να είναι οτιδήποτε: μυρωδιά, ήχος, ή ιδέα...



Στον διορατικό διαλογισμό δεν αφήνει τίποτα κάποιος που να μη το εξετάσει για να δει εάν είναι μόνιμο ή παροδικό. Βλέποντας την έγερση και την παρακμή αυτών των φαινομένων, δεν εγείρεται πάθος και προσκόλληση, αλλά δεν εγείρεται και δεσμός μέσα του.



Το ίδιο συμβαίνει και με την κοσμική διόραση. Οι λογισμός, συλλογισμός, ευδαιμονία κλπ. υπάρχουν, αλλά αυτή την φορά οφείλονται στην απελευθέρωση από αυτά τα αντικείμενα.



Η αγαλλίαση που αποκτά είναι λόγω της απελευθέρωσης από αυτά τα αντικείμενα, από το ξεφόρτωμα του πάθους ή της αποστροφής προς αυτά τα αντικείμενα. Οι νοητικοί παράγοντες του λογισμού, του συλλογισμού, κλπ. είναι ίδιοι αλλά έχουν διαφορετική ποιότητα.

Στην υπερκόσμια συνείδηση, που υπάρχει το μη πάθος και η μη προσκόλληση λόγω του διορατικού διαλογισμού και της διορατικής έκστασης, μπορεί να δει κάποιος σταδιακά το μη συνθηκοκρατημένο αντικείμενο, δηλ. την παύση της έγερσης και της παρακμής.



Συγκεντρωμένος κανείς στο μη συνθηκοκρατημένο φαινόμενο, και βλέποντας ότι αυτά τα δεσμά έχουν παύσει μέσα του, έχουν σβήσει, αποκτά την πρώτη υπερκόσμια έκσταση.



Υπάρχουν κι εδώ οι νοητικοί παράγοντες του λογισμού, του συλλογισμού, της αγαλλίασης, της ευδαιμονίας και της ενότητας του νου, αλλά αυτή την φορά επειδή έχει απελευθερωθεί τελείως και έχει αποκτήσει αυτή την παύση, αυτή την κατάσβεση των νοητικών μολύνσεων που λέγονται δεσμά. Έτσι, στην υπερκόσμια έκσταση οι νοητικοί παράγοντες είναι ίδιοι αλλά διαφέρουν στην ποιότητα.

Τώρα, όταν μιλάμε για το μη συνθηκοκρατημένο φαινόμενο, όταν δηλ. μιλάμε για το Νιμπάνα, πρέπει να καταλάβουμε δυό πράγματα:



Το Νιμπάνα είναι μια ενιαία αδιαφοροποίητη υπέρτατη πραγματικότητα και η κατάσβεση όλων των νοητικών μολύνσεων. Είναι αποκλειστικά υπερκόσμιο και έχει μία εγγενή φύση (*σαμπάβα*), που είναι το μη συνθηκοκρατημένο και αθάνατο στοιχείο το οποίο τελείως υπερβαίνει τον συνθηκοκρατημένο κόσμο.

Παρ' όλα αυτά, με αναφορά σε μια βάση για διάκριση, το Νιμπάνα είναι διπλό. Η βάση για την διάκριση είναι η παρουσία ή η απουσία των πέντε συναθροισμάτων της ύπαρξης.

Έτσι, το στοιχείο του Νιμπάνα που βιώνεται από αυτούς που έχουν πετύχει τις υπερκόσμιες εκστάσεις, ονομάζεται «με το υπόλειμμα παραμένον» (*σαουπαντισέσα*), επειδή, αν και οι νοητικές μολύνσεις του πάθους, του μίσους, της αυταπάτης, κλπ. έχουν βαθμιαία εξαλειφθεί, το «υπόλειμμα» των συναθροισμάτων που αποκτήθηκαν από την προηγούμενη προσκόλληση στις παρελθούσες ζωές, παραμένει κατά την διάρκεια της παρούσας ζωής τους. Δηλαδή, κάποιος που έχει επιτύχει το πρώτο στάδιο της υπερκόσμιας συνείδησης όπως ο Εισερχόμενος στο Ρεύμα, ή ο Άπαξ Επιστρέφων, ή ακόμα και ο Άξιος, ή ακόμα και ο Βούδδας, ενώ είναι ακόμα εν ζωή, υπάρχει το υπόλειμμα των συναθροισμάτων, δηλ. το σώμα του και οι λειτουργίες του νου του. Αυτό συμβαίνει διότι υπήρχε προσκόλληση σε προηγούμενες ζωές. Ο νους τους τώρα, δεν παύει να λειτουργεί. Λειτουργεί αλλά χωρίς προσκόλληση και χωρίς νοητικές μολύνσεις, διότι έχουν αποβάλλει από μέσα τους αυτές τις νοητικές μολύνσεις όπως πάθος, μίσος, κλπ. Αυτό που παραμένει όμως είναι το σώμα τους και όλες γενικά οι λειτουργίες που εξακολουθούν να υπάρχουν. Αυτό είναι το υπόλειμμα των συναθροισμάτων.

Όμως το στοιχείο του Νιμπάνα που επιτυγχάνεται με τον θάνατο ενός Άξιου ή ενός Βούδδα, ονομάζεται «χωρίς το υπόλειμμα παραμένον» (*ανουπαντισέσα*), επειδή τα πέντε συναθροίσματα απορρίπτονται και δεν αποκτώνται ξανά μετά τον θάνατο.

Τα δύο στοιχεία του Νιμπάνα ονομάζονται επίσης στα επεξηγηματικά σχόλια ως «η κατάσβεση των νοητικών μολύνσεων» (*κιλέσα-παρινιμπάνα*) για το πρώτο, και

ως «η κατάσβεση των συναθροισμάτων» (*κάντα-παρινιμπάνα*) για το δεύτερο.

Προς το παρόν, θα μιλήσουμε για το πρώτο Νιμπάνα που λέγεται «η κατάσβεση των νοητικών μολύνσεων» και πώς επιτυγχάνεται αυτή η κατάσβεση, και στην συνέχεια θα εξηγήσουμε για την «κατάσβεση των συναθροισμάτων», τί γίνεται δηλαδή μετά τον θάνατο ενός Αρχάτ ή ενός Βούδδα.

Αυτή η διάκριση είναι σημαντική, όταν αναφερόμαστε σ' αυτό το μη συνθηκοκρατημένο φαινόμενο και πώς μπορεί να το βιώσει ο διαλογιστής ενώ βρίσκεται ακόμα εν ζωή.

Ο Βούδδας χρησιμοποιεί συχνά τον όρο κατάσβεση των παθών ή παύση (*νιρόντα*). Όταν παύουν όλα τα νοητικά δεσμά, όλες οι νοητικές μολύνσεις, τότε απελευθερώνεται κάποιος.

Αυτό είναι κάτι που μπορεί να το βιώσει κανείς και να δει αυτή την παύση όταν οι νοητικές μολύνσεις πάψουν να λειτουργούν μέσα του. Μετά τον θάνατο δε, μιλάμε για την κατάσβεση των συναθροισμάτων, δηλ. συναισθήματα, αντιλήψεις, ιδέες, κλπ. και το εάν αυτά επαναεμφανίζονται ή όχι. Ο Βούδδας έχει δώσει πολλές εξηγήσεις για το τι γίνεται με αυτά μετά τον θάνατο, ώστε να έχουμε μια καθαρή εικόνα.

Προς το παρόν θα συνεχίσουμε να εξηγούμε για την κατάσβεση των νοητικών μολύνσεων και για το ότι αυτή η κατάσβεση δεν γίνεται αμέσως αλλά σταδιακά. Υπάρχουν ορισμένα στάδια, όπως αυτό του Εισερχόμενου στο Ρεύμα και με ποιόν τρόπο γίνεται αυτό εφικτό· (έχουμε αναφέρει ήδη ότι μόνον μέσω του διορατικού διαλογισμού μπορεί να επιτύχει κανείς αυτές τις υπερκόσμιες εκστάσεις). Μετά έχουμε το επόμενο στάδιο που είναι αυτό του Άπαξ Επιστρέφοντος, και μετά του Μη Επιστρέφοντος, και του Αρχάτ.

Έτσι βλέπουμε μια σταδιακή διαδρομή που επέρχεται σιγά σιγά για την κατάσβεση των νοητικών μολύνσεων. Κάποιοι καταφέρνουν αυτή την κατάσβεση πολύ γρήγορα, άλλοι χρειάζονται περισσότερο χρόνο, αλλά στην εποχή του Βούδδα υπήρχαν μαθητές, που ακούγοντας απλώς μια μικρή ομιλία του Βούδδα, ή κάνοντας λίγο διαλογισμό, κατάφεραν να γίνουν Αρχάτ. Αυτό οφειλόταν στο ότι είχαν εμπειρία από προηγούμενες ζωές. Όσοι λοιπόν έχουν εξασκηθεί στον διορατικό διαλογισμό, δεν θέλουν παρά μια μικρή ώθηση για να πετύχουν την κατάσβεση των νοητικών μολύνσεων.

### **Υπερκόσμιες Εκστάσεις Β΄**

Καλησπέρα σας. Σήμερα θα επαναλάβουμε μερικά πράγματα από το τελευταίο μάθημα ιδιαίτερα για τις υπερκόσμιες εκστάσεις, διότι είναι πολύ σημαντικά.

Είχαμε μιλήσει για τα δεκαέξι είδη του κάρμα και για το πώς κάποιος μπορεί να περάσει πέρα από τα ρεύματα του κάρμα, πέρα από τα πεδία ενέργειας του κάρμα, και να αποκτήσει την ελευθερία από το κάρμα πέρα από τον πόνο και την ταλαιπωρία στις ποικίλες μορφές της επαναγέννησης.

Αυτό είναι κάτι που μπορεί να το επιτύχει κανείς με τις Υπερκόσμιες συνειδήσεις και την ψυχολογία τους. Η υπερκόσμια συνείδηση (*λοκουττάρα-σίττα*) είναι η συνείδηση που ανήκει στην διαδικασία της υπέρβασης (*ούτταρα*) του κόσμου (*λόκα*). Ο κόσμος εδώ σημαίνει τα πέντε συναθροίσματα του νου και της ύλης που υπόκεινται στην προσκόλληση (*πάντσα-ουπαντάνα-κάντα*). Δηλαδή, το υλικό σώμα, το αίσθημα, η αντίληψη, οι νοητικές λειτουργίες και η συνείδηση, που λειτουργούν για να κάνουν ιδιαίτερες διεργασίες οι οποίες δημιουργούν προσκόλληση στην ύπαρξή μας με αποτέλεσμα την υπαρξιακή ταλαιπωρία και τον υπαρξιακό πόνο.

Αυτή η προσκόλληση εκδηλώνεται με διάφορες μορφές όπως Εγώ, Δικά μου, ο Εαυτός μου, η Ψυχή μου, κλπ.

Η υπερκόσμια συνείδηση από την άλλη πλευρά είναι η συνείδηση που υπερβαίνει την προσκόλληση στα πέντε συναθροίσματα του νου και της ύλης, ή του κόσμου, και εκδηλώνεται με διάφορες μορφές όπως Όχι Εγώ, Όχι Δικά μου, Όχι ο Εαυτός μου, Όχι η Ψυχή μου, κλπ.

Αυτό το είδος συνείδησης οδηγεί στην απελευθέρωση από την *σανσάρα* και από τον κύκλο της γέννησης και του θανάτου, και στην επίτευξη του Νιμπάνα, την παύση της ταλαιπωρίας και του πόνου.

Αναφορικά με το Νιμπάνα, να πούμε εδώ ότι η λέξη Νιμπάνα προέρχεται από το ρήμα *νιμπάτι* που κυριολεκτικά σημαίνει «κατασβήνω».




Όταν οι φωτιές αυτές κατασβησθούν χωρίς πλέον καύσιμα, επιτυγχάνει κανείς το Νιμπάνα και την απελευθέρωση από τον κύκλο της επαναγέννησης (*σανσάρα*). **(It Aggisuttam)**

Τα πνευματικά δεσμά (*σανγιοτζάνα*) είναι τα νοητικά πάθη που δεσμεύουν τα όντα στον τροχό της ύπαρξης, στον κύκλο της γέννησης και του θανάτου (*σανσάρα*), και είναι το φιλήδονο πάθος, η αποστροφή ή ο θυμός, η υπεροψία ή η αλαζονεία, η άποψη, η αμφιβολία, το πάθος για ύπαρξη, η προσκόλληση σε ηθικούς κανόνες, τελετές και αυστηρότητες με την πεποίθηση ότι μόνο έτσι επέρχεται η εξάγνιση και η λύτρωση, η ζήλεια, η τσιγκουνιά, και η άγνοια.

Στο προηγούμενο μάθημα είχαμε μιλήσει για το διπλό Νιμπάνα και για τα δύο στοιχεία του.

Τα δύο στοιχεία του Νιμπάνα ονομάζονται επίσης στα επεξηγηματικά σχόλια ως «η κατάσβεση των νοητικών μολύνσεων» (*kilesa-parinibbāna*) για το πρώτο, και ως «η κατάσβεση των συναθροισμάτων» (*khandha-parinibbāna*) για το δεύτερο.



Θα εξηγήσουμε προς το παρόν το πρώτο στοιχείο που είναι η κατάσβεση των νοητικών μολύνσεων και το πώς βιώνει αυτή την κατάσταση κάποιος που πετυχαίνει το Νιμπάνα εν ζωή και θα δούμε ποιά είναι η κατάσταση του νου όταν βιώνει αυτό το φαινόμενο.

**40 Υπερκόσμιες  
Εκστάσεις**

**(lokuttara-jhāna-cittāni)**



Για να επιτύχει κάποιος το Νιμπάνα είναι σημαντικό να περάσει μέσα από τα παρακάτω στάδια, ώστε να επιτύχει την κατάσβεση των νοητικών μολύνσεων:



Αφού επιτύχει την κατάσβεση των νοητικών μολύνσεων, μετά το τέταρτο στάδιο, όταν ένας Άξιος ή ένας Βούδδας αποθάνει, τότε επέρχεται η κατάσβεση των συναθροισμάτων που είναι το υπόλλειμα.

Οι κατασβέσεις αυτές γίνονται με δύο τρόπους: μέσω της υπερκόσμιας οδού και μέσω του υπερκόσμιου καρπού.

Η «υπερκόσμια οδός», ή απλά η «οδός» (*μάγγα*), είναι μια ονομασία για την στιγμή της εισόδου σε ένα από τα 4 στάδια των υπερκόσμιων συνειδήσεων – όπου το Νιμπάνα είναι το αντικείμενο – τα οποία στάδια προκύπτουν από την διόραση (*βιπάσσανα*) στην παροδικότητα, στην δυστυχία, και στην απροσωπία της ύπαρξης, αναλαμβάνοντας και μεταμορφώνοντας για πάντα την ζωή και την φύση κάποιου.

Με τον όρο «υπερκόσμιος καρπός» ή απλά «καρπός» (*πάλα*), εννοούνται εκείνες οι στιγμές της υπερκόσμιας συνειδήσεως που επακολουθούν αμέσως ως αποτέλεσμα της οδού, και οι οποίες μπορεί να επαναληφθούν για αμέτρητες φορές κατά την διάρκεια της ζωής.

**Συνείδηση της Οδού & του Καρπού (*Magga-Phala-citta*)**



Δηλαδή, αμέσως μετά την συνείδηση της οδού, επέρχεται η συνείδηση του καρπού ως αποτέλεσμα της οδού. Η οδός είναι η είσοδος για να δει κανείς για πρώτη φορά την παύση των νοητικών μολύνσεων. Αυτή η παύση γίνεται σταδιακά. Από τα δέκα νοητικά δεσμά για παράδειγμα, τα τρία πρώτα αποκόπονται με την επίτευξη της πρώτης οδού. Σταδιακά, στο τρίτο στάδιο αποκόπονται πέντε από αυτά τα νοητικά δεσμά, και στο τέταρτο στάδιο, αυτό του Άξιου, αποκόπονται όλα τα νοητικά δεσμά.

Θα μιλήσουμε τώρα για τις υπερκόσμιες εκστάσεις.

### Οι Πέντε Παράγοντες της 1ης Έκστασης

1. Ο λογισμός (*vitakka*) που επιθέτει τους σχετικούς νοητικούς παράγοντες στο αντικείμενο της αυτοσυγκέντρωσης, δηλαδή, στο **Νιμπάνα**.



2. Ο συλλογισμός (*vicāra*) που τους διατηρεί εκεί.

3. Η αγαλλίαση (*pīti*) που φέρνει την ευχαρίστηση για το αντικείμενο.

4. Η ευδαιμονία (*sukha*) ως το αίσθημα που βιώνει την ευτυχία μέσα στην έκσταση.

5. Η ενότητα του νου (*ekaggatā*) που έχει την ικανότητα της συνένωσης των νοητικών παραγόντων στο αντικείμενο αυτοσυγκέντρωσης.

**1** Πρώτη υπερκόσμια έκσταση (*jhāna*) με τη συνείδηση της οδού για την είσοδο στο ρεύμα (*sotāpatti-magga-citta*), συνοδευόμενη από

1. λογισμό (*vitakka*),
2. συλλογισμό (*vicāra*),
3. αγαλλίαση (*pīti*),
4. ευδαιμονία (*sukha*), και
5. ενότητα του νου (*ekaggatā*).



Εδώ βλέπουμε ότι το συναίσθημα ευδαιμονίας υπάρχει όπως υπήρχε και στις κοσμικές εκστάσεις, με την διαφορά ότι η ευδαιμονία στις κοσμικές εκστάσεις επέρχεται λόγω της

λανθασμένης αντίληψης ότι το αντικείμενο πάνω στο οποίο συγκεντρώνεται κανείς είναι μόνιμο και σταθερό, ενώ στην περίπτωση της υπερκόσμιας έκστασης η ευδαιμονία προέρχεται από την ορθή αντίληψη ότι το αντικείμενο δεν είναι μόνιμο αλλά παροδικό, και υπόκειται σε έγερση και παρακμή.

**2** Δεύτερη υπερκόσμια έκσταση (*jhāna*) με τη συνείδηση της οδού για την είσοδο στο ρεύμα (*sotāpatti-magga-citta*) συνοδευόμενη από

1. λογισμό (*vitakka*),
2. συλλογισμό (*vicāra*),
3. αγαλλίαση (*pīti*),
4. ευδαιμονία (*sukha*), και
5. ενότητα του νου (*ekaggatā*).



**3** Τρίτη υπερκόσμια έκσταση (*jhāna*) με τη συνείδηση της οδού για την είσοδο στο ρεύμα (*sotāpatti-magga-citta*) συνοδευόμενη από

1. λογισμό (*vitakka*),
2. συλλογισμό (*vicāra*),
3. αγαλλίαση (*pīti*),
4. ευδαιμονία (*sukha*), και
5. ενότητα του νου (*ekaggatā*).



**4** Τέταρτη υπερκόσμια έκσταση (*jhāna*) με τη συνείδηση της οδού για την είσοδο στο ρεύμα (*sotāpatti-magga-citta*) συνοδευόμενη από

1. λογισμό (*vitakka*),
2. συλλογισμό (*vicāra*),
3. αγαλλίαση (*pīti*),
4. ευδαιμονία (*sukha*), και
5. ενότητα του νου (*ekaggatā*).





**5** Πέμπτη υπερκόσμια έκσταση (*jhāna*) με τη συνείδηση της οδού για την είσοδο στο ρεύμα (*sotāpatti-magga-citta*) συνοδευόμενη από

1. λογισμό (*vitakka*),
2. συλλογισμό (*vicāra*),
3. αγαλλίαση (*pīṭi*),
4. ευδαιμονία (*sukha*),

5. πνευματική ηρεμία (*upekkhā*) και ενότητα του νου (*ekaggatā*).



Εδώ επέρχεται μια πνευματική ηρεμία και μια ισορροπία του νου. Διότι ακόμα και στην ευδαιμονία υπάρχει ένα «τρέμουλο», το οποίο όμως εξαλείφεται με την πνευματική ηρεμία και ενότητα του νου όπου επέρχεται μια απόλυτη γαλήνη.



Εδώ έχουμε τις τρεις καλές ρίζες δηλ. την μη απληστία, το μη μίσος και την μη αυταπάτη, που υποστηρίζουν τους νοητικούς παράγοντες της 1<sup>ης</sup> έκστασης.

Σε αυτή την περίπτωση, τα πνευματικά εμπόδια που εμποδίζουν κάποιον να δει το Νιμπάνα, αναστέλλονται ως εξής:



Στην 2<sup>η</sup> έκσταση ο διαλογιστής δεν χρειάζεται πλέον τον λογισμό.



Στην 3<sup>η</sup> έκσταση δεν χρειάζεται ούτε τον συλλογισμό.



Στην 4<sup>η</sup> έκσταση φεύγει και η αγαλλίαση.



Και στην 5<sup>η</sup> έκσταση δεν είναι αναγκαία ούτε η ευδαιμονία.



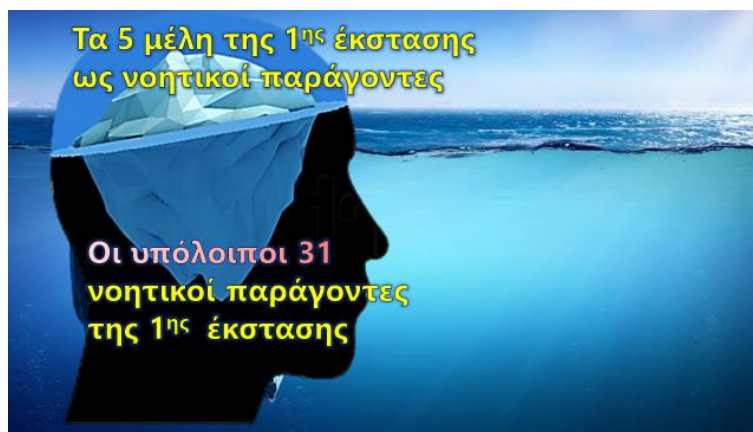
Για μερικούς ανθρώπους η λέξη έκσταση αντιπροσωπεύει ένα κενό, ή μια κατάσταση που όλα παύουν, όμως δεν είναι έτσι.

Αυτό που αποκαλούμε «Έκσταση» δεν είναι ένα κενό ή συμπαγές, ομοιογενές, άτμητο και αδιάτομο πράγμα, ολόκληρο από μια ουσία, το υποθετικό «Εν» στην φιλοσοφία και στον μυστικισμό, που δεν μπορεί να διαιρεθεί σε μικρότερα μέρη. Αντιθέτως, αποτελείται από πολλά μέρη που ονομάζονται «νοητικοί παράγοντες».



Υπάρχουν δε, 36 νοητικοί παράγοντες που συνδιάζονται με την συνείδηση ώστε να μπορεί κανείς να έχει την εμπειρία της 1<sup>ης</sup> έκστασης.

Αυτοί οι 5 νοητικοί παράγοντες που αναφέραμε ή τα 5 μέλη της 1<sup>ης</sup> έκστασης, δεν είναι παρά η κορυφή του παγόβουνου. Κάτω από αυτούς υπάρχουν άλλοι 31 νοητικοί παράγοντες που υποστηρίζουν την εμπειρία της 1<sup>ης</sup> έκστασης.



Όπως έχουμε προαναφέρει, συνολικά οι νοητικοί παράγοντες είναι 52.



Όμως στις υπερκόσμιες εκστάσεις, οι φαύλοι νοητικοί παράγοντες δεν υπάρχουν, εξαφανίζονται. Αυτοί που παραμένουν είναι οι 7

καθολικοί νοητικοί παράγοντες, οι 6 περιστασιακοί, και οι 23 από τους 25 καλούς νοητικούς παράγοντες. Γι αυτό μιλάμε για την παύση των νοητικών μολύνσεων, διότι οι νοητικές μολύνσεις βρίσκονται στην κατηγορία των φαύλων νοητικών παραγόντων που έχουν ήδη εξαλλειφθεί.

Παραθέτουμε έναν πίνακα για να θυμηθούμε ξανά όλους τους νοητικούς παράγοντες.


13 Ηθικά Μεταβλητοί Νοητικοί Παράγοντες		14 Φαύλοι Νοητικοί Παράγοντες	
1. νοητική επαφή	8. λογισμός	1. αυταπάτη	8. μίσος
2. αίσθημα	9. συλλογισμός	2. αδιαντροπία	9. ζήλια
3. αντίληψη	10. αποφασιστικότητα	3. μη ηθικός φόβος	10. τσιγκουνιά
4. πρόθεση	11. ενεργητικότητα	4. ανησυχία	11. τύψη
5. ενότητα του νου	12. χαρά (αγαλλίαση)	5. απληστία	12. νωθρότητα
6. νοητική ζωτικότητα	13. αρέσκεια	6. λανθασμένη άποψη	13. υπνηλία
7. προσοχή		7. αλαζονεία	14. αμφιβολία
25 Καλοί Νοητικοί Παράγοντες			
1. πίστη στην καλοσύνη	8. ηρεμία του σώματος	18. ευθύτητα του σώματος	
2. μνήμη	9. ηρεμία του νου	19. ευθύτητα του νου	
3. ηθική ντροπή	10. ελαφρότητα του σώματος	20. ορθός λόγος	
4. ηθικός φόβος	11. ελαφρότητα του νου	21. ορθή πράξη	
5. μη απληστία	12. ευκαμψία του σώματος	22. ορθός βιοπορισμός	
6. μη μίσος	13. ευκαμψία του νου	23. συμπόνια	
7. αμεροληψία	14. ευστροφία του σώματος	24. συμπαθητική χαρά	
	15. ευστροφία του νου	25. σοφία	
	16. δυναμικότητα του σώματος		
	17. δυναμικότητα του νου		

Οι επτά καθολικοί παράγοντες καθώς και οι έξη περιστασιακοί, βρίσκονται παρόντες στην έκσταση. Χωρίς την προσοχή για παράδειγμα, ο διαλογιστής δεν μπορεί να συγκεντρωθεί. Χωρίς αντίληψη του αντικειμένου, δεν μπορεί να συγκεντρωθεί. Χωρίς πρόθεση για τον διαλογισμό, δεν μπορεί να συγκεντρωθεί, κλπ. Η ενότητα του νου είναι ένας παράγοντας που υποστηρίζεται και από την προσοχή, και από την αντίληψη, και από το αίσθημα, κλπ. για να συντηρηθεί.

Οι 25 καλοί νοητικοί παράγοντες είναι αυτοί που είναι πιο πρόδηλοι στις υπερκόσμιες εκστάσεις, και αυτοί που τις υποστηρίζουν. Με κόκκινο χρώμα τονίζονται οι ρίζες της καλής συνείδησης.

Από τους 14 φαύλους νοητικούς παράγοντες, αυτοί που είναι με κόκκινο χρώμα, θα δούμε ότι συμπίπτουν με τα νοητικά δεσμά που έχουμε αναφέρει. Αυτό που παύει μέσα στις υπερκόσμιες εκστάσεις είναι αυτοί οι 14 φαύλοι νοητικοί παράγοντες. Αυτοί είναι οι τρεις φωτιές που αναφέραμε.

Το φιλήδονο πάθος για παράδειγμα, είναι στην πραγματικότητα ο νοητικός παράγοντας της απληστίας. Παραθέτουμε πίνακα:



Τα Νοητικά Δεσμά	
1. το φιλήδονο πάθος	απληστία
2. η αποστροφή/ ο θυμός	μίσος
3. η υπεροψία/ η αλαζονεία	αλαζονεία
4. η άποψη	λανθασμένη άποψη
5. η αμφιβολία	αμφιβολία
6. το πάθος για ύπαρξη	απληστία
7. η προσκόλληση σε ηθικούς κανόνες, τελετές και αυστηρότητες με την πεποίθηση ότι μόνον έτσι επέρχεται η εξάγνιση και η λύτρωση.	λανθασμένη άποψη
8. η ζήλεια	ζήλεια
9. η τσιγκουνιά	τσιγκουνιά
10. η άγνοια	αυταπάτη

Εν ολίγοις, αυτά τα νοητικά δεσμά είναι βασικά οι φαύλοι νοητικοί παράγοντες που έχουν τόση δυναμικότητα μέσα τους, ώστε να δεσμεύουν τον άνθρωπο στην επαναγέννηση.

Βλέπουμε λοιπόν στον ακόλουθο πίνακα, ότι αυτές οι φωτιές των παθών που αναφέραμε, βρίσκονται στον τομέα των φαύλων νοητικών παραγόντων.

Γι' αυτές τις φωτιές μιλάει ο Βούδδας. Αυτές είναι που πρέπει να κατασβησθούν.

13 Ηθικά Μεταβλητοί Νοητικοί Παράγοντες		14 Φαύλοι Νοητικοί Παράγοντες	
1. νοητική επαφή	8. λογισμός	1. αυταπάτη	8. μίσος
2. αίσθημα	9. συλλογισμός	2. αδιαντροπία	9. ζήλια
3. αντίληψη	10. αποφασιστικότητα	3. μη ηθικός φόβος	10. τσιγκουνιά
4. πρόθεση	11. ενεργητικότητα	4. ανησυχία	11. τύψη
5. ενότητα του νου	12. χαρά (αγαλίαση)	5. απληστία	12. νωθρότητα
6. νοητική ζωτικότητα	13. αρέσκεια	6. λανθασμένη νόηση	13. υπηγλία
7. προσοχή		7. αλαζονεία	14. αμφιβολία

25 Καλοί Νοητικοί Παράγοντες		
1. πίστη στην καλοσύνη	8. ηρεμία του σώματος	18. ευθύτητα του σώματος
2. μνήμη	9. ηρεμία του νου	19. ευθύτητα του νου
3. ηθική ντροπή	10. ελαφρότητα του σώματος	20. ορθός λόγος
4. ηθικός φόβος	11. ελαφρότητα του νου	21. ορθή πράξη
5. <b>μη απληστία</b>	12. ευκαμψία του σώματος	22. ορθός βιοπορισμός
6. <b>μη μίσος</b>	13. ευκαμψία του νου	23. συμπόνια
7. αμεροληψία	14. ευστροφία του σώματος	24. συμπαθητική χαρά
	15. ευστροφία του νου	25. <b>σοφία</b>
	16. δυναμικότητα του σώματος	
	17. δυναμικότητα του νου	

13 Ηθικά Μεταβλητοί Νοητικοί Παράγοντες		Κατάσβεση ( <i>Nibbāna / Nirvāna</i> )	
1. νοητική επαφή	8. λογισμός		
2. αίσθημα	9. συλλογισμός		
3. αντίληψη	10. αποφασιστικότητα		
4. πρόθεση	11. ενεργητικότητα		
5. ενότητα του νου	12. χαρά (αγαλίαση)		
6. νοητική ζωτικότητα	13. αρέσκεια		
7. προσοχή			

25 Καλοί Νοητικοί Παράγοντες			Κατάπαυση ( <i>Nirodha</i> )	
1. πίστη στην καλοσύνη	8. ηρεμία του σώματος	18. ευθύτητα του σώματος		
2. μνήμη	9. ηρεμία του νου	19. ευθύτητα του νου		
3. ηθική ντροπή	10. ελαφρότητα του σώματος	20. ορθός λόγος		
4. ηθικός φόβος	11. ελαφρότητα του νου	21. ορθή πράξη		
5. <b>μη απληστία</b>	12. ευκαμψία του σώματος	22. ορθός βιοπορισμός		
6. <b>μη μίσος</b>	13. ευκαμψία του νου	23. συμπόνια		
7. αμεροληψία	14. ευστροφία του σώματος	24. συμπαθητική χαρά		
	15. ευστροφία του νου	25. <b>σοφία</b>		
	16. δυναμικότητα του σώματος			
	17. δυναμικότητα του νου			

Κατάσβεση και Κατάπαυση είναι συνώνυμες λέξεις που χρησιμοποιεί πολύ συχνά ο Βούδδας στις ομιλίες του. Έτσι, όταν μιλάμε για Νιμπάνα στην ουσία μιλάμε για την κατάσβεση ή την κατάπαυση των φαύλων νοητικών παραγόντων.

Στις εκστάσεις πάλι, είναι οι καλοί νοητικοί παράγοντες που υποστηρίζουν την αποκοπή, την εξάλειψη, την κατάπαυση και την κατάσβεση των φαύλων νοητικών παραγόντων.

Αυτό λοιπόν που ονομάζουμε έκσταση, είναι στην ουσία η υποστήριξη σε πολύ μεγάλη συχνότητα αυτών των καλών νοητικών παραγόντων, και σε τόσο μεγάλο βαθμό, ώστε να μην υπάρχει κανένα κενό μεταξύ τους που να μπορεί να παρεισφρύσει μια φαύλη συνείδηση ή ένας φαύλος νοητικός παράγοντας. Με αυτόν τον τρόπο, εξαλείφονται σταδιακά όλοι οι φαύλοι νοητικοί παράγοντες.

### Συνείδηση της 2<sup>ης</sup> Υπερκόσμιας Έκστασης

β) Παρόμοια, στα είδη συνείδησης της δεύτερης υπερκόσμιας έκστασης, συμπεριλαμβάνονται όλοι οι παραπάνω νοητικοί παράγοντες, εκτός από τον **λογισμό** (*vitakka*).

**ΣΥΝΟΛΟ**  $13 + 22 = 35$  νοητικοί παράγοντες

### Συνείδηση της 3<sup>ης</sup> Υπερκόσμιας Έκστασης

γ) Στα είδη συνείδησης της τρίτης υπερκόσμιας έκστασης, συμπεριλαμβάνονται όλοι αυτοί, εκτός από το **λογισμό** (*vitakka*) και το **συλλογισμό** (*vicāra*).

**ΣΥΝΟΛΟ**  $13 + 21 = 34$  νοητικοί παράγοντες

### Συνείδηση της 4<sup>ης</sup> Υπερκόσμιας Έκστασης

δ) Στα είδη συνείδησης της τέταρτης υπερκόσμιας έκστασης, (όλοι αυτοί), εκτός από το **λογισμό** (*vitakka*), το **συλλογισμό** (*vicāra*) και την **αγαλλίαση** (*pīti*).

**ΣΥΝΟΛΟ**  $13 + 20 = 33$  νοητικοί παράγοντες

### Συνείδηση της 5<sup>ης</sup> Υπερκόσμιας Έκστασης

ε) Στα είδη συνείδησης της πέμπτης υπερκόσμιας έκστασης, περιλαμβάνονται αυτοί οι ίδιοι νοητικοί παράγοντες της τέταρτης έκστασης συνοδευόμενοι από την **πνευματική ηρεμία** (αντί της ευδαιμονίας).

**ΣΥΝΟΛΟ**  $13 + 20 = 33$  νοητικοί παράγοντες

Οι αφαιρέσεις από την 2<sup>η</sup> μέχρι την 5<sup>η</sup> έκταση, θα πρέπει να γίνουν κατανοητές σύμφωνα με την βαθμιαία εξάλλειψη των χονδρικών μελών των εκστάσεων (*τζανάνγκα*), όπως λογισμό, συλλογισμό, αγαλλίαση και ευδαιμονία, στα διαφορετικά επίπεδα των υπερκόσμιων εκστάσεων.

### ΣΥΝΟΨΗ

Αντίστοιχα με τη συνείδηση της έκτασης, υπάρχουν:

τριάντα έξι	(36)	ν. παραγ.	στην 1 <sup>η</sup> έκταση
τριάντα πέντε	(35),	«»	στην 2 <sup>η</sup>
τριάντα τέσσερις	(34)	«»	στην 3 <sup>η</sup> , και
τριάντα τρεις	(33)	«»	στην 4 <sup>η</sup> και 5 <sup>η</sup> .

Έτσι, υπάρχουν με πέντε τρόπους στην υπερκόσμια συνείδηση. Ομοίως, υπάρχουν 20 είδη συνείδησης του καρπού (*πάλα*) σχετισμένες με εκστάσεις που είναι οι επακόλουθες (*βιπάκα*) συνειδήσεις.

#### Συνείδηση του καρπού

- για την είσοδο στο ρεύμα = 5 εκστάσεις,
- για την άπαξ επιστροφή = 5 εκστάσεις,
- για την μη επιστροφή = 5 εκστάσεις, και
- για την Αξιότητα = 5 εκστάσεις.

Επομένως υπάρχουν σαράντα (40) είδη υπερκόσμιας συνείδησης:

- 20 συνειδήσεις της οδού σχετισμένες με εκστάσεις, και
- 20 συνειδήσεις του καρπού σχετισμένες με εκστάσεις



**Όλοι οι διαλογιστές επιτυγχάνουν τις υπερκόσμιες οδούς και τους καρπούς με την ανάπτυξη της σοφίας (ραῖḥā)· που σημαίνει διόραση (vipassanā) στα τρία χαρακτηριστικά της ύπαρξης: την παροδικότητα (anicca), την ταλαιπωρία (dukkha) και τον μη-εαυτό (anatta).**

Ωστόσο, διαφέρουν μεταξύ τους στον βαθμό ανάπτυξης της αυτοσυγκέντρωσης (σαμάντι).

Εκείνοι που αναπτύσσουν διόραση χωρίς κάποια βάση σε κοσμική έκσταση (τζάνα), ονομάζονται «εξασκούμενοι μόνο στην διόραση ή στην σκέτη διόραση» (σούκα-βιπάσσακα). Υπάρχουν λοιπόν διαλογιστές που ξεκινούν απ' ευθείας με τον διορατικό διαλογισμό. Δεν αναπτύσσουν ηρεμιστικό διαλογισμό για να αποκτήσουν εκστάσεις. Η σοφία τους όμως και η οξυδέρκειά τους είναι τόσο αυξημένη, που μπορούν μέσω του διορατικού διαλογισμού και μόνο με την σκέτη διόραση να επιτύχουν τις υπερκόσμιες οδούς και τους υπερκόσμιους καρπούς.

Όταν επιτυγχάνουν την οδό και τον καρπό, οι συνειδήσεις τους της οδού και του καρπού συμβαίνουν σε ένα επίπεδο που αντιστοιχεί στην πρώτη κοσμική έκσταση.

Τώρα, εκείνοι που αναπτύσσουν διόραση με βάση την κοσμική έκσταση, επιτυγχάνουν μία οδό και έναν καρπό που αντιστοιχεί στο επίπεδο της έκστασης που είχαν φθάσει πριν επιτύχουν την οδό.

Έτσι, για τον διαλογιστή στην σκέτη διόραση και για τον διαλογιστή στην κοσμική έκσταση, όλες οι συνειδήσεις των οδών και των καρπών θεωρούνται είδη συνείδησης της έκστασης (τζάνα).

Θεωρούνται έτσι επειδή συμβαίνουν με τον τρόπο της προσεκτικής σκέψης πάνω στο αντικείμενό τους με πλήρη απορρόφηση, όπως οι κοσμικές εκστάσεις (τζάνας), αλλά και επειδή έχουν τους παράγοντες των εκστάσεων με μια ένταση που αντιστοιχεί στις ομόλογες κοσμικές εκστάσεις τους.

### **Οι Διαφορές των Εκστάσεων**

Οι υπερκόσμιες εκστάσεις των οδών και των καρπών, διαφέρουν από τις κοσμικές εκστάσεις σε πολλά σημαντικά σημεία.

### Πρώτον:

Ενώ οι κοσμικές εκστάσεις λαμβάνουν ως αντικείμενό τους κάποια συμβατική έννοια, οι υπερκόσμιες εκστάσεις παίρνουν ως αντικείμενό τους το Νιμπάνα, δηλαδή την μη συνθηκοκρατημένη πραγματικότητα (*ασάνκατα*).

### Δεύτερον:

Ενώ οι κοσμικές εκστάσεις απλώς καταστέλλουν προσωρινά τις νοητικές μολύνσεις και τους νοητικού δεσμούς (*σανγιοτζάνα*) αλλά αφήνουν ανέπαφους τους υποκείμενους σπόρους τους, οι υπερκόσμιες εκστάσεις της οδού εξαλείφουν τελείως τις νοητικές μολύνσεις και τους νοητικούς δεσμούς, ώστε να μην μπορούν ποτέ να ξαναεμφανισθούν. Εδώ δηλ. μιλάμε για την κατάπαυση ή την κατάσβεση των νοητικών μολύνσεων.

### Τρίτον:

Ενώ οι κοσμικές εκστάσεις οδηγούν σε επαναγέννηση στους κόσμους της λεπτοφυούς ύλης, και συνεπώς διατηρούν την ύπαρξη στον κύκλο των επαναγεννήσεων, οι εκστάσεις της υπερκόσμιας οδού αποκόπτουν τα νοητικά δεσμά που δεσμεύουν κάποιον στον κύκλο, και έτσι καταλήγουν στην απελευθέρωση από τον γύρο της γέννησης και του θανάτου.

### Τέταρτον:

Ενώ ο ρόλος της σοφίας (*πάννια*) στις κοσμικές εκστάσεις είναι δευτερεύων από εκείνον της αυτοσυγκέντρωσης (*σαμάντι*), στις υπερκόσμιες εκστάσεις η σοφία (*πάννια*) και η αυτοσυγκέντρωση (*σαμάντι*) είναι καλά ισορροπημένες.

Δείχνουμε άλλη μια φορά την σύνοψη των συνειδήσεων:



**8 Υπερκόσμιες  
Συνειδήσεις**

*(lokuttara-cittāni)*

**1-2.** Συνείδηση της οδού / του καρπού για την  
είσοδο στο ρεύμα  
*(Sotāpatti-magga-citta)*

**3-4.** Συνείδηση της οδού / του καρπού για την  
άπαξ επιστροφή  
*(Sakadāgāmi-magga-citta)*

**5-6.** Συνείδηση της οδού / του καρπού για την  
μη επιστροφή *(Anāgāmi-magga-citta)*

**7-8.** Συνείδηση της οδού / του καρπού για την  
Αξιότητα *(Arahatta-magga-citta)*

Κοσμικές Συνειδήσεις:

81

Υπερκόσμιες Συνειδήσεις:

8

**ΣΥΝΟΛΟ:**

89



Οι οδοί και οι καρποί επιτυγχάνονται με τις υπερκόσμιες εκστάσεις. Αναλυτικά:

Η 1<sup>η</sup> οδός μπορεί να επιτευχθεί με πέντε είδη έκστασης, και γι' αυτό, αντί να μιλάμε για μία συνείδηση μιλάμε για πέντε είδη συνείδησης. Χονδρικά λέμε ότι υπάρχει μία συνείδηση της οδού, αλλά αναλυτικά λέμε ότι αυτή η οδός μπορεί να επιτευχθεί με πέντε τρόπους. Γι' αυτό έχουμε την υποδιαίρεση της μιας συνείδησης σε πέντε άλλες συνειδήσεις. Μπορεί η οδός να επιτευχθεί με την πρώτη έκσταση και τότε λέμε ότι είναι ένα είδος, αλλά μπορεί να επιτευχθεί και με κάποια άλλη έκσταση οπότε είναι συνολικά πέντε είδη συνειδήσεων που εμφανίζονται σ' αυτές τις εκστάσεις.

Κάτι ανάλογο γίνεται και με τον καρπό. Έτσι κάθε συνείδηση μπορεί να διαιρεθεί σε πέντε άλλες συνειδήσεις-εκστάσεις.

Οι οκτώ συνειδήσεις μπορεί να γίνουν σαράντα εάν τις εξετάσουμε αναλυτικά από την πλευρά των εκστάσεων. Έτσι με την υποδιαίρεση έχουμε συνολικά:

Κοσμικές Συνειδήσεις:	81	
Υπερκόσμιες Συνειδήσεις:	8	
<b>ΣΥΝΟΛΟ:</b>	<b>89</b>	
Υπερκόσμιες Συνειδήσεις:	+ 40	
<b>ΣΥΝΟΛΟ:</b>	<b>121</b>	<b>Συνειδήσεις</b>

Αυτές τις υπερκόσμιες συνειδήσεις τις βιώνει ο Εισερχόμενος στο Ρεύμα, ο Άπαξ Επιστρέφων, ο Μη Επιστρέφων, και ο Άξιος. Γι' αυτά τα τέσσερα άτομα θα μιλήσουμε σε επόμενο μάθημα, και θα δούμε τί είναι αυτό που βιώνουν σ' αυτές τις εκστάσεις και ποιές γνώσεις αποκτούν, καθώς και ποιού είδους νοητικά δεσμά αποκόπτει ο καθένας από αυτούς.

Για παράδειγμα, εάν ο Εισερχόμενος στο Ρεύμα αποκόψει τρία νοητικά δεσμά, τότε πόσες ακόμα ζωές βιώνει;

Θα επικεντρωθούμε σε επόμενο μάθημα πάνω σ' αυτά τα τέσσερα άτομα.

### **Υπερκόσμιες Εκστάσεις Γ'**

Καλησπέρα σας και καλώς ορίσατε σ' αυτό το μάθημα. Σήμερα θα εξετάσουμε την ψυχολογία των Υπερκόσμιων Συνειδήσεων και των Ατόμων που τις έχουν επιτύχει. Ποιά είναι αυτά τα Άτομα και πώς έχουν καλλιεργήσει ορισμένους νοητικούς παράγοντες και ορισμένες αντιλήψεις ώστε να πετύχουν αυτές τις υπερκόσμιες συνειδήσεις. Θα εξηγήσουμε επίσης κάποια επιπλέον πράγματα για την Οδό και τον Καρπό.

Η υπερκόσμια συνείδηση (*λοκούτταρα-τσίττα*) είναι η συνείδηση που υπερβαίνει (*ούτταρα*) την προσκόλληση στα πέντε συναθροίσματα του νου και της ύλης, που συγκροτούν τον κόσμο (*λόκα*). Οδηγεί στην απελευθέρωση από τα νοητικά δεσμά που δεσμεύουν τα όντα στον τροχό της ύπαρξης, στον κύκλο της γέννησης και του θανάτου, και συντελεί στην επίτευξη του Νιμπάνα, την παύση της ταλαιπωρίας και του πόνου στον κύκλο της *σασάρα*.



<p><b>5. Συνείδηση της οδού</b> για την μη επιστροφή (<i>anāgāmi-magga-citta</i>)</p>		
<p><b>6. Συνείδηση του καρπού</b> για την μη επιστροφή (<i>anāgāmi-phala-citta</i>)</p>		
<p><b>7. Συνείδηση της οδού</b> για την Αξιότητα (<i>arahatta-magga-citta</i>)</p>		
<p><b>8. Συνείδηση του καρπού</b> για την Αξιότητα (<i>arahatta-phala-citta</i>)</p>		

**Η σταδιακή εξάλειψη των νοητικών δεσμών**

<b>A. Ο</b>	<b>B. Ο Άπαξ</b>	<b>Γ. Ο Μη</b>	<b>Δ. Ο Άξιος</b>
Εισερχόμενος στο Ρεύμα	Επιστρέφων	Επιστρέφων	

			
υπερκόσμια οδός & καρπός	υπερκόσμια οδός & καρπός	υπερκόσμια οδός & καρπός	υπερκόσμια οδός & καρπός

Ο κάθε ένας από αυτούς επιτυγχάνει μια συνείδηση της υπερκόσμιας οδού και του υπερκόσμιου καρπού, ανάλογα με το στάδιο που έχει φτάσει.

Η «υπερκόσμια οδός» ή απλά η «οδός» (*μάγγα*), είναι μια ονομασία για την στιγμή της εισόδου σε ένα από τα 4 στάδια των υπερκόσμιων συνειδητήσεων – όπου το Νιμπάνα είναι το αντικείμενο – τα οποία στάδια προκύπτουν από την διόραση (*βιπάσσανα*) στην παροδικότητα, στην δυστυχία, και στην απροσωπία της ύπαρξης,

αναλαμβάνοντας και μεταμορφώνοντας για πάντα την ζωή και την φύση κάποιου. Η συνείδηση της οδού συμβαίνει μόνο μία φορά.

Με τον όρο «υπερκόσμιος καρπός» ή απλά «καρπός» (*πάλα*), εννοούνται εκείνες οι στιγμές της υπερκόσμιας συνείδησης που αμέσως επακολουθούν ως αποτέλεσμα της οδού, και οι οποίες μπορεί να επαναληφθούν για αμέτρητες φορές κατά την διάρκεια της ζωής. Η συνείδηση του καρπού συμβαίνει πολλαπλές φορές, δηλαδή κάθε φορά που κάποιος εισέρχεται στην ανάλογη υπερκόσμια έκσταση.

Για παράδειγμα, όταν κάποιος επιτύχει την είσοδο στο ρεύμα, η συνείδηση αυτή θα εμφανισθεί μόνο μία φορά, ενώ οι συνειδήσεις του καρπού μπορούν να βιωθούν επανειλημμένα.

### Συνείδηση του Καρπού (*Phala-citta*)

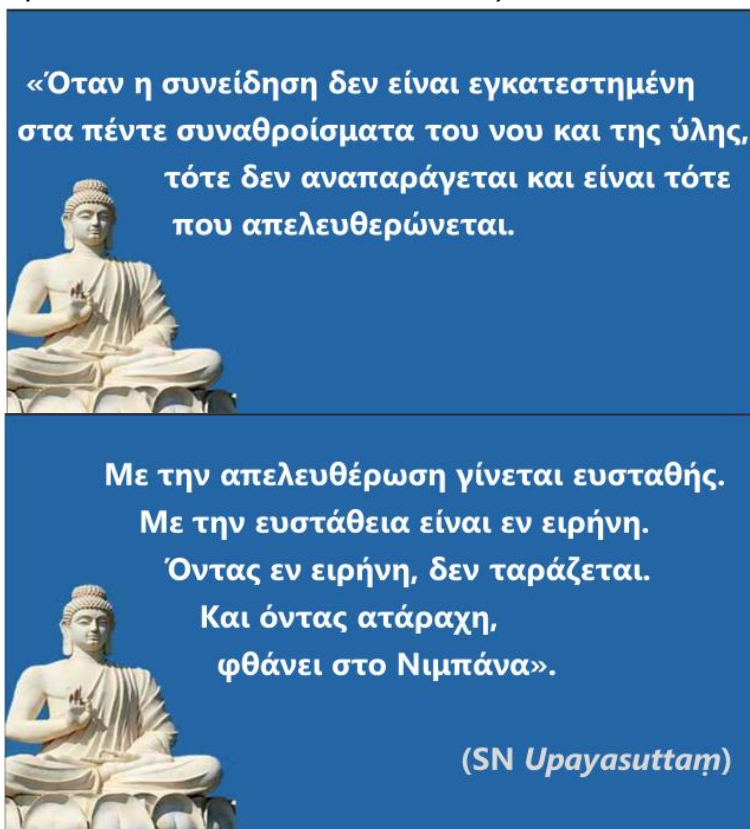


Εν ολίγοις, έχουμε 8 συνειδήσεις, αλλά επειδή μπορούν να επιτευχθούν με διαφορετικούς τρόπους γίνονται 40. Για παράδειγμα, ένα άτομο μπορεί να επιτύχει την οδό με την πρώτη έκσταση, ενώ κάποιο άλλο άτομο μπορεί να επιτύχει την οδό με την δεύτερη έκσταση που είναι διαφορετική συνείδηση. Ένα τρίτο άτομο μπορεί να πετύχει την οδό με την τρίτη έκσταση, κλπ. Έτσι, παρ' όλο που η οδός του κάθε στάδιου είναι μία, μπορεί να την προσεγγίσει κάποιος με διαφορετικό τρόπο, ανάλογα με την έκσταση που επιτυγχάνει.



Η συνείδηση της οδού (*μάγγα-τσιττα*) έχει την λειτουργία της (εφ' άπαξ) εξάλλειψης ή μόνιμης εξασθένησης των νοητικών μολύνσεων που ονομάζονται νοητικά δεσμά (σανγιοτζάνα).

Η συνείδηση του καρπού (*πάλα-τσιττα*) έχει την λειτουργία να βιώνει (επανελλημένα) τον βαθμό της απελευθέρωσης που κατέστη δυνατή από την αντίστοιχη οδό, μετά την εξάλλειψη των νοητικών δεσμών. Γι' αυτό λέει ο Βούδδας:



Αυτή η απελευθέρωση αρχίζει με την μέθοδο και την πρακτική της Ευγενούς Οκταμελούς Οδού (*αρίγια ατταντζίκα μάγγα*).

Όταν μιλάμε για Οδό, πρέπει να προσδιορίσουμε τον όρο. Τι είναι, πώς επιτυγχάνεται, και γιατί λέγεται υπερκόσμια οδός όταν κάποιος έχει φτάσει στην αποκορύφωση της πρακτικής εξάσκησης αυτής της οδού.

Η λέξη που χρησιμοποιείται για την οδό είναι *μάγγα*. Στις Ομιλίες του Βούδδα που περιλαμβάνονται στα κείμενα της Πάλι, ο όρος *μάγγα* μπορεί να χρησιμοποιηθεί σαν ένας δρόμος από το ένα χωριό στο άλλο. Ή μπορεί να είναι και μια λεωφόρος. Για παράδειγμα, όταν ο Βούδδας ταξίδευε σε διάφορα μέρη στην Ινδία γύρω από τις πεδιάδες του ποταμού Γάγγη, περιγράφεται ότι ταξίδευε πάνω στις *μάγγα* από την μια πόλη στην άλλη.

**Magga = Οδός**  
**εθνική οδός, λεωφόρος**



**Οδός = Μέθοδος**  
ο τρόπος να φτάσει  
κάποιος σε έναν στόχο

**Magga = ñāya, urāya**

**Μεθοδολογία**

**Magga = rāṭipadā**

**Πρακτική**

**ratha**

**ατραπός,  
μονοπάτι**



**Αγγλικά: rath**

Η λέξη *πατιπάντα* χρησιμοποιείται πάρα πολύ από τον Βούδδα για θέματα πρακτικής εξάσκησης, ενώ η λέξη *πάτα* δηλ. ατραπός ή μονοπάτι χρησιμοποιείται σπάνια ή σχεδόν καθόλου από τον Βούδδα για θέματα πρακτικής εξάσκησης. Γι' αυτόν τον λόγο μεταφράζουμε την λέξη *μάγγα* σαν Οδό ή μέθοδο. Μία οδό που την εβάδισαν εκατοντάδες χιλιάδες μαθητές του Βούδδα.


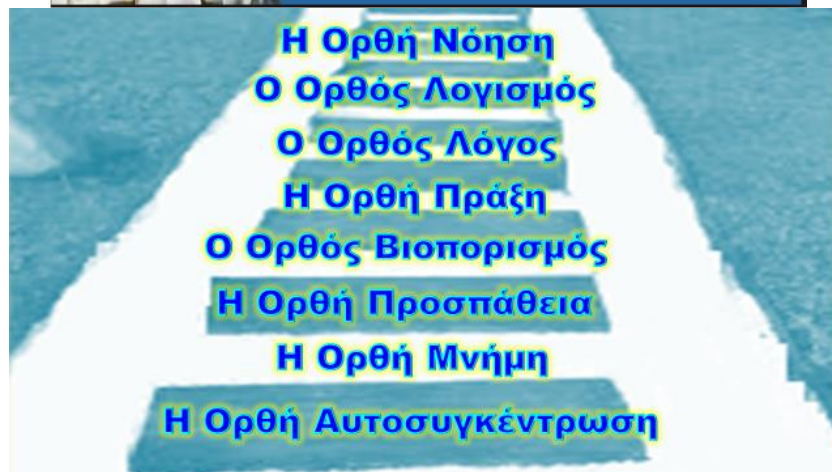
**Magga = Οδός**



Γι' αυτό λέει ο Βούδδας:

«Και ποιά είναι η ευγενής αλήθεια της **πρακτικής (rāṭīradā)** που οδηγεί στην παύση του υπαρξιακού πόνου;

Είναι αυτή της Ευγενούς Οκταμελούς **Οδού (magga)**, δηλαδή:

Εδώ υπάρχουν νοητικοί παράγοντες που πρέπει να τους αναπτύξει κανείς πνευματικά. Επομένως μιλάμε για μια πνευματική οδό η οποία επιτυγχάνεται μέσω του διαλογισμού, κατά τον οποίον ο διαλογιστής πρέπει να αναπτύξει αυτούς τους καλούς νοητικούς παράγοντες.



Από την πλευρά της Βουδδιστικής ψυχολογίας, όλοι αυτοί είναι νοητικοί παράγοντες που τους είχαμε εξετάσει στα προηγούμενα μαθήματα δίνοντας και τον κατάλογο αυτών.

Εξετάζοντας τους νοητικούς παράγοντες που υπάρχουν στην Ευγενή Οδό, βλέπουμε ότι ανταποκρίνονται σε κάποιους από τους καλούς νοητικούς παράγοντες:

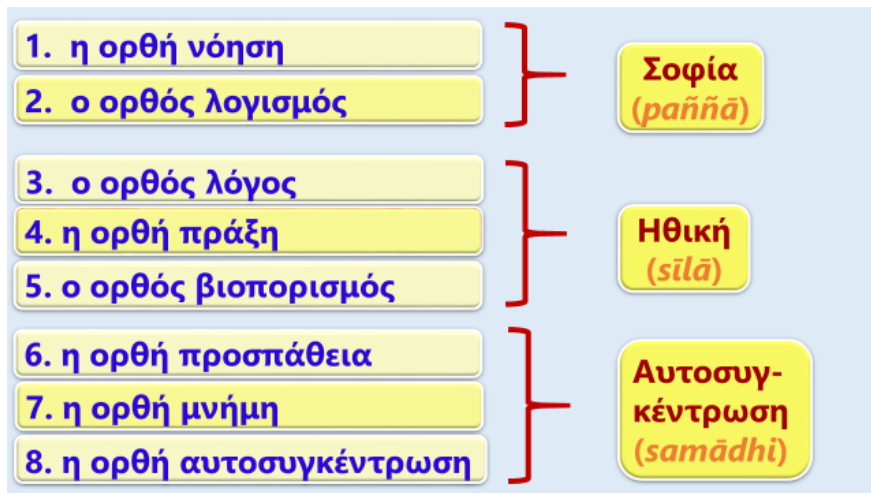
13 Ηθικά Μεταβλητοί Νοητικοί Παράγοντες		14 Φαύλοι Νοητικοί Παράγοντες	
1. νοητική επαφή	8. λογισμός	1. αυταπάτη	8. μίσος
2. αίσθημα	9. συλλογισμός	2. αδιαντροπία	9. ζήλια
3. αντίληψη	10. αποφασιστικότητα	3. μη ηθικός φόβος	10. τσιγκουνιά
4. πρόθεση	ορθή προσπάθεια	4. ανησυχία	11. τύψη
ορθή αυτοσυγκέντρωση	χαρά (αγαλίαση)	5. απληστία	12. νωθρότητα
6. νοητική ζωτικότητα	13. αρέσκεια	6. λανθασμένη άποψη	13. υπηλία
7. προσοχή		7. αλαζονεία	14. αμφιβολία
25 Καλοί Νοητικοί Παράγοντες			
1. πίστη στην καλοσύνη	8. ηρεμία του σώματος	18. ευθύτητα του σώματος	
2. μνήμη	9. ηρεμία του νου	19. ευθύτητα του νου	
3. ηθική ντροπή	10. ελαφρότητα του σώματος	20. ορθός λόγος	
4. ηθικός φόβος	11. ελαφρότητα του νου	21. ορθή πράξη	
5. μη απληστία	12. ευκαμψία του σώματος	22. ορθός βιοπορισμός	
6. μη μίσος	13. ευκαμψία του νου	23. συμπόνια	ορθός
7. αμεροληψία	14. ευστροφία του σώματος	24. συμπαθητική χαρά	λογισμός
	15. ευστροφία του νου	25. σοφία	ορθή νόηση
	16. δυναμικότητα του σώματος		
	17. δυναμικότητα του νου		

Π.χ. η σοφία είναι η ορθή νόηση, ο ορθός λογισμός είναι η μη απληστία, το μη μίσος, η συμπόνια και η συμπαθητική χαρά, η ορθή προσπάθεια είναι η ενεργητικότητα, η ορθή αυτοσυγκέντρωση είναι η ενότητα του νου.

Παρ' όλο που η ενεργητικότητα και η ενότητα του νου υπάγονται στην κατηγορία των μεταβλητών παραγόντων, ονομάζονται ορθοί, διότι τελούν υπό την επίδραση των εικοσιπέντε καλών. Έχουμε λοιπόν έξι παράγοντες από την κατηγορία των 25 καλών, και δύο από την κατηγορία των 13 μεταβλητών.

Αυτό που επιτυγχάνεται με αυτή την μέθοδο είναι ότι κάποιος πρακτικοποιεί, αυξάνει και καλλιεργεί αυτούς τους νοητικούς παράγοντες, οι οποίοι τελικά γίνονται μία οδός που συντελεί στην επίτευξη αυτών των υπερκόσμιων συνειδήσεων.

Από την άποψη της πρακτικής εξάσκησης, τα οκτώ μέλη της Ευγενούς Οδού διαιρούνται σε τρεις κατηγορίες:



Έτσι έχουμε την σοφία, την ηθική και την αυτοσυγκέντρωση, που συντελούν στην απελευθέρωση από τα νοητικά δεσμά και τον υπαρξιακό πόνο.



Αυτές οι τρεις κατηγορίες αντιπροσωπεύουν τρία στάδια εξάσκησης:

- A** την εξάσκηση στην Ανώτερη Σοφία (*adhi-paññā-sikkhā*),
- B** την εξάσκηση στην Ανώτερη Ηθική Διαγωγή (*adhi-sīlā-sikkhā*), και
- Γ** την εξάσκηση στην Ανώτερη Συνείδηση μέσω της αυτοσυγκέντρωσης (*adhi-citta-sikkhā*).

Θα αναλύσουμε πρώτα απ' όλα την κατηγορία της Σοφίας.

## Η ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ ΤΗΣ ΣΟΦΙΑΣ

Η σειρά των τριών εξασκήσεων καθορίζεται από τον ολικό σκοπό και την κατεύθυνση της Οκταμελούς Οδού.

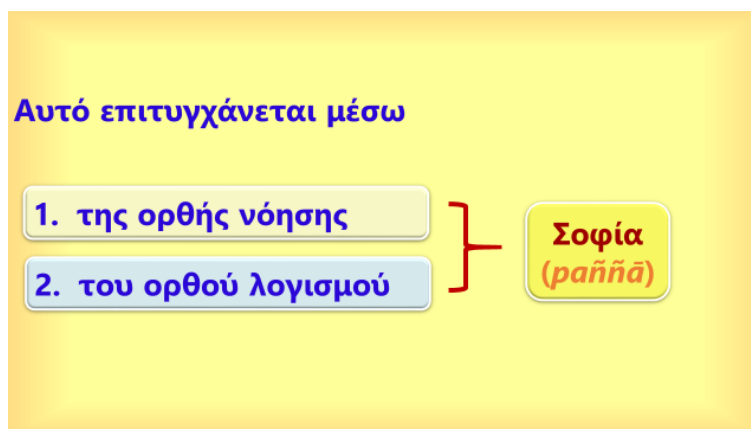


Δεδομένου ότι ο τελικός σκοπός στον οποίον οδηγεί η Οδός, δηλ. η απελευθέρωση από τον υπαρξιακό πόνο και την ταλαιπωρία, εξαρτάται τελικά από την εξάλειψη της άγνοιας, η αποκορύφωση της Οδού πρέπει να είναι η εξάσκηση που αντιτίθεται κατ' ευθείαν στην άγνοια των υπαρξιακών αληθειών.

Αυτή είναι η εξάσκηση στην σοφία, που έχει σχεδιαστεί για να αφυπνίσει την ικανότητα της διεισδυτικής κατανόησης προκειμένου να βλέπει τα πράγματα «όπως πραγματικά είναι» και όχι όπως εμείς φανταζόμαστε ότι είναι.

Η σοφία αναπτύσσεται βαθμιαία και βοηθάει στην διόρθωση του διαστρεβλωμένου έργου της άγνοιας.

Μας επιτρέπει να κατανοήσουμε τα υπαρξιακά φαινόμενα όπως είναι στην πραγματικότητα, άμεσα και αμέσως, απαλλαγμένα από το παραπέτασμα των ιδεών, των απόψεων, των εικασιών και των υποθέσεων που δημιουργεί συνήθως ο νους μας.



## Η ΟΡΘΗ ΝΟΗΣΗ

Η ορθή νόηση ετυμολογικά:

ορθή νόηση = *sammā ditṭhi*

*ditṭhi* προέρχεται από το ρήμα *dassati* που σημαίνει  
«ορώ», «θεωρώ», «θεώμαι», βλέπω», «κοιτάζω»,  
«δέρκομαι» «ιδέω, είδῶ», «νοώ»  
«έχω άποψη»

Αγγλικά: *view*

Συνώνυμο του *ditṭhi* είναι το *dassana*  
που σημαίνει

«όραση», «θεώρηση», «θέαση», «θέα».

Στα σανσκριτικά το *dassana* είναι *darśana*  
που σημαίνει μερικές φορές «φιλοσοφία»,  
δηλ. όραση, θεώρηση, θέαση για το νόημα της  
ζωής, του κόσμου και της θέσης του ανθρώπου  
σε αυτόν.

Έτσι, *sammā dassana* μπορεί να  
σημαίνει «ορθή φιλοσοφία».

Εδώ όμως έχουμε μεταφράσει το *sammā ditṭhi*  
ως «ορθή νόηση» επειδή σχετίζεται με την  
«γνώση» (*ñāṇa*).

Όπως λέει ο Βούδδας:

«Και τι είναι η ορθή νόηση (*sammā ditṭhi*);

Είναι

• η γνώση (*ñāṇa*) του υπαρξιακού πόνου, ...»

Την λέξη γνώση την συναντήσαμε πολλές φορές στα προηγούμενα μαθήματα και ιδιαίτερα στα κεφάλαια περί καλών και φαύλων συνειδήσεων. Να θυμηθούμε εδώ δύο παραδείγματα:

### 8 Καλές Συνειδήσεις της Ηδονικής Σφαίρας

#### 1 Μία συνείδηση, συνοδευόμενη από

- αίσθημα ευαρέσκειας (*somanassa*),
- σχετιζόμενη με γνώση (*ñāṇa*), και
- αυθόρμητη (χωρίς προτροπή – *asañkhārika*).

Εδώ η λέξη γνώση αναφέρεται στον νοητικό παράγοντα της σοφίας (*πάννια-τσετασίκα*), η οποία αντιπροσωπεύει επίσης την ρίζα της «μη αυταπάτης» (*αμόχα*).

Στην Ευγενή Οκταμελή Οδό, η σοφία αντιπροσωπεύει την ορθή νόηση (*σάμμα ντίττι*) και τον ορθό λογισμό (*σάμμα σανκάππα*). Η ορθή νόηση είναι το αντίθετο της λανθασμένης νόησης (*μίτσα ντίττι*) που σχετίζεται με φαύλες συνειδήσεις.

#### Καλή Συνείδηση Ριζωμένη στην Μη Απληστία

- Με αίσθημα ευαρέσκειας και
- έχοντας γνώση και ορθή νόηση ότι αυτή είναι μία καλή πράξη,
- κάποιος κάνει μία γενναιόδωρη πράξη αυθόρμητα.



Εδώ η ορθή νόηση έχει να κάνει με την αντίληψη του υπαρξιακού πόνου, εγείροντας σε κάποιον την πρόθεση να βοηθήσει. Ακριβώς το αντίθετο συμβαίνει με την λανθασμένη νόηση.

#### Φαύλη Συνείδηση Ριζωμένη στην Απληστία

- Με αίσθημα ευαρέσκειας,
- διατηρώντας την λανθασμένη νόηση ότι δεν υπάρχει κακό στην κλοπή
- κάποιος αυθόρμητα κλέβει λεφτά από την τσάντα ενός άλλου.





Εδώ η λανθασμένη νόηση έχει να κάνει με την έλλειψη αντίληψης του υπαρξιακού πόνου, κάνοντας κάποιον να μην υπολογίζει τον πόνο και την ταλαιπωρία του άλλου ατόμου που θα υποφέρει από αυτή την πράξη.

Η ορθή νόηση είναι υψίστης σημασίας, επειδή εξ' αιτίας της προκύπτουν πολλές καλές, ενάρετες, επωφελείς και ευεργετικές συνειδήσεις και καταστάσεις, ενώ κατά την απουσία της αυτές οι καταστάσεις δεν προκύπτουν.

Η εξάσκηση στην Ευγενή Οκταμελή Οδό αρχίζει με την ορθή νόηση ως το πρώτο μέλος της.

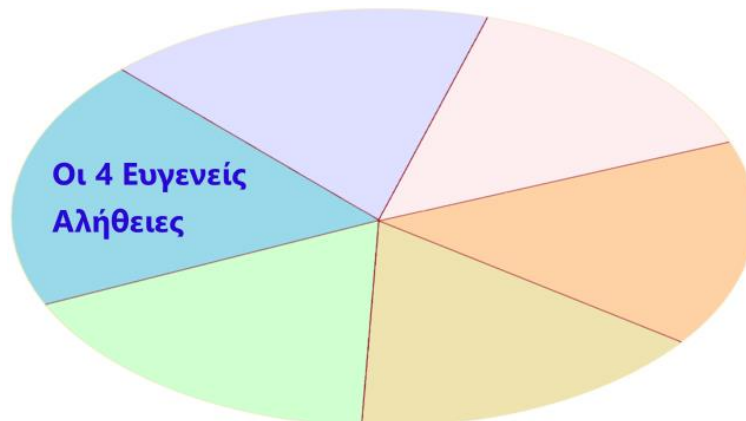
Είναι, όπως λέει ο Βούδδας, ο πρόδρομος (πουμπάνγκαμα) όλων των άλλων μελών της Οδού. Ως εκ τούτου, προτού να αρχίσει κάποιος να βαδίζει σ' αυτήν την οδό, πρέπει να έχει κάποιον βαθμό ορθής νόησης. Μόνο όταν γνωρίζει σαφώς αυτό που αναζητά, θα μπορέσει να το επιτύχει.



Η ορθή νόηση έχει πολλές όψεις. Συνήθως περιλαμβάνει την κατανόηση της ακόλουθης πραγματικότητας:




Θα μιλήσουμε πρώτα για τις 4 Ευγενείς Αλήθειες:



«Και τι είναι η ορθή νόηση;  
Είναι

- η γνώση (*ñāṇa*) του υπαρξιακού πόνου,
- η γνώση της προέλευσης του πόνου,
- η γνώση της κατάπαυσης του πόνου,
- και η γνώση της πρακτικής που οδηγεί στην κατάπαυση του πόνου».



Αυτές οι υπαρξιακές αλήθειες είναι συμπαντικές, και με αυτές συνδέεται η ορθή νόηση. Πρέπει κάποιος να έχει τουλάχιστον μια ορθή νόηση, μια ορθή φιλοσοφία, για το τι είναι η ζωή. Αυτές οι έννοιες όπως φιλοσοφία, νόηση, θεώρηση, θέαση, για το πώς είναι ο κόσμος, είναι αυτό που λέμε ορθή νόηση.



Αυτή η γνώση είναι βασικά η γνώση των Τεσσάρων Ευγενών Αληθειών.

Η ορθή νόηση επομένως, αναφέρεται κυριολεκτικά στην σωστή κατανόηση και γνώση του εαυτού μας, διότι όπως λέει ο Βούδδας:

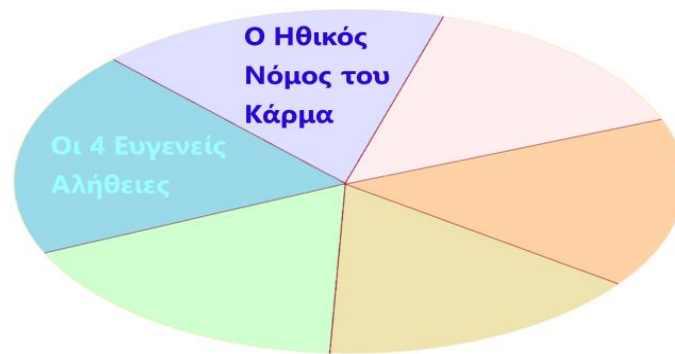
«Σε αυτό το σώμα με την αντίληψη και την συνείδησή του δηλώνω

- τον κόσμο του πόνου,
- την προέλευση,
- την κατάπαυση, και
- την πρακτική που οδηγεί στην κατάπαυσή του».

(SN Rohitassasuttam)



Άλλη όψη της ορθής νόησης είναι ο Ηθικός Νόμος του Κάρμα.

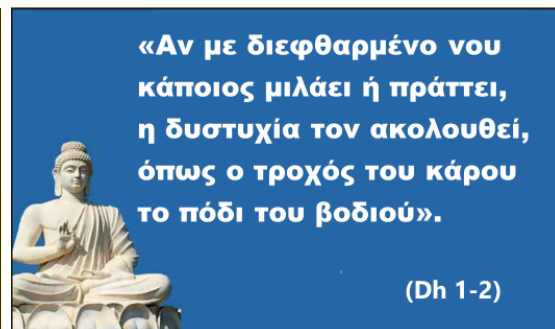
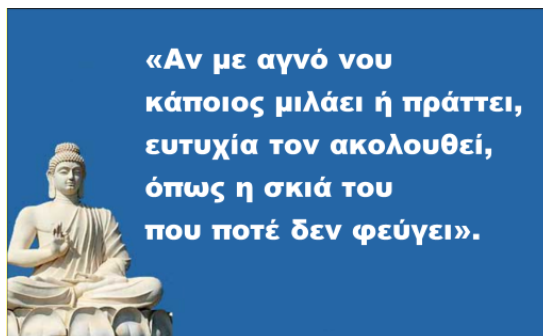


Ορθή νόηση είναι επίσης η γνώση του φυσικού νόμου του Κάρμα, δηλαδή της ηθικής δράσης και αντίδρασης, της αιτίας και του αποτελέσματος των εκούσιων πράξεών μας, που αντιστοιχεί στην ρήση:

**«Ό,τι σπόρο σπέρνει κάποιος,  
Τέτοιον καρπό θερίζει.  
Ο πράττων το καλό, θερίζει το καλό  
Και ο πράττων το κακό, το κακό.  
Σπείρατε τον σπόρο,  
Θα βιώσετε τον καρπό του».**

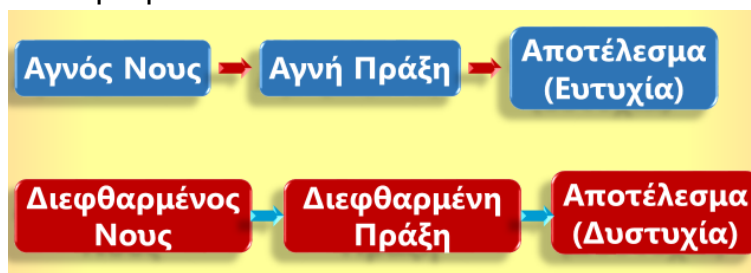
*(SN Samuddakasuttam)*

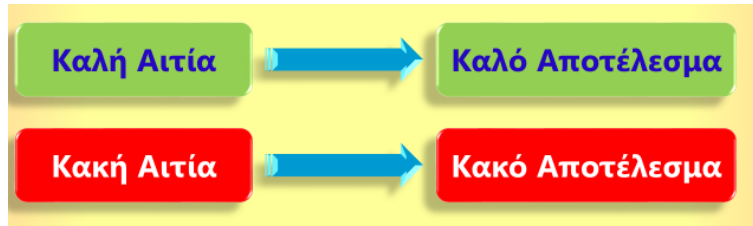
Λέει ο Βούδδας:



Δηλαδή, εάν προβάλλει κάποιος κάτι θετικό, θα πάρει πίσω, αργά ή γρήγορα, κάτι θετικό.

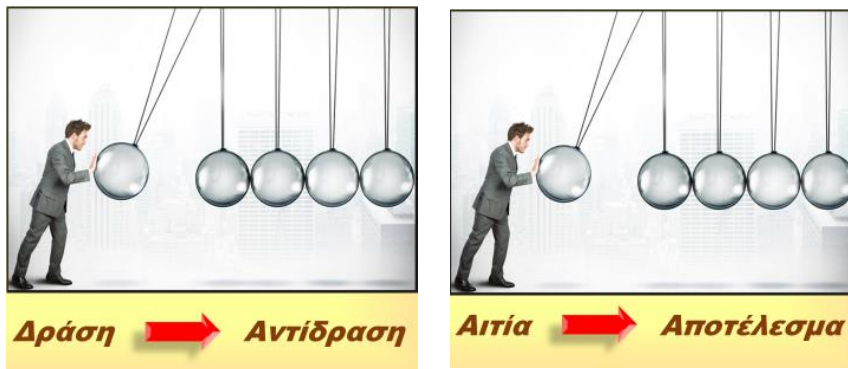
Αντιθέτως, εάν προβάλλει κάτι αρνητικό, θα πάρει πίσω, αργά ή γρήγορα, κάτι αρνητικό.



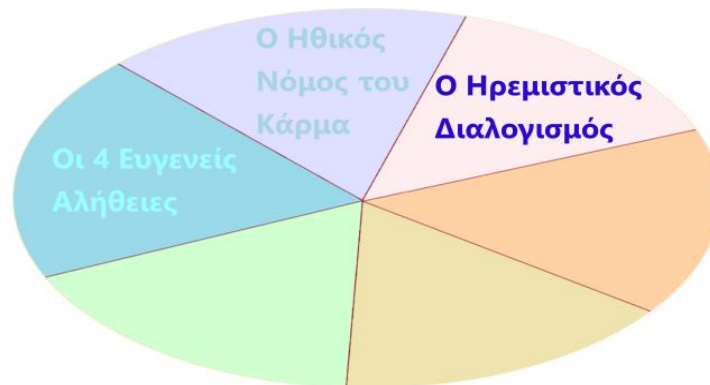


Αυτός ονομάζεται ο φυσικός νόμος του Κάρμα, δηλ. ο φυσικός νόμος της αιτίας και του αποτελέσματος, της δράσης και της αντίδρασης των πράξεών μας.

Ονομάζεται επίσης και ο νόμος της ηθικής αιτιότητας.



Άλλη όψη της ορθής νόησης είναι ο Ηρεμιστικός Διαλογισμός.

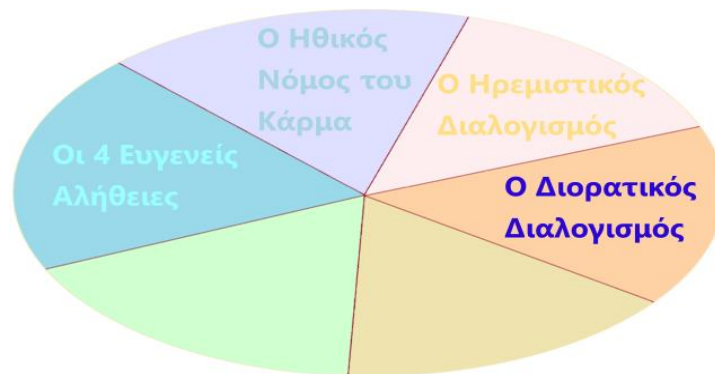


Ορθή νόηση είναι ακόμα και η σωστή γνώση αναφορικά με τον ηρεμιστικό διαλογισμό.

Για τον ηρεμιστικό διαλογισμό, είναι η σωστή γνώση για την αυτοσυγκέντρωση και τις εκστάσεις (*τζάνας*), το πώς αυτές επιτυγχάνονται και το πώς μπορεί κανείς να διακρίνει την διαφορά μεταξύ μιας έκστασης και της άλλης.

Αυτή η γνώση εξαλείφει επίσης την λανθασμένη νόηση ότι οι εκστάσεις είναι η τελική απελευθέρωση, ή το Νιμπάνα.

Άλλη όψη της ορθής νόησης είναι ο Διορατικός Διαλογισμός.



Για τον διορατικό διαλογισμό, είναι η σωστή γνώση για τα τρία χαρακτηριστικά της ύπαρξης:

### 1. Η Παροδικότητα (Anicca)

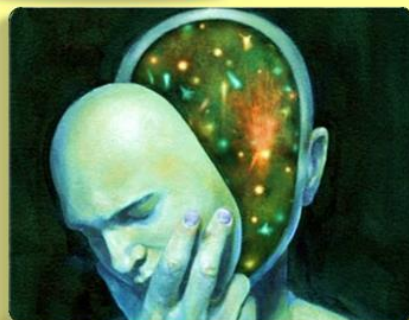
Η αστάθεια και η μεταβολή επικρατούν σε όλα τα νοητικά και υλικά φαινόμενα που όλα έχουν τη φύση να εγείρονται και να παρακμάζουν.

*Συνεχής έγερση και παρακμή*

### 2. Ο Πόνος (Dukkha)

Η καταπιεστική φύση όλων των νοητικών και υλικών φαινομένων, που καταβάλλονται συνεχώς από την έγερση και την παρακμή και γίνονται έτσι η βάση του πόνου, της ταλαιπωρίας και της οδύνης μέσα στον ασταθή κόσμο.

### 3. Ο μη-εαυτός (Anattā)

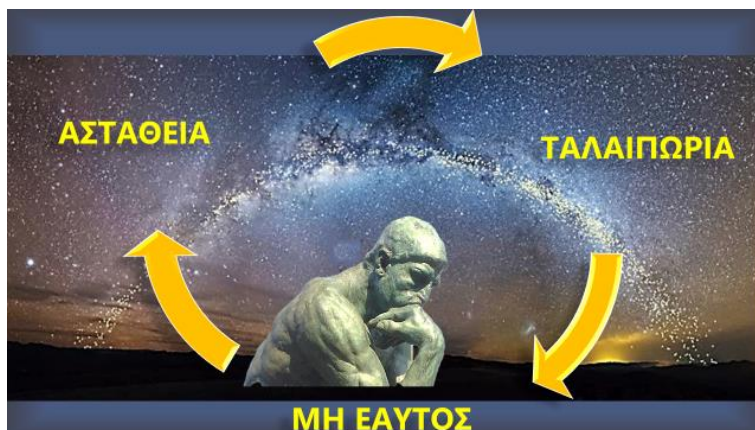


Η έννοια του μη-εαυτού, της μη-ψυχής, της μη-εγωικότητας, επισημαίνει το γεγονός ότι σε τελική ανάλυση δεν υπάρχει τίποτε αιώνιο ή αμετάβλητο στην παροδική ανθρώπινη φύση που μπορεί κάποιος να αποκαλέσει «εαυτό», «ψυχή», ή «εγώ», ώστε να αγκυροβολήσει μια σταθερή αίσθηση του «εγώ».

Οι συνεχώς μεταβαλλόμενες διαδικασίες όλων των νοητικών και υλικών φαινομένων, εγείρονται και παρακμάζουν διαρκώς σύμφωνα με αιτίες και συνθήκες (*χέτου-πάτσαγια*), που και οι ίδιες διαρκώς μεταβάλλονται.

Έτσι, στην υπέρτατη πραγματικότητα, ούτε μέσα αλλά και ούτε έξω από τα νοητικά και υλικά φαινόμενα μπορεί να βρεθεί κάτι που θα μπορούσε να θεωρηθεί ως μια αυτοδύναμη, ανεξάρτητη, ξεχωριστή εγωικότητα, ψυχή ή οποιαδήποτε άλλη ουσία που είναι: αμετάβλητη, αμετάτρεπτη, μόνιμη, συνεχής, διαρκής, σταθερή, ακίνητη, αέναη, αιώνια, αθάνατη και αδιάσπαστη, άφθαρτη.

Τοιουτοτρόπως, ο διορατικός διαλογισμός οδηγεί στην ανεπτυγμένη νοημοσύνη των τριών κεντρικών και παγκόσμιων χαρακτηριστικών της ύπαρξης που αποτελούν την πραγματικότητά μας:



Βασικά, δεν είναι η αστάθεια που μας κάνει να υποφέρουμε. Αυτό που μας κάνει να υποφέρουμε είναι ότι θέλουμε και επιθυμούμε τα πράγματα να είναι σταθερά και μόνιμα όταν στην πραγματικότητα δεν είναι.

Αυτή η κατανόηση των τριών υπαρξιακών χαρακτηριστικών – της παροδικότητας, του πόνου και του μη-εαυτού – συντελεί στο να παραμένει κανείς ανεξάρτητος (*ανίσσιτο*) και να μην προσκολλάται σε τίποτα στον κόσμο (*να τσα κίντσι λόκε ουπαντιγιάτι*).

Αυτό συντελεί στην εξαγνιση (*βισούντι*) του νου από τα πάθη, κλπ. που φέρνουν ταλαιπωρία και οδύνη με το να προσκολλάται κανείς σε ασταθή φαινόμενα·

και επομένως συντελεί στην υπερνίκηση της λύπης και του θρήνου, στην εξαφάνιση του πόνου και της θλίψης, στην επίτευξη της πραγματικής μεθόδου και στην πραγμάτωση του Νιμπάνα:

Δηλαδή, της απόλυτης μακαριότητας και ευδαιμονίας (*πάραμα-σούκα*), μιας ιδεώδους κατάστασης ισορροπίας που υπερβαίνει τον επώδυνο κύκλο της επαναγέννησης και του θανάτου.

Άλλη όψη της ορθής νόησης είναι σχετικά με το Νιμπάνα.



Αυτή είναι η ορθή νόηση ότι το Νιμπάνα είναι η κατάπαυση των νοητικών μολύνσεων, όπως:

η επιθυμία (*τάνχα*) στα πέντε συναθροίσματα του νου και της ύλης, η προσκόλληση (*ουπαντάνα*), το πάθος (*ράγκα*), η αποστροφή (*ντόσα*), η αυταπάτη (*μόχα*), κλπ., προς αυτά που προκαλούν πόνο και επαναγέννηση.

Το Νιμπάνα είναι η κατάσβεση των τριών φωτιών της απληστίας, του μίσους, και της αυταπάτης, και γενικά όλων των φαύλων νοητικών παραγόντων.

13 Ηθικά Μεταβλητοί Νοητικοί Παράγοντες		Κατάσβεση ( <i>Nibbāna / Nirvāna</i> )	
1. νοητική επαφή	8. λογισμός		Κατάπαυση ( <i>Nirodha</i> )
2. αίσθημα	9. συλλογισμός		
3. αντίληψη	10. αποφασιστικότητα		
4. πρόθεση	11. ενεργητικότητα		
5. ενότητα του νου	12. χαρά (αγαλίαση)		
6. νοητική ζωτικότητα	13. αρέσκεια		
7. προσοχή			
25 Καλοί Νοητικοί Παράγοντες			
1. πίστη στην καλοσύνη	8. ηρεμία του σώματος	18. ευθύτητα του σώματος	
2. μνήμη	9. ηρεμία του νου	19. ευθύτητα του νου	
3. ηθική ντροπή	10. ελαφρότητα του σώματος	20. ορθός λόγος	
4. ηθικός φόβος	11. ελαφρότητα του νου	21. ορθή πράξη	
5. μη απληστία	12. ευκαμψία του σώματος	22. ορθός βιοπορισμός	
6. μη μίσος	13. ευκαμψία του νου	23. συμπόνια	
7. αμεροληψία	14. ευστροφία του σώματος	24. συμπαθητική χαρά	
	15. ευστροφία του νου	25. σοφία	
	16. δυναμικότητα του σώματος		
	17. δυναμικότητα του νου		

Οι υπόλοιποι νοητικοί παράγοντες που έχουν παραμείνει εδώ σ' αυτόν τον πίνακα, είναι αυτοί που βοηθούν για να επιτύχει κάποιος το στάδιο των υπερκόσμιων συνειδησεων υπερβαίνοντας τις φαύλες συνειδήσεις και τους φαύλους νοητικούς παράγοντες

Τέλος, άλλη μία όψη της ορθής νόησης είναι οι Υπερκόσμιοι Οδοί και Καρποί.



Αυτή είναι η ορθή νόηση ότι το Νιμπάνα μπορεί να επιτευχθεί σε τέσσερα στάδια με την συνείδηση των υπερκόσμιων οδών και καρπών, δηλαδή:

**1 Συνείδηση της οδού και του καρπού για την είσοδο στο ρεύμα**  
(*Sotāpatti-magga-phala-citta*)

**2 Συνείδηση της οδού και του καρπού για την άπαξ επιστροφή**  
(*Sakadāgāmi-magga-phala-citta*)

**3 Συνείδηση της οδού και του καρπού για την μη επιστροφή**  
(*Anāgāmi-magga-phala-citta*)

**4 Συνείδηση της οδού και του καρπού για την Αξιότητα**  
(*Arahatta-magga-phala-citta*)

Επίσης, η ορθή νόηση είναι απαραίτητη ώστε να κατανοήσει κάποιος για το πώς αυτά τα στάδια επιτυγχάνονται και για το πώς διακρίνεται η διαφορά μεταξύ ενός σταδίου και του άλλου.





Επομένως, η ορθή νόηση είναι ο σωστός τρόπος για να βλέπει κανείς την ζωή, την φύση, και τον κόσμο, όπως πραγματικά είναι και όχι όπως φαίνεται να είναι.

Είναι η κατανόηση και η γνώση του πώς λειτουργεί η πραγματικότητά μας. Αυτή βασίζεται σε άμεση και εμπειρική παρατήρηση και γνώση μάλλον, και όχι σε παράλογη πίστη.

Ο σκοπός της ορθής νόησης είναι να καθαρίσει κανείς την πνευματική του πορεία από την σύγχυση, την παρανόηση, την παραπλάνηση και την αυταπάτη. Είναι ένας τρόπος απόκτησης μιας σωστής κατανόησης της υπαρξιακής μας πραγματικότητας.

Ωστόσο, η ορθή νόηση πρέπει να διατηρείται με ευέλικτο, ανοιχτό νου, χωρίς να προσκολλάται κανείς σε αυτήν σαν δογματική θέση. Με αυτόν τον τρόπο, η ορθή νόηση γίνεται μάλλον μια Οδός απελευθέρωσης, παρά ένα εμπόδιο.

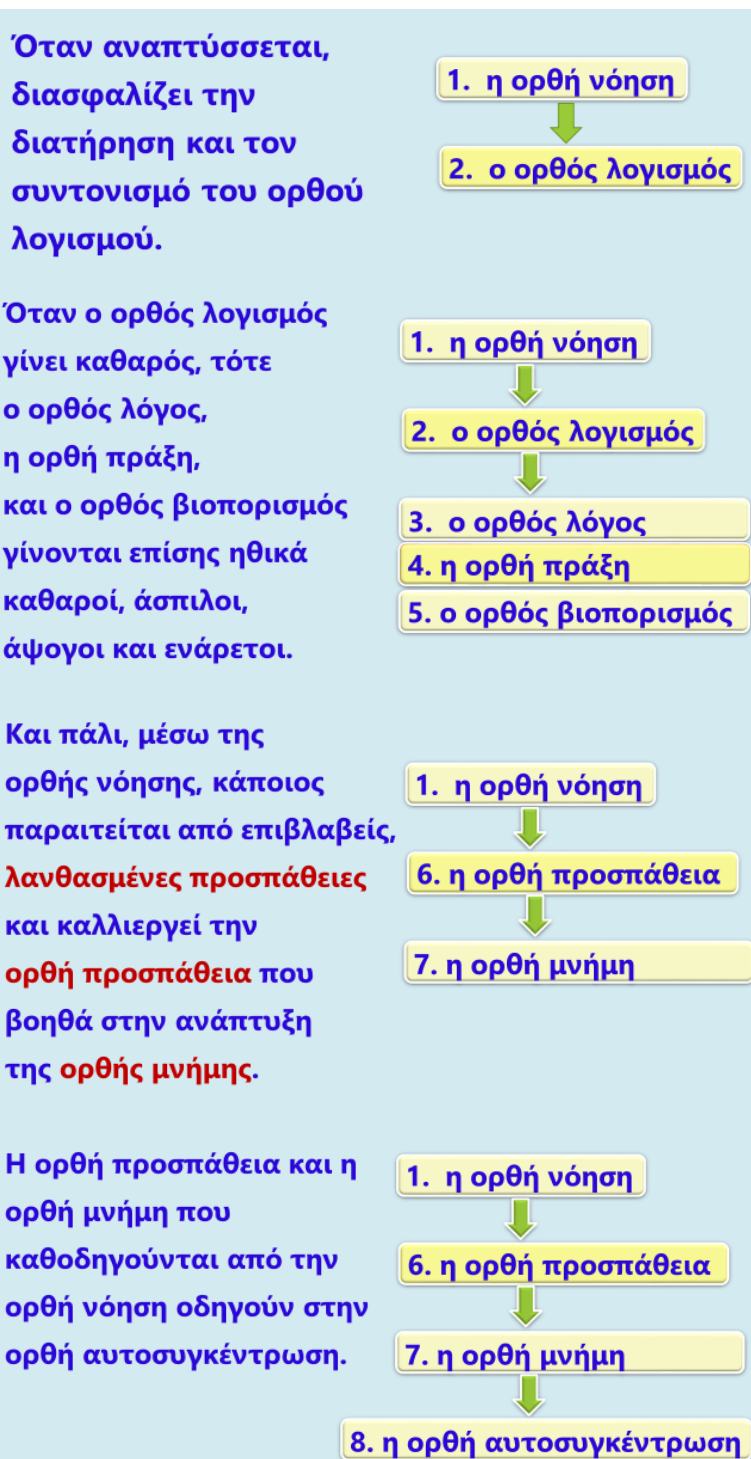
Ως τέτοια, ενεργεί σαν κίνητρο με το οποίο κάποιος αρχίζει να εξασκεί την Ευγενή Οκταμελή Οδό. Εξηγεί τους λόγους της ανθρώπινης ύπαρξης μας, της ταλαιπωρίας, της ασθένειας, της γήρανσης και του θανάτου, της ύπαρξης της απληστίας, του μίσους και της αυταπάτης.

Ο Βούδδας ευκρινώς συνοψίζει αυτό το θέμα όταν λέει, ότι για έναν που έχει λανθασμένη νόηση, οι πράξεις, τα λόγια, τα σχέδια και οι σκοποί του που βασίζονται σε αυτή την νόηση, θα τον οδηγήσουν στον πόνο, στην ταλαιπωρία και στην δυστυχία· ενώ για έναν που έχει ορθή νόηση, οι πράξεις, τα λόγια, τα σχέδια και οι σκοποί του που βασίζονται σε αυτή την νόηση, θα τον οδηγήσουν στην ευτυχία.

**(AN i, *Ekadhammapāḷi*, 1:16.2)**

## Η ΣΥΝΔΕΣΗ ΤΗΣ ΟΡΘΗΣ ΝΟΗΣΗΣ ΜΕ ΤΑ ΑΛΛΑ ΜΕΛΗ

Η ορθή νόηση δίνει κατεύθυνση και αποτελεσματικότητα στα άλλα επτά μέλη της Ευγενούς Οκταμελούς Οδού.



Έτσι, η ορθή νόηση, η οποία είναι η αφετηρία της Ευγενούς Οκταμελούς Οδού, προκαλεί τα άλλα μέλη να κινηθούν σε κατάλληλη σχέση με έναν συντονιστικό τρόπο.

Επίσης,

⊙ με το να κατανοεί κάποιος την **λανθασμένη νόηση** ως λανθασμένη και την ορθή νόηση ως ορθή, εξασκεί την **«ορθή νόηση»** (1).

⊙ Με το να προσπαθεί να εγκαταλείψει την **λανθασμένη νόηση** και να αναπτύξει την ορθή νόηση, εφαρμόζει την **«ορθή προσπάθεια»** (6).

⊙ Με το να εγκαταλείπει την **λανθασμένη νόηση** με καθαρή μνήμη και να αναπτύσσει την ορθή νόηση με καθαρή μνήμη, εφαρμόζει την **«ορθή μνήμη»** (7).

Συνεπώς, αυτά τα τρία μέλη συνοδεύουν και ακολουθούν την ορθή νόηση, δηλαδή:

1. η ορθή νόηση



6. η ορθή προσπάθεια



7. η ορθή μνήμη

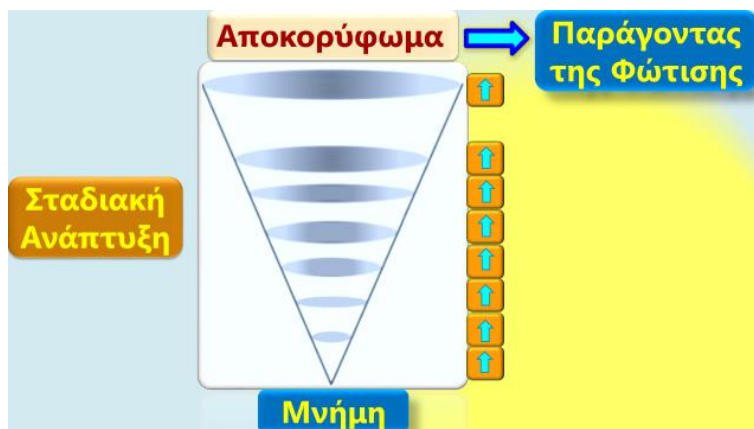
(MN 117, *Mahācattārisaka Sutta*)

Συνοψίζοντας, κάποιος που ακολουθεί αυτή την μέθοδο είναι απαραίτητο να αναπτύξει αυτά τα οκτώ μέλη της Οδού.



Όταν λοιπόν μιλάμε για τις υπερκόσμιες οδούς, σημαίνει ότι κάποιος έχει αναπτύξει αυτούς τους νοητικούς παράγοντες, αυτά τα μέλη της οδού, σε πολύ υψηλό βαθμό, τόσο ώστε να υπερβούν τις κοσμικές συνειδήσεις και να επιτύχουν τις υπερκόσμιες εκστάσεις. Και όταν αυτοί οι νοητικοί παράγοντες αυξηθούν σε πολύ μεγάλο βαθμό, ονομάζονται παράγοντες της φώτισης και οδηγούν κάποιον στην φώτιση.

Η φώτιση είναι μια σταδιακή διαδικασία ως ακολούθως.



## **ΠΕΜΠΤΗ 20 ΜΑΪΟΥ 2021 – Μάθημα 26<sup>ο</sup>**

### **Υπερκόσμιες Εκστάσεις Δ'**

Η Ψυχολογία των Υπερκόσμιων Συνειδήσεων και  
των Ατόμων που τις έχουν επιτύχει  
Μέρος Β'

Καλησπέρα σας και καλώς ορίσατε σε αυτό το μάθημα. Βρισκόμαστε στο θέμα για την ψυχολογία των υπερκόσμιων συνειδήσεων και των ατόμων που τις έχουν επιτύχει.

Η υπερκόσμια συνείδηση οδηγεί στην απελευθέρωση από τα νοητικά δεσμά (*σανγιοτζάνα*) που δεσμεύουν τα όντα στον τροχό της ύπαρξης, στον κύκλο της γέννησης και του θανάτου (*σανσάρα*), και συντελεί στην επίτευξη του Νιμπάνα ή στην Φώτιση, που είναι η παύση της υπαρξιακής ταλαιπωρίας και του πόνου στον κύκλο της σανσάρα.

Στο προηγούμενο μάθημα είχαμε αρχίσει να μιλάμε για τους επτά παράγοντες της Φώτισης που συντελούν στην επίτευξη των υπερκόσμιων συνειδήσεων. Πριν όμως αρχίσουμε να εξηγούμε τι είναι αυτοί οι νοητικοί παράγοντες, πρέπει να εξηγήσουμε τι σημαίνει Φώτιση· μια έννοια που για πολλούς είναι κάτι πολύ αόριστο και μπορεί κανείς να αρχίσει να φαντάζεται οτιδήποτε. Πρέπει λοιπόν να συνειδητοποιήσουμε πολύ καλά τι εννοούμε με τον όρο Φώτιση, ιδιαίτερα στον Βουδδισμό. Δεν σημαίνει ότι άναψε ένα λαμπάκι μέσα σε κάποιον και αυτός έγινε φωτισμένος!

Είναι μια διαδικασία πολλών γνώσεων που πρέπει να αποκτήσει κάποιος ώστε να επιτύχει αυτή την Φώτιση. Θα ξεκινήσουμε λοιπόν από την γλωσσική έννοια του τί σημαίνει *μποτζάνγκα*.



**Bodjhaṅga = bodhi + aṅga**

↓ ↓  
φώτιση παράγοντας,  
μέλος

**Bodhi** προέρχεται από τη ρηματική ρίζα **budha** και το ρήμα **bujjhati** που στην κυριολεξία σημαίνει:  
κατανοώ πλήρως, συνειδητοποιώ, γνωρίζω.

Έτσι, *μπόντι* κυριολεκτικά σημαίνει: πλήρη ή ανώτατη γνώση, πλήρη ή ανώτατη κατανόηση, πλήρη ή ανώτατη νοημοσύνη, και μεταφορικά αφύπνιση, φώτιση, ύψιστη φώτιση.

Τί όμως είναι αυτή η «φώτιση»;

Είναι η πλήρης ή ανώτατη κατανόηση των Τεσσάρων Ευγενών Αληθειών. Είναι η γνώση αλλά και η πραγμάτωση αυτών. Αυτό δε που συνειδητοποιούν οι παράγοντες της φώτισης, είναι οι τέσσερις ευγενείς αλήθειες που είναι ο υπαρξιακός πόνος, η προέλευση του πόνου, η παύση του πόνου, και η πρακτική για την παύση.

**Η λέξη «Βούδας» (*Buddha*)**

προέρχεται επίσης από το ρήμα **bujjhati** και τα ομόρριζα **bodhi** και **buddhi** που σημαίνει: ανώτερη διάνοια, νοημοσύνη, κατανόηση, σοφία.

Αναφέρεται όμως πιο συγκεκριμένα στην ανώτατη νοημοσύνη και κατανόηση που κατέχει ένας Βούδας λόγω της ανακάλυψης και της πλήρους κατανόησης των «Τεσσάρων Ευγενών Αληθειών».

Μεταφορικά η λέξη **Buddha** μεταφράζεται ως «Φωτισμένος» ή «Αφύπνισμένος».

Υπάρχουν τρία είδη Βουδδών:

Υπάρχουν τρία είδη Βούδων:

**1) Ο Πλήρως Αυτοφωτισμένος**

**(Sammā Sambuddha),**

**ο οποίος**

**α) ανακαλύπτει εκ νέου,**

**β) κατανοεί πλήρως, και**

**γ) διδάσκει**

**τις Τέσσερες Ευγενείς Αλήθειες.**



Στη δική μας εποχή, ο Πλήρως Αυτοφωτισμένος

εκπροσωπείται από τον

**Siddhattha Gotama**

**(Skt, Siddhartha Gautama).**

Στον μακρινό παρελθόν

υπήρξαν άλλοι Πλήρως Αυτοφωτισμένοι.



Τα ονόματα αυτών των άλλων Πλήρως Αυτοφωτισμένων, βρίσκονται καταγεγραμμένα στον Κανόνα Πάλι. Μάλιστα, ο ίδιος ο Βούδδας Γκαοτάμα αναφέρει ποιοί ήταν οι προηγούμενοι δάσκαλοί του που τους είχε ανταμώσει σε προηγούμενες ζωές.

Ο Πλήρως Αυτοφωτισμένος ή ο ορθά Αυτοφωτισμένος ανακαλύπτει εκ νέου τις τέσσερις ευγενείς αλήθειες. Ανακαλύπτει εκ νέου σημαίνει ότι αυτές τις αλήθειες τις ανακάλυψαν και άλλοι Πλήρως Αυτοφωτισμένοι πριν από αυτόν. Έτσι, σε αυτή την εποχή εμφανίζεται ξανά ένας Βούδδας, ο οποίος χωρίς την βοήθεια κάποιου δασκάλου στην παρούσα ζωή, ανακαλύπτει εκ νέου αυτές τις ευγενείς αλήθειες.

**2) Ο Φωτισμένος ως Μαθητής**

**(Sāvaka Buddha),**

**ο οποίος**

**α) μαθαίνει,**

**β) κατανοεί πλήρως, και**

**γ) διδάσκει**

**τις Τέσσερες Ευγενείς Αλήθειες.**



Υπάρχουν πάρα πολλοί μαθητές που το έχουν κάνει αυτό.

### 3) Ο Ατομικά Φωτισμένος

(*Pacceka Buddha*),

ο οποίος

α) ανακαλύπτει εκ νέου,

β) κατανοεί πλήρως, και

γ) **δεν διδάσκει**

**τις Τέσσερες Ευγενείς Αλήθειες.**



Την εποχή που εμφανίζεται ένας Πατσέκα Βούδδας, δεν υπάρχουν άνθρωποι που να μπορούν να κατανοήσουν την διδασκαλία, έτσι δεν του δίνεται η ευκαιρία να διδάξει· και όχι επειδή δεν μπορεί. Έρχεται δηλ. σε μια εποχή που οι άνθρωποι δεν έχουν την δυνατότητα να συνειδητοποιήσουν τέτοιες βαθιές αλήθειες.

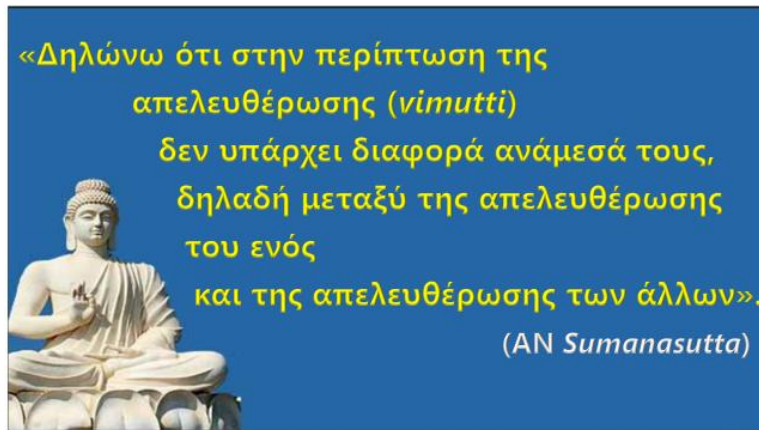
Είναι σαν να πηγαίνει ένας καθηγητής πανεπιστημίου να διδάξει ανώτερα μαθηματικά σε ένα χωριό του οποίου οι κάτοικοι δεν ξέρουν ούτε καν απλή αριθμητική!

Ενώ ένας Πλήρως Αυτοφωτισμένος κανονίζει να έλθει σε μια εποχή που οι άνθρωποι έχουν μια ανεπτυγμένη νοημοσύνη και είναι σε θέση να καταλάβουν αυτές τις αλήθειες. Έτσι αποκτά πολλούς μαθητές και μπορεί να ιδρύσει ένα κίνημα, ώστε πολλοί άνθρωποι να έχουν την ευκαιρία να γνωρίσουν αυτές τις τέσσερις ευγενείς αλήθειες.

<b>Τρία Είδη Βουδών που έχουν Πλήρως Κατανοήσει τις Τέσσερις Ευγενείς Αλήθειες</b>		
<b>Πλήρως Αυτοφωτισμένος (<i>Sammā Sambuddha</i>)</b>	<b>Φωτισμένος ως Μαθητής (<i>Sāvaka Buddha</i>)</b>	<b>Ατομικά Φωτισμένος (<i>Pacceka Buddha</i>)</b>
<b>Άξιος (<i>Arahant</i>)</b>	<b>Άξιος (<i>Arahant</i>)</b>	<b>Άξιος (<i>Arahant</i>)</b>

Ονομάζονται Άξιοι (Άραχαντς) διότι έχουν κατανοήσει πλήρως τις Τέσσερις Ευγενείς Αλήθειες. Μήπως όμως υπάρχει διαφορά ανάμεσα σε αυτούς τους Φωτισμένους; Ο Βούδδας λέει όχι.





«Δεν υπάρχει μελλοντικός γύρος της επαναγέν-  
νησης στην περίπτωση εκείνων που είναι Arahant,  
• διότι έχουν εξαλείψει τις νοητικές διαφθορές (*āsava*),  
• έχουν ζήσει την αγνή ζωή,  
• έχουν τελειώσει ό,τι έπρεπε να τελειώσουν,  
• παραίτησαν το βάρος των πέντε συναθροισμάτων της  
ύπαρξης,  
• έφτασαν στον στόχο τους,  
• κατέστρεψαν τα δεσμά (*samyojana*) του γίνεσθαι,  
• και είναι εντελώς απελευθερωμένοι μέσω της τελικής  
γνώσης (*sammadaññā vimuttā*). (DN *Pāsādikasutta*)

Δεν υπάρχει λοιπόν καμιά αμφιβολία για το αν υπάρχει κάποια σημαντική διαφορά στο θέμα της απελευθέρωσης μεταξύ τους.

Τώρα, όταν ένας Πλήρως Αυτοφωτισμένος γίνει Βούδδας, επειδή έχει την φιλοδοξία αλλά και την εμπειρία από προηγούμενες ζωές για το πώς να διδάξει κλπ., είναι ικανός να έχει μεγαλύτερη απήχηση στον κόσμο απ' ό,τι άλλοι μαθητές οι οποίοι δεν έχουν την ίδια ικανότητα για διδασκαλία. Δεν σημαίνει ότι δεν διδάσκουν· διδάσκουν αλλά σε έναν πιο περιορισμένο βαθμό.





Θεώρησα καλό να μιλήσουμε τώρα για τις Τέσσερεις Ευγενείς Αλήθειες, διότι εάν δεν τις καταλάβουμε έστω και θεωρητικά, θα είναι κάτι αφηρημένο να μιλάμε για φώτιση, για Νιμπάνα, ή για οτιδήποτε άλλο.

Οι τέσσερεις ευγενείς αλήθειες αναγνωρίζονται ως η πρώτη διδασκαλία που δόθηκε από τον Βούδδα, και θεωρούνται μία από τις σημαντικότερες διδασκαλίες του.

#### **Καλούνται «Ευγενείς Αλήθειες»**

**επειδή, όπως λέει ο Βούδας:**

- είναι πραγματικές (tathāni),
- αλάνθαστες (avitathāni),
- ανάλλαχτες (anaññathāni).

(SN Tatha Sutta)

**Ακριβώς εξαιτίας της πλήρους κατανόησης αυτών των τεσσάρων ευγενών αληθειών όπως πραγματικά είναι, ο Βούδας ονομάζεται**

- Άξιος (Άραχαντ – *Arahant*), και
- Πλήρως Αυτοφωτισμένος (Σάμμα Σαμπούντχο – *Sammā Sambuddho*).

(SN Sammasambuddha Sutta)

Εξ' άλλου, η λέξη «Βουδδισμός» προέρχεται από την λέξη «μπούντα», που με την σειρά της προέρχεται από την λέξη «μπούντι» και «μπόντι».

Pali-Dictionary Vri

### **buddhi**

:Understanding, knowledge, intelligence, wisdom.

**Κατανόηση, γνώση, νοημοσύνη, σοφία.**

Concise P-E Dictionary

### **bodhi**

: [f.] supreme knowledge. **ανώτατη γνώση.**

Concise P-E Dictionary

### **bujjhati**

: [budh + ya] knows; understands; perceives; is awake.

**γνωρίζει, κατανοεί, αντιλαμβάνεται, αφυπνίζεται**

PTS P-E dictionary

### **Bujjhati**

saccāni bujji he recognised the truths

**αναγνώρισε τις αλήθειες**

Όπως βλέπετε, η λέξη φώτιση δεν υπάρχει! Χρησιμοποιείται μόνον ως μεταφορική έννοια και έχει να κάνει με τις τέσσερις ευγενείς αλήθειες.

Είτε εμφανισθεί στον κόσμο ένας Βούδδας είτε όχι, οι τέσσερις ευγενείς αλήθειες υπάρχουν. Ο Βούδδας όμως είναι εκείνος που τις αποκαλύπτει, τις φέρνει στο φως, και τις διδάσκει στον παραπλανημένο κόσμο.

**«Εγέρθηκε μέσα μου  
ο οφθαλμός (*cakkhu*),  
η γνώση (*ñāṇa*),  
η σοφία (*paññā*),  
η αληθινή γνώση  
(*viññā*),  
το φως (*āloka*)».**



Όπως τις διατύπωσε ο Βούδδας, οι τέσσερις ευγενείς αλήθειες είναι κεντρικά και παγκόσμια γεγονότα, ανεξαρτήτως χρόνου και χώρου.

1

## Η ΕΥΓΕΝΗΣ ΑΛΗΘΕΙΑ ΤΟΥ ΥΠΑΡΞΙΑΚΟΥ ΠΟΝΟΥ

Και ποιά είναι η ευγενής αλήθεια του υπαρξιακού πόνου;  
Έχουμε τον σωματικό πόνο: η γέννηση είναι πόνος, το γήρας είναι πόνος, η ασθένεια είναι πόνος, ο θάνατος είναι πόνος.

Έχουμε και τον ψυχολογικό πόνο: η λύπη, ο θρήνος, το άλγος, η οδύνη και το άγχος είναι πόνος. Η επαφή με το δυσάρεστο είναι πόνος. Ο χωρισμός από το ευχάριστο είναι πόνος. Μη αποκτώντας αυτό που θέλει κάποιος είναι πόνος.

Εν συντομία, τα πέντε συναθροίσματα του νου και της ύλης που υπόκεινται στην προσκόλληση είναι πόνος. Να διευκρινήσουμε εδώ, ότι πόνος δεν είναι τα πέντε συναθροίσματα αυτά καθ' εαυτά, αλλά ο ψυχολογικός παράγοντας της προσκόλλησης σε αυτά. Επίσης, λόγω του ότι αυτά τα συναθροίσματα είναι ασταθή και παροδικά, μας προκαλούν πόνο και ταλαιπωρία μέσα μας.

Έτσι, έχουν λανθασμένη κατανόηση αυτοί που πιστεύουν ότι ο Βουδδισμός διδάσκει ότι η ζωή είναι πόνος. Ο Βούδδας δεν λέει κάτι τέτοιο. Η ίδια η ζωή δεν είναι πόνος. Η προσκόλληση στην ζωή, δηλ. στα πέντε συναθροίσματα, είναι πόνος.

**Η προσκόλληση ως:**

**ΕΓΩ** 😊

**ΔΙΚΑ ΜΟΥ**

**Ο ΕΑΥΤΟΣ ΜΟΥ**

**Η ΨΥΧΗ ΜΟΥ**

**«Σε οτιδήποτε προσκολλάται κάποιος στον κόσμο, είναι μόνο**

- στο υλικό σώμα,
- στο αίσθημα,
- στην αντίληψη,
- στις νοητικές λειτουργίες, και
- στη συνείδηση που προσκολλάται».

(SN 22:79)

Βλέπουμε λοιπόν ότι ο Βούδδας δίνει έμφαση στην προσκόλληση. Δεν είναι δηλ. το ίδιο το σώμα πόνος, αλλά η προσκόλληση προς αυτό, κλπ.

## 2 Η ΕΥΓΕΝΗΣ ΑΛΗΘΕΙΑ ΤΗΣ ΠΡΟΕΛΕΥΣΗΣ ΤΟΥ ΠΟΝΟΥ

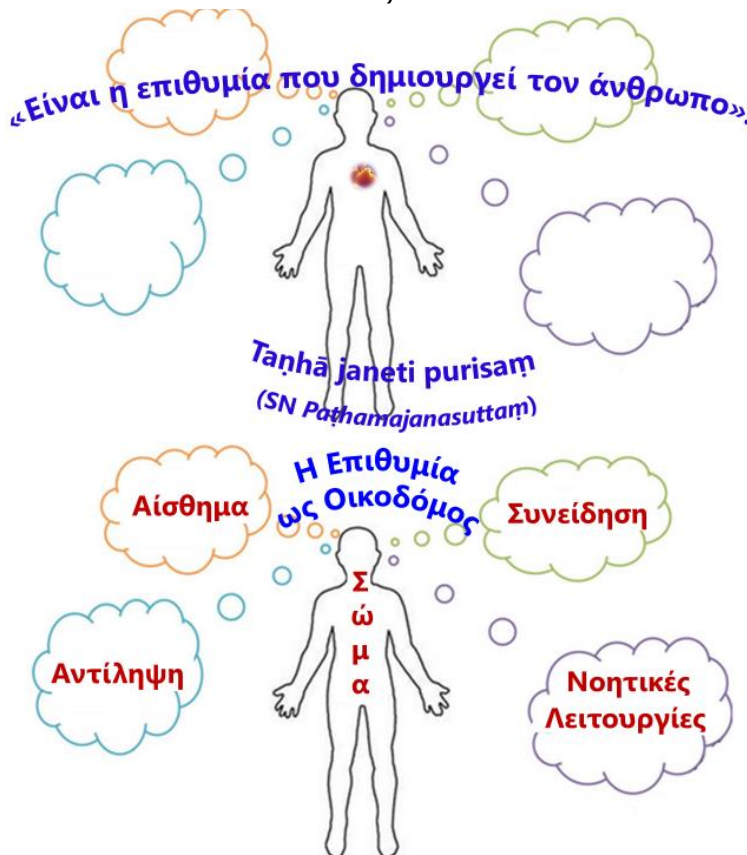
«Και ποιά είναι η ευγενής αλήθεια της προέλευσης του πόνου; Είναι η επιθυμία που οδηγεί στην επαναγέννηση, συνοδευόμενη από ευχαρίστηση και πάθος, αναζητώντας την απόλαυση εδώ κι εκεί, δηλαδή: η επιθυμία για ηδονές, η επιθυμία για ύπαρξη, η επιθυμία για μη ύπαρξη».

Η επιθυμία είναι μια ισχυρή νοητική δύναμη που διαπερνά όλες τις δραστηριότητες στην ζωή. Είναι υπολανθάνουσα σε όλους και είναι η κύρια αιτία των περισσότερων δεινών της ζωής.

Στην γλώσσα Πάλι, η λέξη για την επιθυμία είναι *τάνχα*, και συνώνυμες λέξεις είναι: πόθος, λαχτάρα, πάθος, δίψα.

Η επιθυμία είναι ο δημιουργός της έμβιας ζωής και επομένως όλων των επακόλουθων δεινών της ζωής.

Γι' αυτό λέει ο Βούδδας:



Σύμφωνα λοιπόν με τον Βουδδισμό, ο αρχιτέκτονας ή ο δημιουργός του κόσμου μας στο παρελθόν, στο παρόν και στο μέλλον, ήταν, είναι και θα είναι, αυτή η επιθυμία.

Παρ' όλο που πολλές θρησκείες έχουν φαντασθεί κάποιον θεό εκεί πάνω στον ουρανό, που είναι ο αρχιτέκτονας και ο δημιουργός, ο οικοδόμος αυτού του σύμπαντος, κάτι τέτοιο δεν συμβαίνει. Αντιθέτως, ο Βούδδας αναφέρει αυτόν τον ψυχολογικό παράγοντα της επιθυμίας που υπάρχει μέσα μας και δημιουργεί τα πάντα στην ζωή μας· και την ευτυχία μας και την δυστυχία μας.

Βέβαια από την αρχαία εποχή, οι άνθρωποι πάντα εύρισκαν κάτι έξω από αυτούς ως αιτία των πραγμάτων. Οι Αιγύπτιοι για παράδειγμα είχαν τον Πτα, που δεν ήταν δημιουργός μόνο της Αιγύπτου αλλά των πάντων, το ίδιο και οι Αφρικανοί, κλπ.

### Δημιουργός Θεός

**ΡΤΑΗ,**  
ο Αιγύπτιος  
Δημιουργός Θεός Όλων



### Δημιουργός Θεός

**ΟΒΑΤΑΛΑ,**  
ο Αφρικανός Δημιουργός Θεός



**Βαβυλώνιοι Δημιουργοί Θεοί**

**Δημιουργός Θεός**



**Δημιουργός Θεός**



Υπάρχουν επίσης θεοί και θεότητες, που όταν τους κάνουμε επίκληση θα μας δώσουν χρήματα, σοδειές, αγελάδες, κλπ.

**Θεοί, θεότητες**



**Πόσες θρησκείες  
ισχυρίζονται ότι ο  
δικός τους Θεός  
είναι ο δημιουργός  
του σύμπαντος;**




Σύμφωνα με ιστοριογραφικά κείμενα, εντός διαφορετικών πολιτιστικών συστημάτων, υπάρχουν περίπου 120 δημιουργοί θεοί· και οι άνθρωποι που ανήκουν σε αυτά τα συστήματα, ισχυρίζονται ότι ο δικός τους Θεός είναι ο δημιουργός του σύμπαντος.

**Προπαντός Μύθοι Δημιουργίας βρίσκονται σε κάθε ανθρώπινη κουλτούρα.**

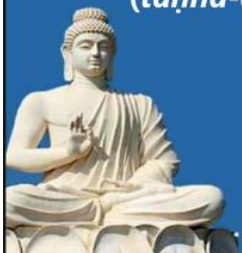


Σύμφωνα με τον Βούδδα όμως, είναι κάτι άλλο αυτό που δημιουργεί τον κόσμο μας:



«Ο κόσμος άγεται από την επιθυμία.  
Από την επιθυμία σύρεται εδώ και εκεί.  
Όλοι είναι υπόδουλοι ενός πράγματος:  
της επιθυμίας».

(SN *Taṇhāsuttam*)



«Ο κόσμος είναι δούλος της επιθυμίας»  
(*taṇhā-dāso*).

(MN *Ratthapālasuttam*)

Είναι εξαρτημένος από το πάθος από το οποίο δεν μπορεί να απαλλαγεί, και είναι πλήρως υποταγμένος σ' αυτό.

Υπάρχει και η έκφραση «είναι δούλος των παθών του».



Η όλη έννοια του «εγώ» είναι στην πραγματικότητα μια επιθυμία που προσπαθεί να εγκατασταθεί σε ένα ασταθές και προσωρινό συνάθροισμα υλικών και νοητικών στοιχείων. Από εκεί προέρχεται και ο πόνος, διότι αυτά τα συναθροίσματα πάντα αλλάζουν και πάντα μεταβάλλονται προκαλώντας απογοητεύσεις κλπ.

Συνήθως, η ύψιστη και μόνη ευτυχία για έναν μέσο άνθρωπο, είναι η απόλαυση και η ικανοποίηση των ηδονικών και υλικών ευχαριστήσεων. Δεν υπάρχει αμφιβολία για την στιγμιαία ευτυχία στην αναμονή, ικανοποίηση και ανάμνηση τέτοιων φευγαλέων υλικών απολαύσεων, που ουσιαστικά είναι απατηλές και προσωρινές. Ωστόσο, λόγω της επιθυμίας για ηδονικά και υλικά πράγματα, οι άνθρωποι φιλονικούν και καβγαδίζουν μεταξύ τους, όπως: κυβερνήτες με κυβερνήτες, πολιτικοί με πολιτικούς, κράτη με κράτη, οικογενειάρχη με οικογενειάρχη· η μάνα με τον γιό, ο γιός με την μάνα, ο πατέρας με τον γιό, ο γιός με τον πατέρα, ο αδελφός με τον αδελφό, ο αδελφός με την αδελφή, η αδελφή με τον αδελφό, ο φίλος με τον φίλο.

Και με τις φιλονικίες και τις διαμάχες τους, επιτίθενται ο ένας στον άλλον με γροθιές, με ραβδιά, μαχαίρια ή όπλα, με αποτέλεσμα τον θάνατο ή τον θανατηφόρο πόνο.

Λόγω της επιθυμίας για ηδονικά και υλικά πράγματα, οι άνθρωποι διαρρηγνύουν σπίτια, λεηλατούν πλούτο, ληστεύουν, ενεδρεύουν σε δρόμους, ξελογιάζουν τις συζύγους των άλλων· και όταν πιάνονται, οι δικαστές τους επιβάλλουν βαρειές ποινές και βασανιστήρια.

Εν ολίγοις, τα καλά πράγματα αλλά και τα δεινά που μας ταλαιπωρούν δεν βρίσκονται έξω από εμάς. Εάν τα αναζητήσουμε θα βρούμε ότι υπάρχουν μέσα μας με την μορφή της επιθυμίας η οποία μας κυβερνάει.



Πάμε να δούμε πιο συγκεκριμένα πού ακριβώς εγείρεται αυτή η επιθυμία όταν εγείρεται, και πού εγκαθίσταται όταν εγκαθίσταται.

Οπουδήποτε υπάρχει στον κόσμο κάτι που είναι ευχάριστο και απολαυστικό, εκεί εγείρεται η επιθυμία όταν εγείρεται, και εκεί εγκαθίσταται όταν εγκαθίσταται.



Και τί υπάρχει στον κόσμο που είναι ευχάριστο και απολαυστικό;

Το μάτι είναι κάτι ευχάριστο και απολαυστικό στον κόσμο.




Είναι εδώ που η επιθυμία εγείρεται όταν εγείρεται, και είναι εδώ που εγκαθίσταται όταν εγκαθίσταται.

Το αυτί είναι κάτι ευχάριστο & απολαυστικό 

Η μύτη είναι κάτι ευχάριστο & απολαυστικό 

Η γλώσσα είναι κάτι ευχάρ. & απολαυστικό 

Το σώμα είναι κάτι ευχάριστο & απολαυστικό 

Ο νους είναι κάτι ευχάριστο και απολαυστικό στον κόσμο. 

Είναι εδώ που η επιθυμία εγείρεται όταν εγείρεται,


και είναι εδώ που εγκαθίσταται όταν εγκαθίσταται.



Τα ορατά αντικείμενα είναι κάτι ευχάριστο ... 

Οι ήχοι είναι κάτι ευχάριστο ... 

Οι μυρωδιές είναι κάτι ευχάριστο ... 

Οι γεύσεις είναι κάτι ευχάριστο ... 

Οι αφές είναι κάτι ευχάριστο ... 

Οι ιδέες είναι κάτι ευχάριστο και απολαυστικό στον κόσμο. 


Είναι εδώ που η επιθυμία εγείρεται όταν εγείρεται,

και είναι εδώ που εγκαθίσταται όταν εγκαθίσταται. 







Η συνείδηση του ματιού είναι κάτι ευχάριστο 

Η συνείδηση του αυτιού ... 

Η συνείδηση της μύτης ... 


Η συνείδηση της γλώσσας ... 


Η συνείδηση του σώματος ... 

Η συνείδηση του νου είναι κάτι ευχάριστο και απολαυστικό στον κόσμο. 

Είναι εδώ στη συνείδηση που η επιθυμία εγείρεται όταν εγείρεται,

και είναι εδώ στη συνείδηση που εγκαθίσταται όταν εγκαθίσταται. 








Η οπτική επαφή στο μάτι ...   
 Η ακουστική επαφή στο αυτί ...   
 Η οσφρητική επαφή στη μύτη ...   
 Η γευστική επαφή στη γλώσσα ...   
 Η σωματική επαφή στο σώμα ...   
 Η νοητική επαφή στον νου είναι κάτι ευχάριστο και απολαυστικό στον κόσμο. 


Είναι εδώ στην επαφή που η επιθυμία εγείρεται όταν εγείρεται,  
 και είναι εδώ στην επαφή που εγκαθίσταται όταν εγκαθίσταται.












Το αίσθημα που εγείρεται από την οπτική επαφή είναι κάτι ευχάριστο ... 

Το αίσθημα που εγείρεται από την ακουστική επαφή είναι κάτι ευχάριστο ... 

Το αίσθημα που εγείρεται από την οσφρητική επαφή είναι κάτι ευχάριστο ... 

Το αίσθημα που εγείρεται από την γευστική επαφή είναι κάτι ευχάριστο ... 

Το αίσθημα που εγείρεται από την σωματική επαφή είναι κάτι ευχάριστο ... 

Το αίσθημα που εγείρεται από την νοητική επαφή είναι κάτι ευχάριστο και απολαυστικό στον κόσμο. 

Είναι εδώ στο **αίσθημα** που η  
επιθυμία εγείρεται όταν εγείρεται,

και είναι εδώ στο **αίσθημα** που  
εγκαθίσταται όταν εγκαθίσταται.



Η αντίληψη των οπτικών αντικειμένων

Η αντίληψη των ήχων ...

Η αντίληψη των μυρωδιών ...

Η αντίληψη των γεύσεων ...

Η αντίληψη των αφών ...

Η αντίληψη των ιδεών είναι κάτι  
ευχάριστο & απολαυστικό στον κόσμο.



ΙΔΕΕΣ

Είναι εδώ στην **αντίληψη** που η  
επιθυμία εγείρεται όταν εγείρεται,

και είναι εδώ στην **αντίληψη** που  
εγκαθίσταται όταν εγκαθίσταται.



ΙΔΕΕΣ

Η βούληση για οπτικά αντικείμενα ...

Η βούληση για ήχους ...

Η βούληση για μυρωδιές ...

Η βούληση για γεύσεις ...

Η βούληση για αφές ...

Η βούληση για ιδέες είναι κάτι  
ευχάριστο & απολαυστικό στον κόσμο.








ΙΔΕΕΣ

Είναι εδώ στη **βούληση** που η  
επιθυμία εγείρεται όταν εγείρεται,

και είναι εδώ στη **βούληση** που  
εγκαθίσταται όταν εγκαθίσταται.



ΙΔΕΕΣ






Η **επιθυμία** για οπτικά αντικείμενα ...   
 Η **επιθυμία** για ήχους ...   
 Η **επιθυμία** για μυρωδιές ...   
 Η **επιθυμία** για γεύσεις ...   
 Η **επιθυμία** για αφές ...   
 Η **επιθυμία** για ιδέες είναι κάτι  
 ευχάριστο & απολαυστικό στον κόσμο.

**ΙΔΕΕΣ**

---

Είναι εδώ στην **επιθυμία** που η  
 επιθυμία εγείρεται όταν εγείρεται,  
 και είναι εδώ στην **επιθυμία** που  
 εγκαθίσταται όταν εγκαθίσταται.

**ΙΔΕΕΣ**


Ο **λογισμός** για οπτικά αντικείμενα ...   
 Ο **λογισμός** για ήχους ...   
 Ο **λογισμός** για μυρωδιές ...   
 Ο **λογισμός** για γεύσεις ...   
 Ο **λογισμός** για αφές ...   
 Ο **λογισμός** για ιδέες είναι κάτι  
 ευχάριστο & απολαυστικό στον κόσμο.


**ΙΔΕΕΣ**

---


Είναι εδώ στον **λογισμό** που η  
 επιθυμία εγείρεται όταν εγείρεται,  
 και είναι εδώ στον **λογισμό** που  
 εγκαθίσταται όταν εγκαθίσταται.


**ΙΔΕΕΣ**


Ο συλλογισμός για οπτικά αντικείμενα 

Ο συλλογισμός για ήχους ... 






Ο συλλογισμός για μυρωδιές ... 


Ο συλλογισμός για γεύσεις ... 

Ο συλλογισμός για αφές ... 

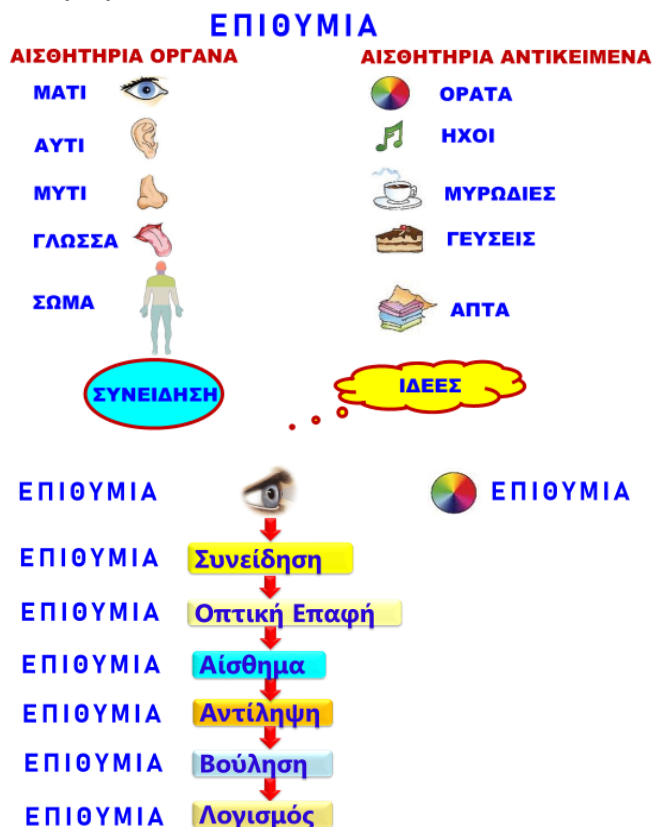
Ο συλλογισμός για ιδέες είναι κάτι ευχάριστο & απολαυστικό στον κόσμο. 

---

Είναι εδώ στον συλλογισμό που η επιθυμία εγείρεται όταν εγείρεται,   
  
  
  


και είναι εδώ στον συλλογισμό που εγκαθίσταται όταν εγκαθίσταται. 

Έχουμε λοιπόν την επιθυμία που μπορεί να απλώσει τα πλοκάμια της σε πολλά μέρη. Ανάλογα με τα αντικείμενα, υλικά ή νοητικά, η επιθυμία εγείρεται.



## ΕΠΙΘΥΜΙΑ

### ΑΙΣΘΗΤΗΡΙΑ ΟΡΓΑΝΑ

ΜΑΤΙ 

ΑΥΤΙ 

ΜΥΤΙ 

ΓΛΩΣΣΑ 

ΣΩΜΑ 

ΣΥΝΕΙΔΗΣΗ 

### ΑΙΣΘΗΤΗΡΙΑ ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΑ

 ΟΡΑΤΑ

 ΗΧΟΙ

 ΜΥΡΩΔΙΕΣ

 ΓΕΥΣΕΙΣ

 ΑΠΤΑ

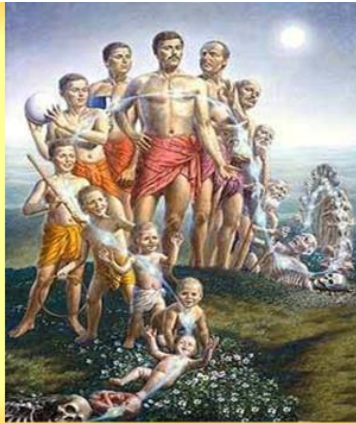
ΙΔΕΕΣ 

«Αυτή ονομάζεται η ευγενής αλήθεια της προέλευσης του πόνου».

Η επιθυμία είναι η αιτία που προσκολλώμαστε σε τέτοια νοητικά ή υλικά αντικείμενα που είναι εκ φύσεως παροδικά, που δεν συμπεριφέρονται με τον τρόπο που εμείς προσδοκούμε, και κατά συνέπεια προκαλούν πόνους και απογοητεύσεις.

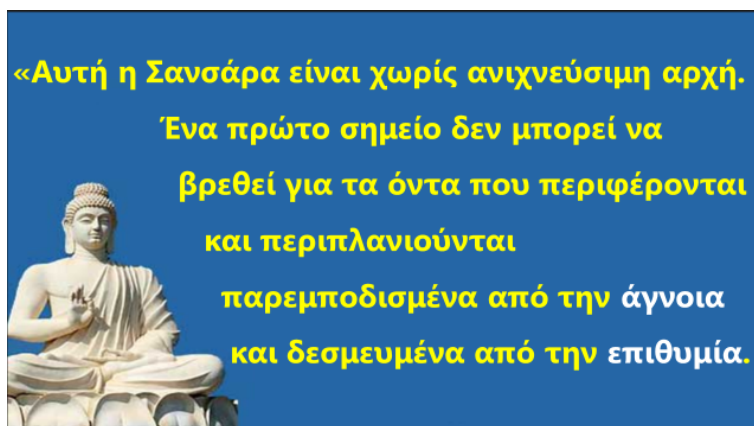
Όταν η επιθυμία αυξηθεί πάρα πολύ, αποκτά μια δυναμικότητα η οποία οδηγεί στην επαναγέννηση.

Η επιθυμία οδηγεί στην επαναγέννηση, δηλαδή στη Σανσάρα (*Sansāra*) — στον «επώδυνο κύκλο της γέννησης και του θανάτου».




Η επιθυμία δεν σταματάει αλλά απλώνει τα πλοκάμια της και στην επόμενη ζωή. Ο άνθρωπος δεν σταματάει αλλά συνεχίζει να κυνηγάει τα ποθητά αντικείμενα (ήχους, οσμές, αφές, κλπ.) και στην επόμενη ζωή.

Όπως λέει ο Βούδδας:



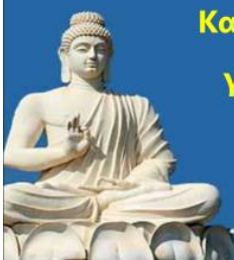


**«Ένα πρώτο σημείο της επιθυμίας για ύπαρξη  
δεν μπορεί να βρεθεί ότι από εδώ και πρίν δεν  
υπήρχε η επιθυμία για ύπαρξη αλλά  
εμφανίστηκε μετέπειτα.**



**Παρ' όλα αυτά, μπορεί να βρεθεί  
η συνθηκοκρατία της.  
Και ποιά είναι η κύρια συνθήκη  
για αυτήν;  
Είναι η άγνοια».**

**(AN Tapahāsuttam)**



Μπορεί να μη βρούμε ποτέ σε ποιά ζωή άρχισε αυτή η επιθυμία. Μπορούμε όμως να καταλάβουμε τον μηχανισμό της: πώς εγείρεται αυτή η επιθυμία μέσα μας, πώς μας τυραννάει, και πώς μας βασανίζει, και πώς μπορεί κάποιος να ελευθερωθεί απ' αυτήν. Αυτό μπορούμε να το καταλάβουμε. Κύρια αιτία είναι η άγνοια. Άγνοια ποιανού πράγματος;

Άγνοια για την παροδικότητα και την αστάθεια των φαινομένων, για την ταλαιπωρία που μας προξενούν, και για τον μη εαυτό.



Έτσι, προσκολλώμαστε σ' αυτά τα αντικείμενα, ταυτιζόμαστε μαζί τους σαν «εγώ», «δικά μου», κλπ. προκαλώντας την περαιτέρω περιστροφή του κύκλου των επαναγεννήσεων.

Ο Βούδδας σαν γιατρός, δεν σταματάει εδώ την διάγνωσή του αλλά συνεχίζει προσπαθώντας να μας κάνει να καταλάβουμε ότι υπάρχει διέξοδος, που είναι:



«Και ποιά είναι η ευγενής αλήθεια της παύσης του πόνου;»  
«Είναι το πλήρες μη πάθος και η παύση αυτής της ίδιας της επιθυμίας, η εγκατάλειψη και η παραίτησή της, η απελευθέρωση και η ανεξάρτηση απ' αυτήν.»

**Η Απελευθέρωση από την Τριπλή Επιθυμία**

Απελευθέρωση από

- την επιθυμία για ηδονές,
- την επιθυμία για ύπαρξη,
- την επιθυμία για μη ύπαρξη.

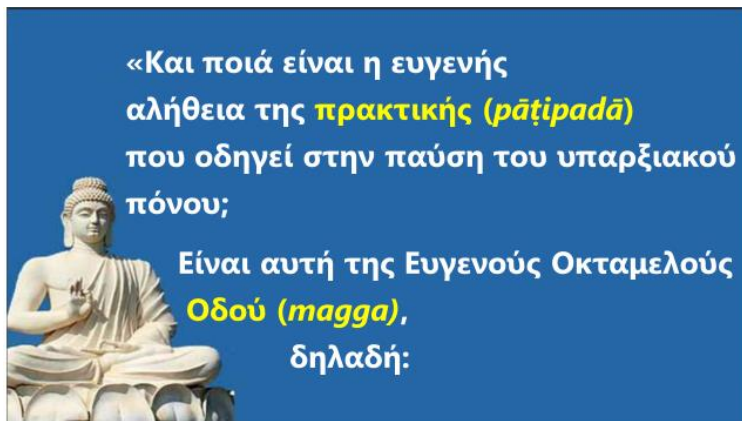


Όταν κάποιος απελευθερώνεται από την επιθυμία, γνωρίζει την πνευματική ηρεμία, γαλήνη, και ειρήνη.

Πνευματική  
Ηρεμία, Γαλήνη & Ειρήνη



4  
Η ΕΥΓΕΝΗΣ ΑΛΗΘΕΙΑ  
ΤΗΣ ΠΡΑΚΤΙΚΗΣ  
ΠΟΥ ΟΔΗΓΕΙ  
ΣΤΗΝ  
ΠΑΥΣΗ ΤΟΥ ΠΟΝΟΥ



Κατ' αυτόν τον τρόπο, ένας διαλογιστής που πρακτικοποιεί αυτή την μέθοδο, αυτή την πνευματική οδό, πρέπει να καλλιεργήσει την ορθή νόηση, τον ορθό λογισμό, τον ορθό λόγο, την ορθή πράξη, τον ορθό βιοπορισμό, την ορθή προσπάθεια, την ορθή μνήμη και την ορθή αυτοσυγκέντρωση.

Αυτές οι τέσσερεις ευγενείς αλήθειες δεν υπάρχουν σε εξωτερικά πράγματα όπως στα χόρτα, στα ξύλα και στις πέτρες, αλλά ακριβώς σε αυτό το σώμα μας που αποτελείται από υλικά στοιχεία μαζί με τα νοητικά στοιχεία, όπως την συνείδηση και την αντίληψη του· διότι όπως λέει ο Βούδδας:



Από τις τέσσερεις αλήθειες, η πρώτη αλήθεια εντοπίζει τον έμφυτο σωματικό και ψυχολογικό πόνο ή την έμφυτη δυστυχία, οδύνη και ταλαιπωρία που είναι πλεγμένη στην υφή της ζωής.

Η δεύτερη αλήθεια εντοπίζει την προέλευση και την αιτία του πόνου.

Η τρίτη αλήθεια αναγνωρίζει την κατάσταση στην οποία παύει και απουσιάζει ο πόνος και η αιτία του, δηλαδή το Νιμπάνα.

Η τέταρτη αλήθεια διατυπώνει μια πορεία πρακτικής προς αυτή την κατάσταση της κατάπαυσης, δηλαδή το Νιμπάνα.

Επομένως, μια και έχουμε καταλάβει περίπου τί σημαίνει φώτιση, και με το ότι η φώτιση σχετίζεται με την συνειδητοποίηση και την πλήρη κατανόηση αυτών των τεσσάρων ευγενών αληθειών, μπορούμε να αρχίσουμε να μιλάμε για τους επτά παράγοντες της φώτισης. Ποίοι είναι αυτοί οι νοητικοί παράγοντες που αν τους καλλιεργήσει κάποιος συντελούν στην φώτιση.



Οι επτά παράγοντες της φώτισης είναι το συγκρότημα των νοητικών παραγόντων που λειτουργούν ως αιτίες και συνθήκες για την επίτευξη της φώτισης, δηλαδή την απελευθερωτική γνώση και όραση.

Αυτοί είναι:

1. η μνήμη	<i>sati</i>
2. η ερευνητικότητα των φαινομένων	<i>dhamma-vicaya</i>
3. η ενεργητικότητα	<i>vīriya</i>
4. η αγαλλίαση	<i>pīti</i>
5. η γαλήνη	<i>passaddhi</i>
6. η αυτοσυγκέντρωση	<i>samādhī</i>
7. η πνευματική ηρεμία	<i>upekkhā</i>

Αυτοί οι νοητικοί παράγοντες είναι σημαντικοί καθ' όλη την διάρκεια της πρακτικής όπου αναπτύσσονται και δυναμώνουν σταδιακά. Για παράδειγμα, υπάρχει μια σταδιακή ανάπτυξη για την μνήμη. Καθώς εξασκείται κάποιος, σιγά σιγά, η μνήμη του αυξάνεται και δυναμώνει, μέχρι που φτάνει σε ένα αποκορύφωμα· μόνο τότε ονομάζεται παράγοντας της φώτισης.

Έτσι, αυτό που αποκαλούμε φώτιση δεν είναι ένας άδειος νους ή ένα κενό όπου κάποιος πέφτει σε αφασία. Διότι έτσι νομίζουν μερικοί· ότι η φώτιση είναι κάτι άλλο στο οποίο μπαίνει κανείς και φωτίζεται. Τελικά όμως, δεν είναι παρά ο νους που αποτελείται από αυτούς τους νοητικούς παράγοντες οι οποίοι μπορούν να συνειδητοποιήσουν βαθιές αλήθειες, παγκόσμιες αλήθειες, που συμβαίνουν ανά πάσα στιγμή. Και ο νους αυτός είναι γεμάτος από μνήμη, ερευνητικότητα, ενεργητικότητα, αγαλλίαση, γαλήνη, αυτοσυγκέντρωση και πνευματική ηρεμία.

Αυτοί οι παράγοντες της φώτισης σχετίζονται μόνο με τα προχωρημένα στάδια του διορατικού διαλογισμού· τότε που οι παράγοντες της φώτισης εξαλείφουν ενεργά τα πάθη και τις νοητικές μολύνσεις, και κλίνουν προς την πραγμάτωση του Νιμπάνα.



Μόνο τότε μπορούν πραγματικά να περιγραφούν ως παράγοντες ή ως οδηγοί προς την φώτιση.

Νωρίτερα, η λειτουργία τους είναι απλώς προκαταρκτική.

Διότι, μνήμη έχουμε και στην καθημερινή ζωή. Ενεργητικότητα έχουμε επίσης στην καθημερινή ζωή. Ενίοτε έχουμε και κάποια γαλήνη ή και αγαλλίαση. Αυτούς τους νοητικούς παράγοντες μπορεί κανείς να τους βιώσει σποραδικά στην καθημερινή ζωή. Αλλά όταν αυτοί οι νοητικοί παράγοντες δυναμώσουν λόγω της έρευνας πάνω στις τέσσερεις ευγενείς αλήθειες, τότε, όταν φτάνουν στο αποκορύφωμά τους και εξαλείφουν τα πάθη και τις νοητικές μολύνσεις κλίνοντας προς το Νιμπάνα, τότε λέγονται παράγοντες της φώτισης.

### **Υπερκόσμιες Εκστάσεις Ε΄**


Η Ψυχολογία των Υπερκόσμιων Συνειδήσεων και  
των Ατόμων που τις έχουν επιτύχει  
Μέρος Γ΄

Καλησπέρα και καλώς ορίσατε.

Βρισκόμαστε στην ανάλυση και εξήγηση των επτά νοητικών παραγόντων που οδηγούν στην φώτιση. Ο Βούδδας έχει δώσει πολλές πληροφορίες για το πώς αυτοί οι παράγοντες αναπτύσσονται σταδιακά.



Ο Βούδδας αναφέρει:



«Όποτε κάποιος παραμένει παρατηρώντας το σώμα ... τα αισθήματα ... τις σκέψεις ... και τα νοητικά αντικείμενα

- επίμονος (*ātāpī*),
- ενσυνείδητος (*sampajāno*), και
- μνήμων (*satimā*),

τότε η **συνεχής και διαρκής μνήμη** είναι εγκατεστημένη σ' αυτόν.

Εάν η παρατήρηση του σώματος, των αισθημάτων, των σκέψεων, και των νοητικών αντικειμένων, μέσω του διορατικού διαλογισμού, γίνει με συνεχή και διαρκή μνήμη, τότε μόνο αυτή η μνήμη γίνεται παράγοντας της φώτισης. Προηγουμένως λειτουργεί απλά σαν ένας κανονικός νοητικός παράγοντας που δεν έχει την δυναμικότητα να

φέρει την φώτιση. Αλλά όταν φτάσει σε ένα σημείο που είναι διαρκής και συνεχής, λέει ο Βούδδας, τότε ονομάζεται παράγοντας της φώτισης.

«Και πώς παραμένει παρατηρώντας το σώμα ... τα αισθήματα ... τις σκέψεις ... και τα νοητικά αντικείμενα;

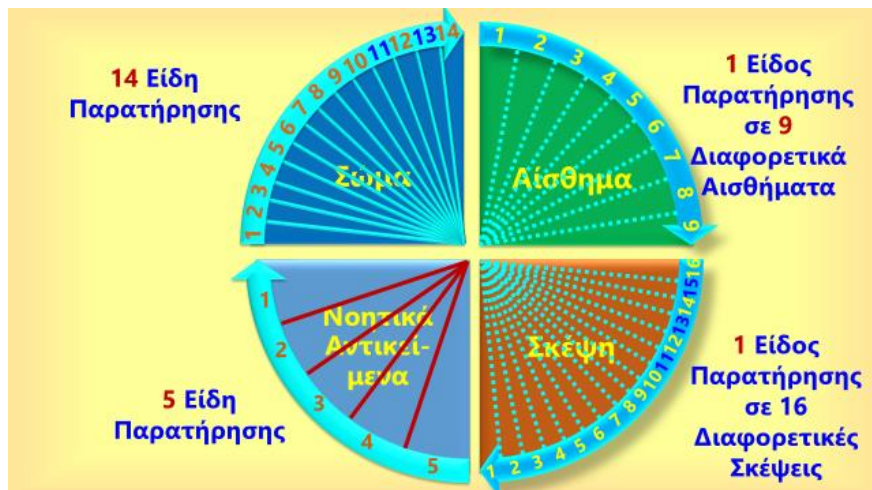
«Παραμένει παρατηρώντας

- τη φύση της έγερσής τους,
- τη φύση της παρακμής τους, ή
- τη φύση της έγερσης και της παρακμής τους».

Έγερση Παρακμή

Προσπαθεί δηλ. να καταλάβει την ασταθή φύση αυτών των φαινομένων που παρατηρεί. Και παρατηρώντας, σιγά σιγά αντιλαμβάνεται την έγερση και την παρακμή τους, την ασταθή τους φύση. Συγχρόνως αναπτύσσεται και η μνήμη του σε τέτοιο βαθμό, ώστε δεν μπορεί να βρει μέσα σ' αυτά τα φαινόμενα ούτε ένα σημείο που να μην εγείρεται και να μη παρακμάζει.

Ο Βούδδας δίνει διάφορα είδη παρατήρησης για το σώμα, τα αισθήματα, τις σκέψεις, και τα νοητικά αντικείμενα.





Παραδείγματος χάριν, για το σώμα δίνει 14 είδη παρατήρησης ώστε να καταλάβει το σώμα από διάφορες πλευρές. Διότι το σώμα μας έχει πολλές πλευρές μέσω των οποίων μπορεί κανείς να εξετάσει την ασταθή φύση του. Το ίδιο και για τα υπόλοιπα.

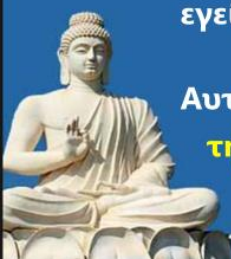
Έτσι αυτή η παρατήρηση και η μνήμη που μπορεί ο διαλογιστής να εξασκήσει, δεν αναφέρονται έξω από εμάς σε κάποιον μακρινό γαλαξία! Αλλά αναφέρονται σε αυτά τα πέντε συναθροίσματα που υπάρχουν ανά πάσα στιγμή μαζί μας. Αυτά τα φαινόμενα είναι παρόντα και μπορεί κάποιος να τα εξετάσει και να δει την φύση τους.

Ο Βούδδας συνεχίζει λέγοντας:

«Και όποτε η συνεχής και η διαρκής μνήμη είναι εγκατεστημένη, τότε η μνήμη ως παράγοντας της φώτισης εγείρεται σ' αυτόν.

Αυτός την αναπτύσει και επιτυγχάνει την πλήρη ανάπτυξή της».

(MN Ānāpānassatisutta)



Η συχνότητα της μνήμης αρχίζει σταδιακά, και με την εξάσκηση της και την συνεχή πρακτική αυξάνεται, μέχρι που φτάνει σ' ένα σημείο που λέγεται συνεχής και διαρκής. Τότε ο διαλογιστής, ό,ποιο αντικείμενο και να δει, μπορεί να καταλάβει άμεσα την έγερση και την παρακμή του ακόμα και σε μικροσκοπικό επίπεδο. Τότε πλέον λέγεται παράγοντας της φώτισης.

Η μνήμη αποτελεί την πιο σημαντική λειτουργία κάθε διαδικασίας μάθησης και μελέτης. Είναι ο πυρήνας της γνώσης.

**Ο άνθρωπος θυμάται τις εμπειρίες, τις εντυπώσεις, τις γνώσεις που αποκομίζει, και έτσι μπορεί να μαθαίνει κατά την πορεία της ζωής του.**



**Στην αντίθετη περίπτωση της λήθης και της λησμοσύνης, όλα θα έμοιαζαν πάντα με εμπειρίες της στιγμής, οι οποίες και δεν θα συσχετιζόνταν μεταξύ τους.**



Η διατήρηση μιας συνομιλίας, ακόμα και η περισυλλογή για τον ίδιο μας τον εαυτό, απαιτεί μία αίσθηση συνέχειας την οποία η μνήμη και οι λειτουργίες της αποφέρουν με τον πιο αποτελεσματικό τρόπο.

Ωστόσο, παρ' όλο που κάποιος μπορεί να έχει μνήμη για τόσες πολλές εμπειρίες, γεγονότα, συμβάντα, κλπ., η μνήμη σε σχέση με τον Παράγοντα της Φώτισης είναι η «Ορθή Μνήμη» (*σάμμα σάτι*).

Στα προηγούμενα μαθήματα είχαμε μιλήσει για την Οκταμελή Οδό και για το ότι η Ορθή Μνήμη είναι ένα από τα οκτώ μέλη της Οδού.

Είναι αυτή η «Ορθή Μνήμη» που συντελεί στην λύση των κεντρικών και επείγουσων θεμάτων της ανθρώπινης ύπαρξης, δηλαδή:

- ⊙ της απελευθέρωσης από την υπαρξιακή ταλαιπωρία, τα βάσανα, τον πόνο, την λύπη, την θλίψη, και την κατάθλιψη, κλπ.
- ⊙ διαμέσου της εξάγνισης (*visuddhi*) και της κάθαρσης (*vodāna*) του νου, και της πραγματοποίησης του Nibbāna.

Αυτή η Ορθή Μνήμη έχει τεσσάρων ειδών εφαρμογές:



Ο Βούδδας έχει δώσει μια ολόκληρη ομιλία περί της εφαρμογής της μνήμης. Είναι μια πολύ εξαντλητική ομιλία στην οποία αναφέρει πολλούς τρόπους με τους οποίους μπορεί κάποιος να εφαρμόσει την μνήμη του για να καταλάβει αυτά τα υλικά και νοητικά φαινόμενα. Αυτή η ομιλία ονομάζεται στην γλώσσα Πάλι, *σάτιπαττάνα σουύττα*, και ο Βούδδας την έχει επικαλέσει ως την Ευθεία Οδό προς το Νιμπάνα.



2  
Η  
ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑ  
ΤΩΝ ΦΑΙΝΟΜΕΝΩΝ  
(DHAMMA-VICAYA)

Πολλοί νομίζουν ότι διαλογισμός είναι να κάθεται κανείς και να απολαμβάνει απλώς την αγαλλίαση και την γαλήνη, χωρίς να ερευνά. Όμως σε αυτή την περίπτωση, εάν θέλουμε να καταλάβουμε την ύπαρξή μας πρέπει να ερευνούμε, διότι χωρίς έρευνα υπάρχει σκότος.



Κατ' αυτόν τον τρόπο, ο νους του δεν πέφτει σε λήθη, δεν μένει αδρανής, αλλά είναι πολύ ερευνητικός.

**Η Συχνότητα της Ερευνητικότητας**



Συνεχής και Διαρκής  
↓  
Παράγοντας της Φώτισης

**Ερευνητικότητα = Σοφία (ραῖḥā)**

**Συνδυασμός:**

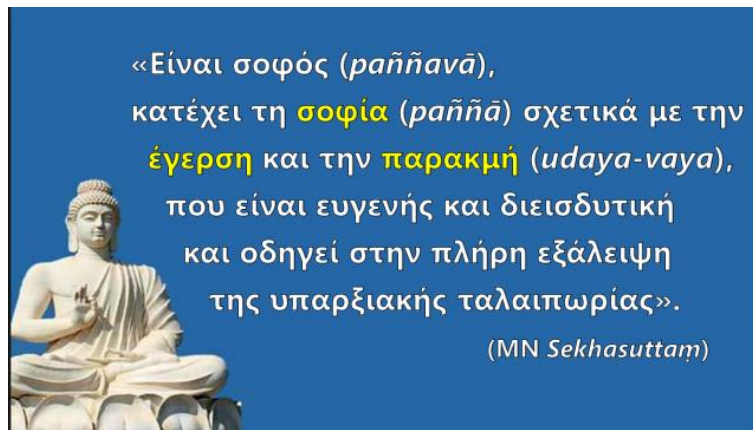
**Μνήμη & Σοφία (ραῖḥā)**

Στην συγκεκριμένη περίπτωση, ερευνητικότητα σημαίνει σοφία, και έχουμε έναν συνδυασμό μνήμης και σοφίας. Δηλαδή, η σοφία μπορεί να επιτευχθεί μέσω μνήμης. Διότι είναι πολύ δύσκολο να αποκαλέσουμε σοφό έναν άνθρωπο που είναι λήσμων. Αντιθέτως, εάν είναι μνήμων και μπορεί να συνδιάσει την γνώση με νοημοσύνη, αποκαλείται σοφός. Έτσι, σοφία χωρίς μνήμη είναι απλώς ανοησία.

**Συνώνυμες Λέξεις της Σοφίας**

**ραῖḥā σοφία**  
**rajāṇanā κατανόηση, νοημοσύνη**  
**dhammanīcayo ερευνητικότητα των φαινομένων**  
**vipassanā διόραση**  
**sampajañña πλήρης επίγνωση, ενσυνειδητότητα**  
**amoho μη αυταπάτη**  
**sammādiṭṭhi ορθή νόηση / ορθή θέαση**

Ο Βούδδας δίνει επίσης τον ορισμό του σοφού ανθρώπου:



Σοφία λοιπόν σημαίνει, να μπορεί να δει κανείς την παροδική φύση όλων αυτών των φαινομένων, την έγερση και την παρακμή τους. Οποιοδήποτε φαινόμενο ή αντικείμενο κι αν εξετάσει, μπορεί να δει αμέσως την παροδική του φύση.



Οι άνθρωποι που έχουν αυτές τις έμμονες ιδέες για την ύπαρξη κάποιας μονιμότητας είτε στο σύμπαν είτε μέσα μας, έχουν έλλειψη αυτής της διεισδυτικής σοφίας που είναι ικανή να δει την αληθινή φύση των πραγμάτων.



Όποτε συμβαίνει αυτό,  
 η ενεργητικότητα ως παράγοντας της  
 φώτισης εγείρεται σ' αυτόν.



Τότε αυτός την αναπτύσει  
 και επιτυγχάνει  
 την πλήρη ανάπτυξή της».



Σε αυτή την κατάσταση, ο διαλογιστής δεν αισθάνεται καθόλου κούραση· υπάρχουν δε, εμπειρίες από διαλογιστές που μπορούν να διαλογίζονται επί σειρά ωρών και να κοιμούνται μόνο δύο ώρες το εικοσιτετράωρο χωρίς να αισθάνονται καμία κούραση.

4  
**Η ΑΓΑΛΛΙΑΣΗ  
(PITI)**

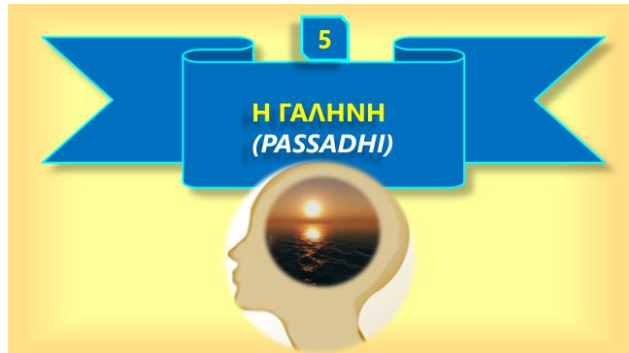
«Γι' αυτόν που έχει αναπτυγμένη ενεργητικότητα, εγείρεται η **αγαλλίαση**.  
Όποτε συμβαίνει αυτό, η **αγαλλίαση** ως παράγοντας της φώτισης εγείρεται σ' αυτόν.  
Τότε αυτός την αναπτύσει και επιτυγχάνει την πλήρη ανάπτυξή της».



Η αγαλλίαση εδώ, αυξάνεται παράλληλα με τους προηγούμενους παράγοντες της φώτισης, μέχρι που φτάνει στο αποκορύφωμά της.



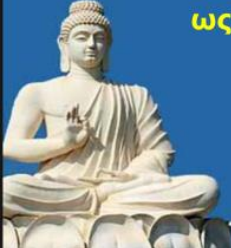
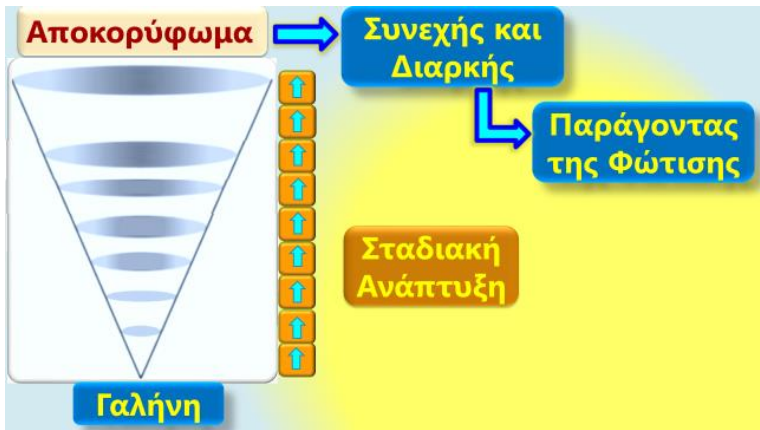




«Γι' αυτόν που αισθάνεται αγγαλίαση, το σώμα και ο νους του **γαληνεύουν**.

Όποτε συμβαίνει αυτό, η **γαλήνη** ως παράγοντας της φώτισης εγείρεται σ' αυτόν.

Τότε αυτός την αναπτύσει και επιτυγχάνει **την πλήρη ανάπτυξή της**».

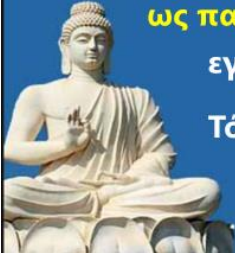



Κι εδώ η γαλήνη αυξάνεται παράλληλα με τους άλλους παράγοντες της φώτισης, μέχρι που φτάνει στο αποκορύφωμά της.



6  
**Η  
 ΑΥΤΟΣΥΓΚΕΝΤΡΩΣΗ  
 (SAMĀDHI)**

«Γι' αυτόν που είναι γαλήνιος και ευτυχής,  
 ο νους του **αυτοσυγκεντρώνεται**.  
 Όποτε συμβαίνει αυτό, **η αυτοσυγκέντρωση**  
**ως παράγοντας της φώτισης**  
 εγείρεται σ' αυτόν.  
 Τότε αυτός την αναπτύσει  
 και επιτυγχάνει  
**την πλήρη ανάπτυξή της.**»

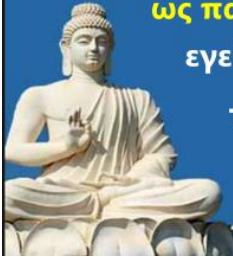
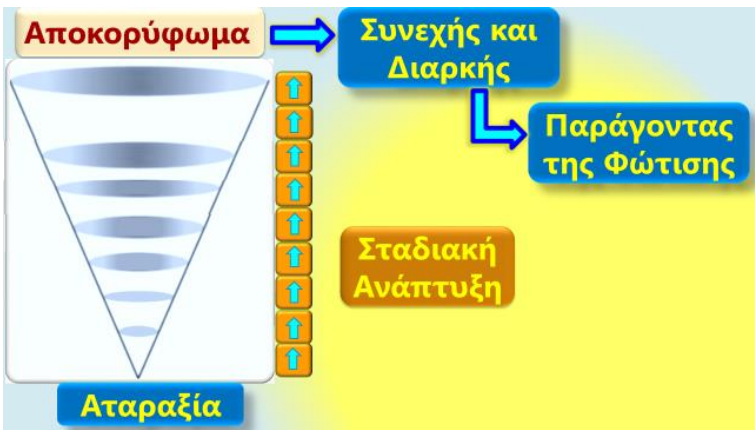



Εδώ η αυτοσυγκέντρωση αυξάνεται παράλληλα και με τους άλλους παράγοντες της φώτισης, μέχρι που φτάνει στο αποκορύφωμά της.



7  
**Η ΑΤΑΡΑΞΙΑ  
 (ΥΡΕΚΚΗĀ)**

«Κατόπιν παρακολουθεί στενά **με αταραξία** τον αυτοσυγκεντρωμένο του νου.  
 Όποτε συμβαίνει αυτό, **η αταραξία ως παράγοντας της φώτισης** εγείρεται σ' αυτόν.  
 Τότε αυτός την αναπτύσει και επιτυγχάνει **την πλήρη ανάπτυξη της.**»

Ξέρουμε ότι όταν ο άνθρωπος αποκτήσει μια αυτοσυγκέντρωση, έχει δηλαδή εστιάσει τον νου του κάπου, τότε δεν αισθάνεται πλέον αυτή την δόνηση στον νου, αυτό το τρέμουλο. Είναι η στιγμή που επέρχεται αυτή η αταραξία λόγω της αυτοσυγκέντρωσης.

Βλέπουμε λοιπόν ότι αυτοί οι νοητικοί παράγοντες επηρεάζουν ο ένας τον άλλον.



Οι παράγοντες της φώτισης αρχικά εμφανίζονται διαδοχικά, με τον κάθε έναν από αυτούς να αποτελεί προϋπόθεση για τον επόμενο. Έχουμε εδώ μια αλυσιδωτή αντίδραση όπου ο ένας παράγοντας επηρεάζει τον άλλον· και όσο περισσότερο αυξάνεται ο ένας παράγοντας, τόσο αυξάνεται και ο επόμενος.

Καθώς εγείρεται ο κάθε επόμενος παράγοντας, αυτοί που έχουν ήδη εγερθεί δεν εξαφανίζονται, αλλά παραμένουν παράλληλα με τους επόμενους ως επιπρόσθετοι.

Έτσι, στο προχωρημένο και ώριμο στάδιο της ανάπτυξης, όλοι οι επτά παράγοντες είναι ταυτόχρονα παρόντες, καθένας από τους οποίους κάνει την δική του ξεχωριστή συνεισφορά.

Η μνήμη, η ενεργητικότητα, η αυτοσυγκέντρωση, κλπ., ενδυναμώνονται βαθμιαία, και στο προχωρημένο στάδιο, στο αποκορύφωμά τους, έχουν την δυνατότητα να επιφέρουν την φώτιση.

Τώρα, στον δρόμο για την φώτιση, υπάρχουν πέντε εμπόδια. Παρ' όλα αυτά, οι επτά νοητικοί παράγοντες της φώτισης είναι αυτοί που κατά την διάρκεια της ανάπτυξής τους, εξαλείφουν αυτά τα πέντε εμπόδια.



Αυτά είναι:

1. η φιλήδονη επιθυμία	<i>kāmacchanda</i>
2. ο θυμός/μίσος	<i>byāpāda</i>
3. η νωθρότητα και η υπνηλία	<i>thinamiddha</i>
4. η ανησυχία και η τύψη	<i>uddhacca-kukucca</i>
5. η αμφιβολία	<i>vicikicchā</i>

Για παράδειγμα, η φιλήδονη επιθυμία μπορεί να εμφανισθεί με την μορφή της απληστίας, της λανθασμένης άποψης και της αλαζονείας. Αυτοί οι τρεις ανήκουν στην φαύλη ρίζα της απληστίας και ανήκουν στην ομάδα των 14 φαύλων νοητικών παραγόντων. Ο άνθρωπος που έχει μέσα του φιλήδονη επιθυμία, μπορεί εύκολα να εμφανίσει απληστία, λανθασμένη άποψη και αλαζονεία.

Έχουμε μετά τον θυμό που μαζί με την ζήλεια και την τσιγκουνιά ανήκουν στην ομάδα του μίσους, όπου το άτομο ενοχλείται από την πρόοδο και την επιτυχία των άλλων ή ενοχλείται από την ιδέα να μοιραστεί τα υπάρχοντά του με άλλους.

Η νωθρότητα και η υπνηλία ανήκουν επίσης στους φαύλους νοητικούς παράγοντες και παρουσιάζονται σαν εμπόδιο κατά την ώρα του διαλογισμού. Άλλα εμπόδια είναι η ανησυχία και η τύψη, καθώς και η αμφιβολία. Η αυταπάτη δεν αναφέρεται εδώ διότι ήδη υπάρχει η ανησυχία και η αμφιβολία που έτσι κι αλλιώς συνοδεύονται από την αυταπάτη η οποία είναι μία φαύλη ρίζα.

Όλα αυτά τα εμπόδια όμως μπορούν να αντικρουσθούν από τους παράγοντες της φώτισης.

Αντίκρουση των Πέντε Πνευματικών Εμποδίων	
Η αυτοσυγκέντρωση	⊗ → φιλήδονη επιθυμία
Η αγαλλίαση	⊗ → θυμός/μίσος
Η ενεργητικότητα	⊗ → νωθρότητα & υπνηλία
Η ΜΝΗΜΗ Παράγοντας εξισορρόπησης	
Η γαλήνη & αταραξία	⊗ → ανησυχία & τύψη
Η ερευνητικότητα	⊗ → αμφιβολία

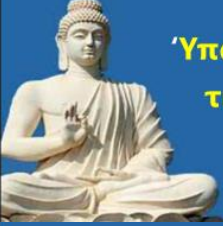
Η μνήμη δεν αντικρούει κάποιο από τα πέντε νοητικά εμπόδια αλλά υποστηρίζει τους παράγοντες της φώτισης.

## ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ ΤΩΝ ΕΠΤΑ ΠΑΡΑΓΟΝΤΩΝ ΤΗΣ ΦΩΤΙΣΗΣ




Κάποιος παραμένει παρατηρώντας τα νοητικά αντικείμενα ως νοητικά αντικείμενα, όσον αφορά τους επτά παράγοντες της φώτισης. Και πώς παραμένει παρατηρώντας τα;

«Όταν υπάρχει **η μνήμη** ως παράγοντας της φώτισης μέσα του καταλαβαίνει:



**‘Υπάρχει η μνήμη ως παράγοντας της φώτισης μέσα μου’.**


Ή, όταν δεν υπάρχει η μνήμη ως παράγοντας της φώτισης μέσα του, καταλαβαίνει:



**‘Δεν υπάρχει η μνήμη ως παράγοντας της φώτισης μέσα μου’.**

Και καταλαβαίνει επίσης

- πώς προέρχεται η **έγερση** της μη εγερμένης μνήμης ως παράγοντας της φώτισης, και
- πώς επέρχεται η **πλήρης ανάπτυξη** της εγερμένης μνήμης ως παράγοντας της φώτισης.

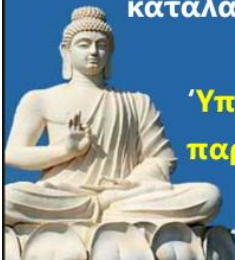


Εδώ έχουμε την ενόραση και την παρατήρηση. Όταν αυτός ο νοητικός παράγοντας έχει αυξηθεί, τότε γίνεται τόσο πρόδηλος, που ο διαλογιστής έχει την δυνατότητα να τον παρατηρήσει. Καταλαβαίνει επίσης, ποιές είναι εκείνες οι στιγμές που ο παράγοντας της φώτισης έχει αυξηθεί και είναι παρών, και πότε απουσιάζει.

Έτσι σε αυτή την περίπτωση, ο διαλογιστής δεν απολαμβάνει απλώς την μνήμη αλλά προσπαθεί να κατανοήσει ποιός είναι αυτός ο νοητικός παράγοντας που λέγεται μνήμη και πώς μπορεί να αναπτυχθεί. Το ίδιο γίνεται και με τους υπόλοιπους νοητικούς παράγοντες.

## 2 Η ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑ ΤΩΝ ΦΑΙΝΟΜΕΝΩΝ

«Όταν υπάρχει η **ερευνητικότητα** ως παράγοντας της φώτισης μέσα του καταλαβαίνει:



**‘Υπάρχει η ερευνητικότητα ως παράγοντας της φώτισης μέσα μου’.**

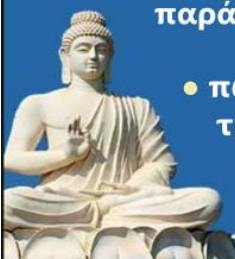
‘Η, όταν δεν υπάρχει η ερευνητικότητα ως παράγοντας της φώτισης μέσα του, καταλαβαίνει:



**‘Δεν υπάρχει η ερευνητικότητα ως παράγοντας της φώτισης μέσα μου’.**

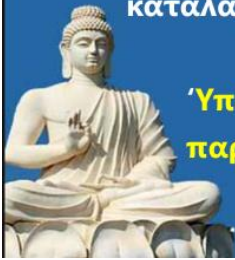
Και καταλαβαίνει επίσης

- πώς προέρχεται η **έγερση** της μη εγερμένης ερευνητικότητας ως παράγοντας της φώτισης, και
- πώς επέρχεται η **πλήρης ανάπτυξη** της εγερμένης ερευνητικότητας ως παράγοντας της φώτισης.



## Η ΕΝΕΡΓΗΤΙΚΟΤΗΤΑ

«Όταν υπάρχει η **ενεργητικότητα** ως παράγοντας της φώτισης μέσα του καταλαβαίνει:



**‘Υπάρχει η ενεργητικότητα ως παράγοντας της φώτισης μέσα μου’.**

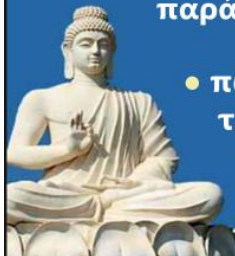
‘Η, όταν δεν υπάρχει η ενεργητικότητα ως παράγοντας της φώτισης μέσα του, καταλαβαίνει:



**‘Δεν υπάρχει η ενεργητικότητα ως παράγοντας της φώτισης μέσα μου’.**

Και καταλαβαίνει επίσης

- πώς προέρχεται η **έγερση** της μη εγερμένης ενεργητικότητας ως παράγοντας της φώτισης, και
- πώς επέρχεται η **πλήρης ανάπτυξη** της εγερμένης ενεργητικότητας ως παράγοντας της φώτισης.

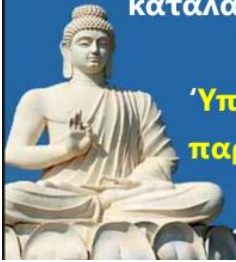




4

## Η ΑΓΑΛΛΙΑΣΗ

«Όταν υπάρχει η **αγαλλίαση** ως παράγοντας της φώτισης μέσα του καταλαβαίνει:



**‘Υπάρχει η αγαλλίαση ως παράγοντας της φώτισης μέσα μου’.**

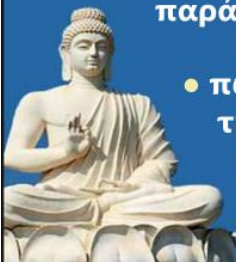
‘Η, όταν δεν υπάρχει η αγαλλίαση ως παράγοντας της φώτισης μέσα του, καταλαβαίνει:



**‘Δεν υπάρχει η αγαλλίαση ως παράγοντας της φώτισης μέσα μου’.**

Και καταλαβαίνει επίσης

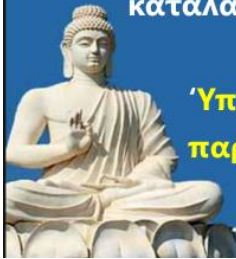
- πώς προέρχεται η **έγερση** της μη εγερμένης αγαλλίασης ως παράγοντας της φώτισης, και
- πώς επέρχεται η **πλήρης ανάπτυξη** της εγερμένης αγαλλίασης ως παράγοντας της φώτισης.



5

## Η ΓΑΛΗΝΗ

«Όταν υπάρχει η **γαλήνη** ως παράγοντας της φώτισης μέσα του καταλαβαίνει:



**‘Υπάρχει η γαλήνη ως παράγοντας της φώτισης μέσα μου’.**

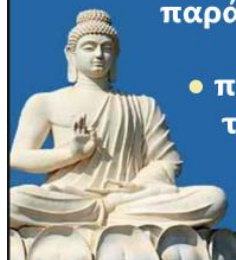
‘Η, όταν δεν υπάρχει η γαλήνη ως παράγοντας της φώτισης μέσα του, καταλαβαίνει:



**‘Δεν υπάρχει η γαλήνη ως παράγοντας της φώτισης μέσα μου’.**

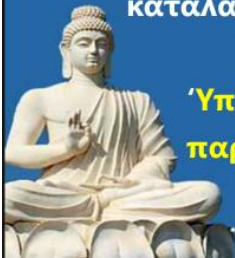
Και καταλαβαίνει επίσης

- πώς προέρχεται η **έγερση** της μη εγερμένης γαλήνης ως παράγοντας της φώτισης, και
- πώς επέρχεται η **πλήρης ανάπτυξη** της εγερμένης γαλήνης ως παράγοντας της φώτισης.



## Η ΑΥΤΟΣΥΓΚΕΝΤΡΩΣΗ

«Όταν υπάρχει η αυτοσυγκέντρωση ως παράγοντας της φώτισης μέσα του καταλαβαίνει:



‘Υπάρχει η αυτοσυγκέντρωση ως παράγοντας της φώτισης μέσα μου’.

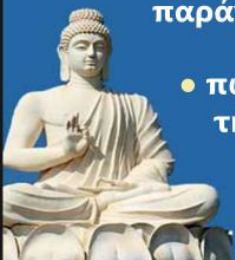
‘Η, όταν δεν υπάρχει η αυτοσυγκέντρωση ως παράγοντας της φώτισης μέσα του, καταλαβαίνει:



‘Δεν υπάρχει η αυτοσυγκέντρωση ως παράγοντας της φώτισης μέσα μου’.

Και καταλαβαίνει επίσης

- πώς προέρχεται η **έγερση** της μη εγερμένης αυτοσυγκέντρωσης ως παράγοντας της φώτισης, και
- πώς επέρχεται η **πλήρης ανάπτυξη** της εγερμένης αυτοσυγκέντρωσης ως παράγοντας της φώτισης.



7

## Η ΑΤΑΡΑΞΙΑ

«Όταν υπάρχει η **αταραξία** ως παράγοντας της φώτισης μέσα του καταλαβαίνει:



**‘Υπάρχει η αταραξία ως παράγοντας της φώτισης μέσα μου’.**

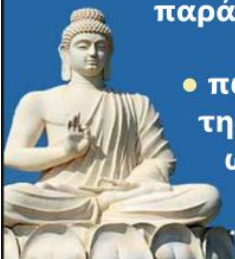
‘Η, όταν δεν υπάρχει η αταραξία ως παράγοντας της φώτισης μέσα του, καταλαβαίνει:



**‘Δεν υπάρχει η αταραξία ως παράγοντας της φώτισης μέσα μου’.**

Και καταλαβαίνει επίσης

- πώς προέρχεται η **έγερση** της μη εγερμένης αταραξίας ως παράγοντας της φώτισης, και
- πώς επέρχεται η **πλήρης ανάπτυξη** της εγερμένης αταραξίας ως παράγοντας της φώτισης.



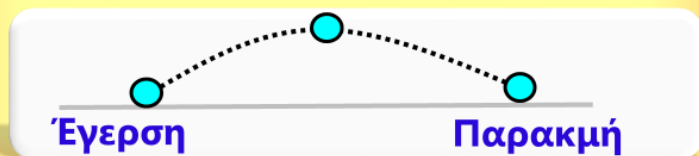
Στην συνέχεια ο Βούδδας, αρχίζει να εξηγεί τον διορατικό διαλογισμό.

**ΔΙΟΡΑΤΙΚΟΣ  
ΔΙΑΛΟΓΙΣΜΟΣ  
(VIPASSANĀ)**

Μπορεί να πάρει κάποιος αυτούς τους νοητικούς παράγοντες της φώτισης και να κάνει πάνω σ' αυτούς διορατικό διαλογισμό.

**Η θεμελιώδης αρχή στην παρατήρηση μέσω διορατικού διαλογισμού (Vipassanā) είναι:**

- Παρατήρηση της
  - Έγερσης (*samudaya*) και
  - Παρακμής (*vaya*)
- κάθε νοητικού και υλικού φαινομένου

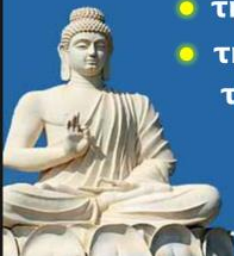


Η παρατήρηση μέσω του διορατικού διαλογισμού, είναι ουσιαστικά η διαδικασία του να παρατηρεί κάποιος την έγερση και την παρακμή κάθε παρατηρούμενου φαινομένου, ώστε να εμβαθύνει στην κατανόηση της παροδικής, προσωρινής, σύντομης, πρόσκαιρης, στιγμιαίας, φευγαλέας, περαστικής, και ασταθούς φύσης των νοητικών και υλικών φαινομένων.

Λέει ο Βούδδας:

«Και παραμένει παρατηρώντας  
**στα νοητικά αντικείμενα**

- τη φύση της έγερσης,
- τη φύση της παρακμής, ή
- τη φύση της έγερσης και της παρακμής».



Έγερση Παρακμή

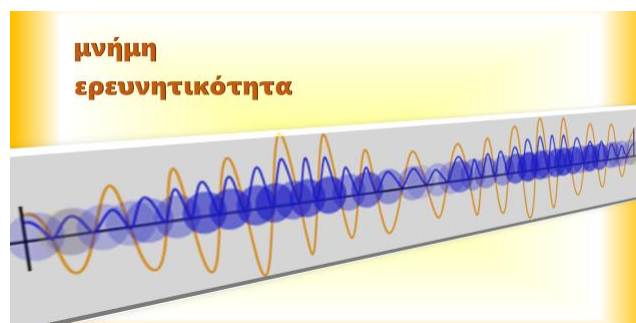
Όπως θα δούμε παρακάτω, αυτά τα νοητικά αντικείμενα είναι οι παράγοντες της φώτισης.

ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ ΜΕ ΕΠΙΓΝΩΣΗ & ΜΝΗΜΗ	
1ο ΜΕΡΟΣ	2ο ΜΕΡΟΣ
Γνώση του Αντικειμένου της Παρατήρησης	—Διόραση— Παρατήρηση της Έγερσης & Παρακμής του
ΝΟΗΤΙΚΑ ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΑ	✓

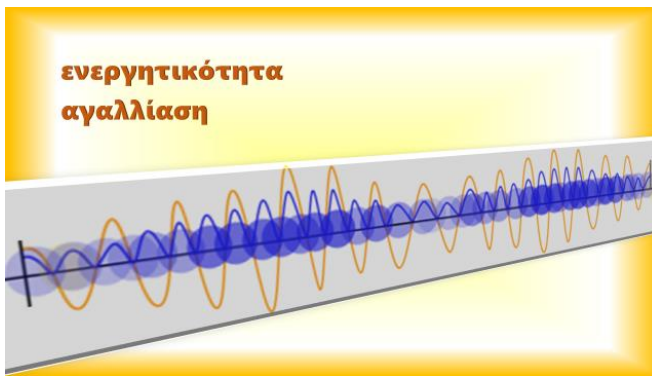


Όταν υπάρχει μέσα στον διαλογιστή η μνήμη, μπορεί να συνειδητοποιήσει και να κάνει την νοητική σημείωση ότι «η μνήμη ως παράγοντας της φώτισης υπάρχει μέσα μου». Στην συνέχεια εστιάζεται στο να δει ότι κι αυτός ο νοητικός παράγοντας της μνήμης εγείρεται, διαρκεί και παρακαμάζει.

Το ίδιο γίνεται και με την ερευνητικότητα. Όταν υπάρχει μέσα του ή και όταν ακόμα δεν υπάρχει, ο διαλογιστής το καταλαβαίνει και κάνει την νοητική σημείωση. Στην συνέχεια, μπορεί να δει την έγερση, την διάρκεια και την παρακμή της, δια μέσου της νοητικής σημείωσης που πρέπει να κάνει τακτικά για να βλέπει ότι κι αυτοί οι νοητικοί παράγοντες έχουν την φύση της έγερσης και της παρακμής.



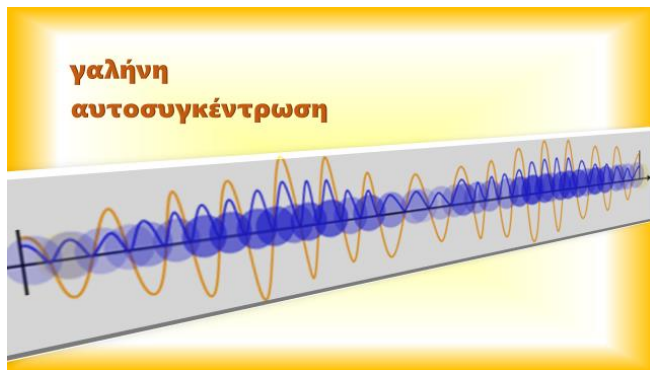
Το ίδιο γίνεται και με την ενεργητικότητα και την αγαλλίαση.



Εάν τις παρατηρήσει κάποιος θα δει ότι παρ' όλο που η συχνότητά τους είναι διαρκής και συνεχής, εγείρονται και παρακμάζουν διαρκώς. Αυτό μπορεί να το δει κάποιος σε μικροσκοπικό επίπεδο. Διότι όλοι οι νοητικοί παράγοντες είναι μέρος του νου. Οτιδήποτε είναι μέρος του νου, έχει την φύση της έγερσης και της παρακμής.

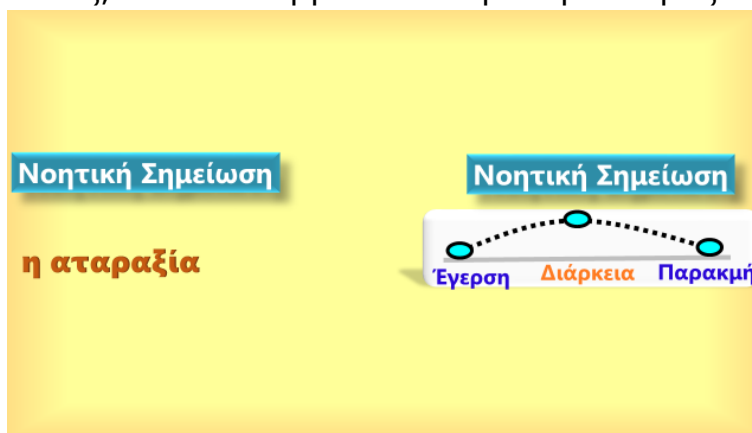
Μετά έχουμε την γαλήνη και την αυτοσυγκέντρωση που τις επεξεργαζόμαστε με τον ίδιο τρόπο.



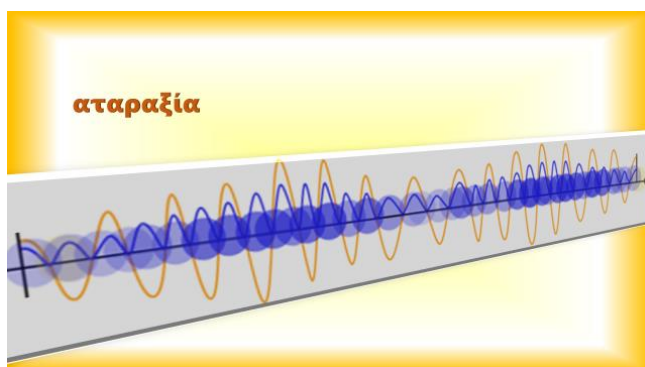


Έτσι, εάν παρατηρήσει κανείς την γαλήνη και την αυτοσυγκέντρωση σε μικροσκοπικό επίπεδο, θα δει ότι κι αυτοί οι νοητικοί παράγοντες εγείρονται, διαρκούν και παρακμάζουν, παρ' όλο που η συχνότητά τους είναι τόσο συνεχής και διαρκής.

Τέλος, το ίδιο συμβαίνει και με την αταραξία.



Ο διαλογιστής κάνει την νοητική σημείωση ότι η αταραξία υπάρχει μέσα του και προσπαθεί να δει την φύση της έγερσης και της παρακμής αυτής της αταραξίας, κάνοντας την νοητική σημείωση που βοηθάει στην μνήμη και στην επίγνωση για να θυμάται.



Η ροή δε, της αταραξίας, είναι παρόμοια με αυτή των υπόλοιπων παραγόντων της φώτισης: συνεχής και διαρκής, αλλά σε μικροσκοπικό επίπεδο κι αυτή εγείρεται, διαρκεί και παρακμάζει.



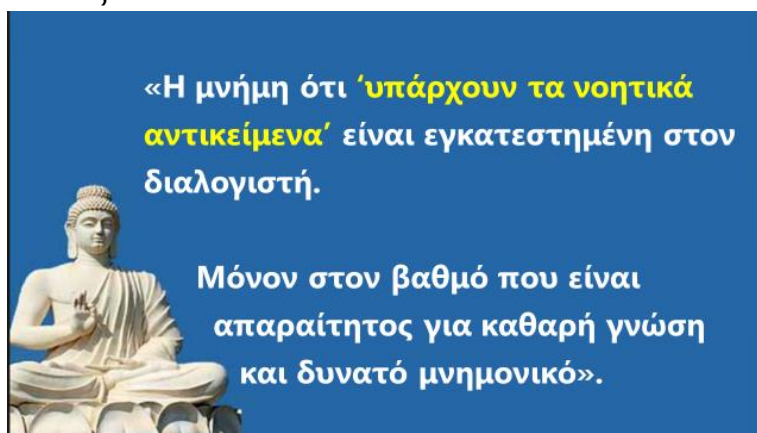
Έτσι, αυτός ο διαλογισμός δεν περιορίζεται μόνο στο να δούμε την έγερση και την παρακμή άλλων αντικειμένων, αλλά να δούμε ότι και οι ίδιοι οι νοητικοί παράγοντες της φώτισης έχουν την ίδια φύση· δηλαδή να εγείρονται και να παρακμάζουν. Κατ' αυτόν τον τρόπο αποβάλλουμε την προσκόλληση προς αυτούς τους νοητικούς παράγοντες. Διότι αυτοί οι νοητικοί παράγοντες της φώτισης δεν είναι μόνιμοι νοητικοί παράγοντες. Είναι απλώς παράγοντες που παρ' όλο που έχουν αυξηθεί και έχουν φτάσει σε τόσο υψηλό αποκορύφωμα, και παρ' όλο που η συχνότητά τους είναι συνεχής και διαρκής, δεν παύουν να έχουν την φύση της έγερσης και της παρακμής.

Εδώ πρέπει να σημειώσουμε ότι στον διαλογισμό υπάρχει η διόραση (*βιπάσσανα*) αλλά υπάρχει και η μεταδιόραση (*πάτι-βιπάσσανα*). Με την διόραση μπορούμε να καταλάβουμε την πραγματική φύση ενός αντικειμένου όπως είναι για παράδειγμα η μνήμη. Η μνήμη με την σειρά της είναι ένας παράγοντας που βοηθάει να καταλάβουμε ένα άλλο φαινόμενο. Έτσι ο Βούδδας αναφέρει, ότι μεταδιόραση είναι όταν κάποιος επιστρέφει και εξετάζει αυτόν καθ' εαυτόν τον νοητικό παράγοντα της μνήμης και την φύση του. Μεταδιόραση είναι όταν ο διαλογιστής παρατηρεί την φύση του νοητικού παράγοντα ο οποίος παρατηρεί το φαινόμενο. Μπορούμε να την αποκαλέσουμε και αντικυκλική διόραση επειδή γυρίζει κανείς πίσω και βλέπει τους νοητικούς παράγοντες που παρατηρούν την φύση των άλλων αντικειμένων, την έγερση και την παρακμή άλλων φαινομένων.

Μήπως η ίδια η μνήμη δεν εγείρεται και παρακμάζει; Σαφώς. Το ίδιο κάνουν και οι άλλοι νοητικοί παράγοντες, κι αυτοί εγείρονται και παρακμάζουν. Η εξέταση της φύσης αυτών των νοητικών παραγόντων που είναι τόσο πρόδηλοι και που έχουν φτάσει σε τόσο υψηλό βαθμό, ονομάζεται μεταδιόραση. Δηλαδή, όπως εγείρεται και παρακμάζει το παρατηρούμενο αντικείμενο, έτσι και ο ίδιος ο νοητικός παράγοντας που κάνει την παρατήρηση εγείρεται και παρακμάζει.

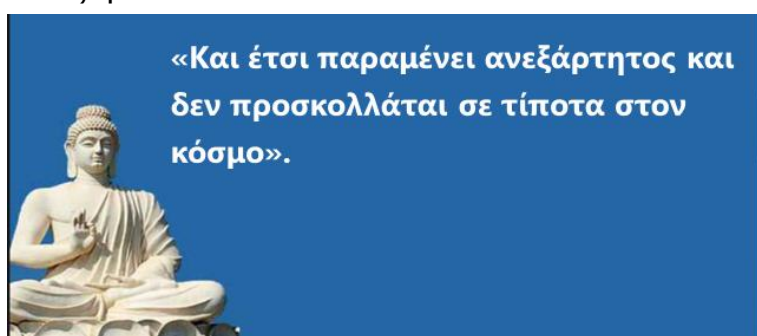


Έτσι, με την μέθοδο της μεταδιόρασης, ο διαλογιστής δεν αφήνει μέσα του ούτε ένα φαινόμενο που να μην το έχει εξετάσει, και από την μία πλευρά και από την άλλη. Κάνοντας αυτή την άσκηση, ο Βούδδας λέει ότι:



Το νόημα είναι: ότι υπάρχουν μόνον τα νοητικά αντικείμενα όπως οι νοητικοί παράγοντες της μνήμης, της αυτοσυγκέντρωσης, της αταραξίας κλπ. Όχι ένα ον, όχι ένα άτομο, όχι γυναίκα, όχι άνδρας, όχι εαυτός, όχι κάτι που ανήκει σ' έναν εαυτό, όχι εγώ και όχι δικό μου, όχι κάποιος και όχι κάτι που ανήκει σε κάποιον.

Μόνον για τον βαθμό ενός ευρύτερου και υψηλότερου μέτρου γνώσης και μνήμης. Αυτό ονομάζεται *γιάτα-μπούτα-νιάνα*, δηλ. γνώση των φαινομένων όπως είναι πραγματικά, και όχι όπως τα φανταζόμαστε να είναι.



#### ΤΟ ΝΟΗΜΑ

- **ανεξάρτητος:** δεν εξαρτάται από την επιθυμία (*taṇhā*) και τις θεωρίες ή τις απόψεις (*ditṭhi*) σχετικά με τα νοητικά αντικείμενα.
- **δεν προσκολλάται σε τίποτα στον κόσμο:** στον κόσμο δεν προσκολλάται σε κανένα νοητικό αντικείμενο ότι αυτό είναι ο εαυτός μου ή αυτό ανήκει στον εαυτό μου.

Εδώ ο Βούδδας διδάσκει κάτι ριζοσπαστικό, ότι δηλαδή ακόμα και αυτοί οι νοητικοί παράγοντες της φώτισης που έχουν φτάσει τόσο ψηλά στο αποκορύφωμά τους, και βρίσκονται σε αυτή την συνεχή συχνότητα όπου ο νους δεν επιτρέπει να εισέλθουν άλλες σκέψεις ή άλλοι φαύλοι νοητικοί παράγοντες, ακόμα κι αυτοί εγείρονται και παραμάζουν. Κατ' αυτόν τον τρόπο, ο διαλογιστής δεν προσκολλάται ούτε καν σε αυτούς τους νοητικούς παράγοντες της φώτισης υπό την μορφή ενός εαυτού ή ότι ανήκουν σε ένα εαυτό.

Η ιδέα αυτή υπάρχει φυσικά και σε άλλα φιλοσοφικά συστήματα, τα οποία επίσης πρεσβεύουν ότι ο νους και η ύλη είναι ασταθείς όπως συμβαίνει με την επιφάνεια της θάλασσας που είναι πάντα σε μεταβολή. Όμως λένε ότι όπως στον βυθό της θάλασσας όλα είναι γαλήνια και σταθερά, έτσι και μέσα στα βάθη του νου μας υπάρχει κάτι μόνιμο που το αποκαλούν ψυχή ή μόνιμο εαυτό. Δηλαδή, παρ' όλο που στην επιφάνεια ο νους μας και τα υλικά φαινόμενα ταλαντεύονται, βαθειά εσωτερικά υπάρχει κάτι μόνιμο και γαλήνιο όπως και στον βυθό της θάλασσας.

Αυτή την αναλογία με την θάλασσα φυσικά δεν την έχουν καταλάβει πλήρως, διότι ακόμα και στον βυθό της θάλασσας δεν υπάρχει ούτε ένα σημείο χωρίς κινητικότητα και ταλάντευση. Έτσι η θάλασσα βρίσκεται πάντα σε κίνηση, είτε στην επιφάνειά της είτε στον βυθό της.

Κάτι ανάλογο γίνεται με τον νου μας. Ο νους μας και στην επιφάνεια δηλ. στον συνειδητό νου βρίσκεται πάντα σε κίνηση, και κάτω από την επιφάνεια στο υποσυνείδητο βρίσκεται σε κίνηση, και στον βυθό στο ασυνείδητο βρίσκεται πάντα σε κίνηση.

Έτσι, εάν κάποιος δεν έχει αναλύσει τον νου, τότε μπορεί πολύ εύκολα να έχει τέτοιου είδους αντιλήψεις: ότι δηλ. υπάρχει κάτι μόνιμο μέσα μας, και να θεωρήσει ότι η επίτευξη της αγαλλίασης, της γαλήνης και της αταραξίας, σημαίνει μονιμότητα και παντοτεινή διάρκεια. Αυτό συμβαίνει πολύ συχνά σε αυτούς που διαλογίζονται στην αυτοσυγκέντρωση: όταν επιτυγχάνουν έναν μεγάλο βαθμό αγαλλίασης, γαλήνης, και αταραξίας, νομίζουν ότι βρήκαν τον πραγματικό εαυτό τους που είναι μόνιμος και αμετάβλητος, χωρίς να εξετάζουν ότι αυτή η αγαλλίαση, η γαλήνη και η αταραξία, είναι κι αυτές παροδικές.

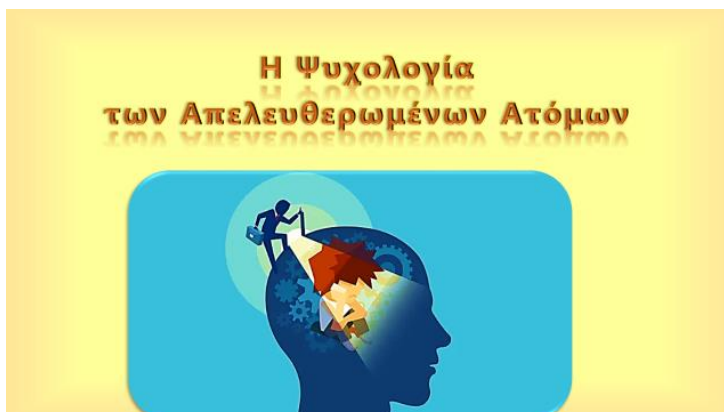
Τώρα, με τον διορατικό διαλογισμό κάποιος εξετάζει τί είναι αυτή η αγαλλίαση, τί είναι αυτή η γαλήνη, τί είναι αυτή η αταραξία και τότε βλέπει ότι κι αυτά τα φαινόμενα είναι παροδικά. Έτσι δεν προσκολλάται στην ιδέα ότι αυτά «είναι δικά μου», αυτά «είναι εγώ», «ο εαυτός μου» κλπ.

Χωρίς προσκόλληση, τελικά απελευθερώνεται από αυτές τις ψευδαισθήσεις και επιτυγχάνει την φώτιση βασισμένος στην εξίσωση ότι οτιδήποτε έχει την φύση της έγερσης έχει και την φύση της παρακμής. Εάν δεν δει κάποιος την έγερση και την παρακμή σε αυτά τα φαινόμενα, τότε είναι πολύ εύκολο να έχει τέτοιου είδους αντιλήψεις· ότι δηλ. κάπου βαθειά μέσα μας υπάρχει κάτι μόνιμο.

Η σταδιακή φώτιση και η κατανόηση των Τεσσάρων Ευγενών Αληθειών καθώς και αυτή των νοητικών παραγόντων της φώτισης, έχουν γίνει αντιληπτές από τα παρακάτω άτομα δια μέσω των υπερκόσμιων οδών και καρπών:

<b>Η σταδιακή φώτιση και η κατανόηση των Τεσσάρων Ευγενών Αληθειών</b>			
<b>A. Ο</b>	<b>B. Ο Άπαξ</b>	<b>Γ. Ο Μη</b>	<b>Δ. Ο Άξιος</b>
<b>Εισερχόμενος στο Ρεύμα</b>	<b>Επιστρέφων</b>	<b>Επιστρέφων</b>	<b>Arahant</b>
			
<b>υπερκόσμια οδός &amp; καρπός</b>	<b>υπερκόσμια οδός &amp; καρπός</b>	<b>υπερκόσμια οδός &amp; καρπός</b>	<b>υπερκόσμια οδός &amp; καρπός</b>

## **Απελευθερωμένα Άτομα 1**



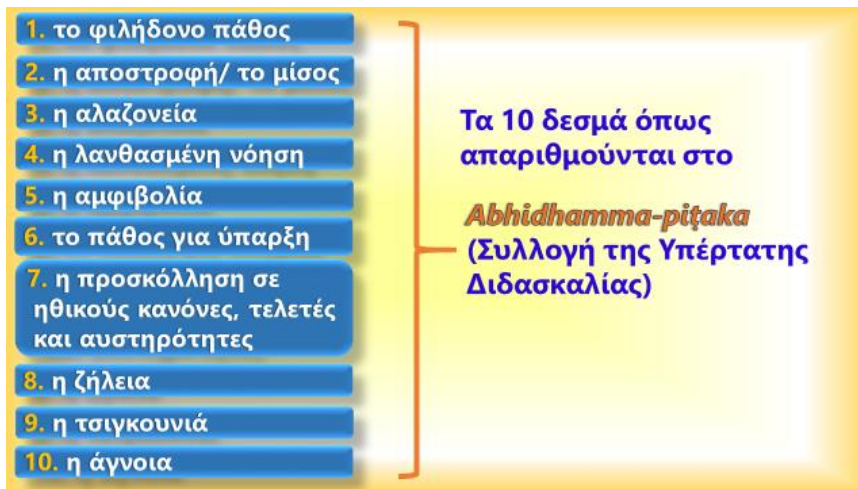
Καλησπέρα σε όλους σας και καλώς ορίσατε σε αυτό το μάθημα. Σήμερα θα μιλήσουμε για την ψυχολογία των Απελευθερωμένων Ατόμων, αυτών που όχι μόνον έχουν ξεπεράσει την ταλαιπωρία των καθημερινών και υπαρξιακών προβλημάτων αλλά έχουν φτάσει και στην φώτιση.

Οι επτά παράγοντες της φώτισης, τους οποίους είχαμε αναφέρει στα προηγούμενα μαθήματα, παίζουν πολύ σημαντικό ρόλο και γι' αυτό θα σταθούμε εκ νέου σε αυτούς.

Οι επτά παράγοντες της φώτισης είναι το συγκρότημα των νοητικών παραγόντων που λειτουργούν ως αιτίες και συνθήκες για την επίτευξη της φώτισης, δηλαδή την απελευθερωτική γνώση και όραση. Αυτοί είναι: η μνήμη, η ερευνητικότητα των φαινομένων, η ενεργητικότητα, η αγαλλίαση, η γαλήνη, η αυτοσυγκέντρωση, και η αταραξία. Τους συναντούμε στην καθημερινή ζωή ως απλούς παράγοντες, αλλά όταν φτάσουν στο αποκορύφωμά τους μέσω του διορατικού διαλογισμού, τότε τους αποκαλούμε παράγοντες της φώτισης.

Αυτοί οι επτά νοητικοί παράγοντες της φώτισης συνδέονται με τις καλές συνειδήσεις μόνο, εξαλείφουν τους 14 φαύλους νοητικούς παράγοντες, και επιτυγχάνουν την απελευθέρωση από τα 10 Νοητικά Δεσμά που δένουν τον νου στον υπαρξιακό πόνο και την ταλαιπωρία. Δηλαδή από το φιλήδονο πάθος, την αποστροφή ή το μίσος, την αλαζονεία, την λανθασμένη άποψη, την αμφιβολία, το πάθος για ύπαρξη, την προσκόλληση σε ηθικούς κανόνες, τελετές και αυστηρότητες με την πεποίθηση ότι μόνον έτσι επέρχεται η εξάγνιση και η λύτρωση, την ζήλεια, την τσιγκουνιά και την άγνοια.

Όλα τα δέκα δεσμά, βρίσκονται υπό την επήρρεια των 14 φαύλων νοητικών παραγόντων.



Η αρίθμηση του Αμπιντάμμα γίνεται σύμφωνα με την σειρά που συμβαίνουν αυτά τα δεσμά στην καθημερινή ζωή.

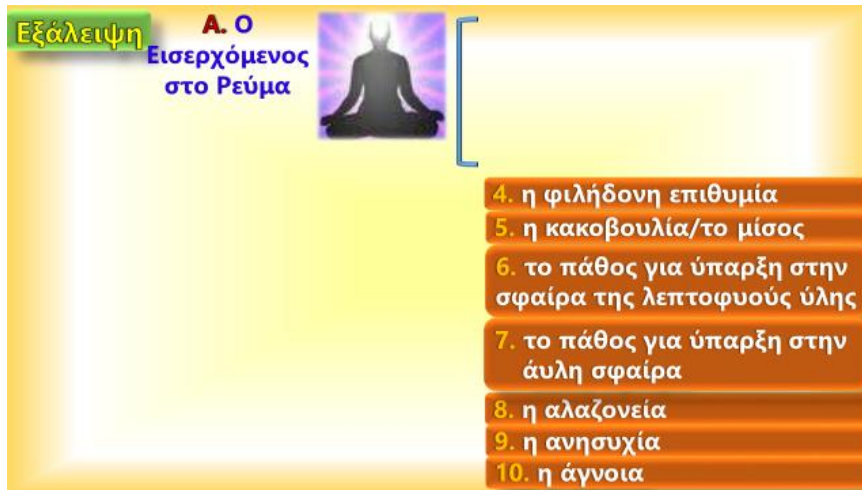
Τα 10 δεσμά απαριθμούνται επίσης και στην *Σούττα-πίτακα* (Συλλογή των Ομιλιών, με πάνω από 10.000 ομιλίες) με διαφορετική όμως σειρά. Αυτή είναι σύμφωνα με την σειρά της Εξάλειψής τους:



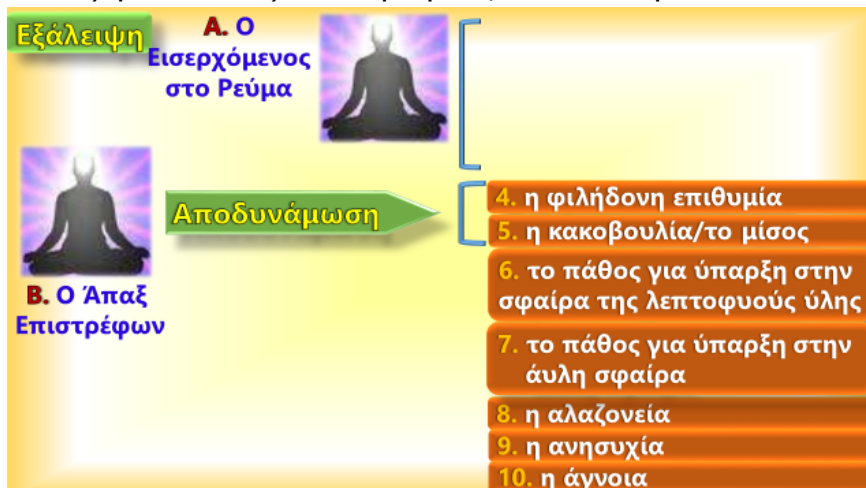
Εμείς σήμερα θα εξηγήσουμε τα δέκα δεσμά σύμφωνα με την σειρά εξάλειψής τους και θα δούμε τι συμβαίνει στα άτομα που απελευθερώνονται σταδιακά από αυτά.



Ο Εισερχόμενος στο Ρεύμα αποκόπτει τα τρία πρώτα δεσμά.



Μόλις γίνει Άπαξ Επιστρέφων, αποδυναμώνει το 4 και το 5.



Όταν γίνει Μη Επιστρέφων, εξαλείφει το 4 και το 5.



Και όταν φτάσει στην Αξιότητα, εξαλείφει τα υπόλοιπα πέντε.



Στην περίπτωση του Άραχαντ, ο νους του καθαρίζει τελείως.

Διαπιστώνουμε εδώ, ότι η εξάλειψη των δέκα δεσμών δεν γίνεται μονομιάς αλλά σταδιακά.

Επίσης, οι 14 φαύλοι νοητικοί παράγοντες εξαλείφονται τελείως, ενώ οι 25 καλοί και οι 13 μεταβλητοί παραμένουν. Επιπλέον, οι 25 καλοί νοητικοί παράγοντες δυναμώνουν ακόμα περισσότερο φτάνοντας στο αποκορύφωμα της δύναμής τους. Έτσι δεν υπάρχει περίπτωση κάποιος φαύλος νοητικός παράγοντας να επιστρέψει στην συνείδηση, διότι οι τρεις φαύλες ρίζες ή φωτιές της απληστίας, του μίσους, και της αυταπάτης, έχουν εκκριζωθεί πλήρως. Η κατάσβεση αυτών των τριών φωτιών είναι το Νιμπάνα και επιτυγχάνεται σταδιακά.

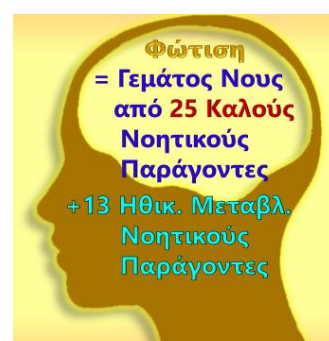
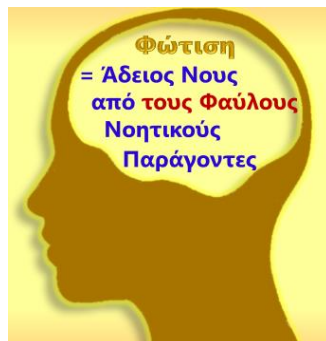
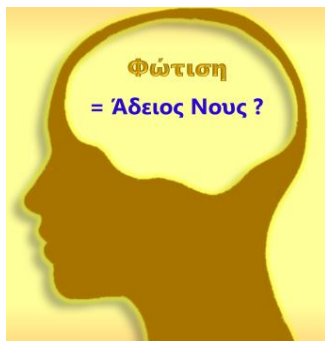
Ο Εισερχόμενος στο Ρεύμα είναι αυτός που κατασβύνει πρώτα την φωτιά της απληστίας, και έπονται οι υπόλοιποι που κατασβύνουν τις φωτιές όλων των δεσμών.



13 Ηθικά Μεταβλητοί Νοητικοί Παράγοντες		14 Φαύλοι Νοητικοί Παράγοντες	
1. νοητική επαφή	8. λογισμός	1. <b>αυταπάτη</b>	8. <b>μίσος</b>
2. αίσθημα	9. συλλογισμός	2. αδιαντροπία	9. ζήλια
3. αντίληψη	10. αποφασιστικότητα	3. μη ηθικός φόβος	10. τσιγκουνιά
4. πρόθεση	11. ενεργητικότητα	4. ανησυχία	11. τύψη
5. ενότητα του νου	12. χαρά (αγαλίαση)	5. <b>απληστία</b>	12. νωθρότητα
6. νοητική ζωτικότητα	13. αρέσκεια	6. λανθασμένη νόηση	13. υπνηλία
7. προσοχή		7. αλαζονεία	14. αμφιβολία
25 Καλοί Νοητικοί Παράγοντες			
1. πίστη στην καλοσύνη	8. ηρεμία του σώματος	18. ευθύτητα του σώματος	
2. μνήμη	9. ηρεμία του νου	19. ευθύτητα του νου	
3. ηθική ντροπή	10. ελαφρότητα του σώματος	20. ορθός λόγος	
4. ηθικός φόβος	11. ελαφρότητα του νου	21. ορθή πράξη	
5. <b>μη απληστία</b>	12. ευκαμψία του σώματος	22. ορθός βιοπορισμός	
6. <b>μη μίσος</b>	13. ευκαμψία του νου	23. συμπόνια	
7. αμεροληψία	14. ευστροφία του σώματος	24. συμπαθητική χαρά	
	15. ευστροφία του νου	25. <b>σοφία</b>	
	16. δυναμικότητα του σώματος		
	17. δυναμικότητα του νου		

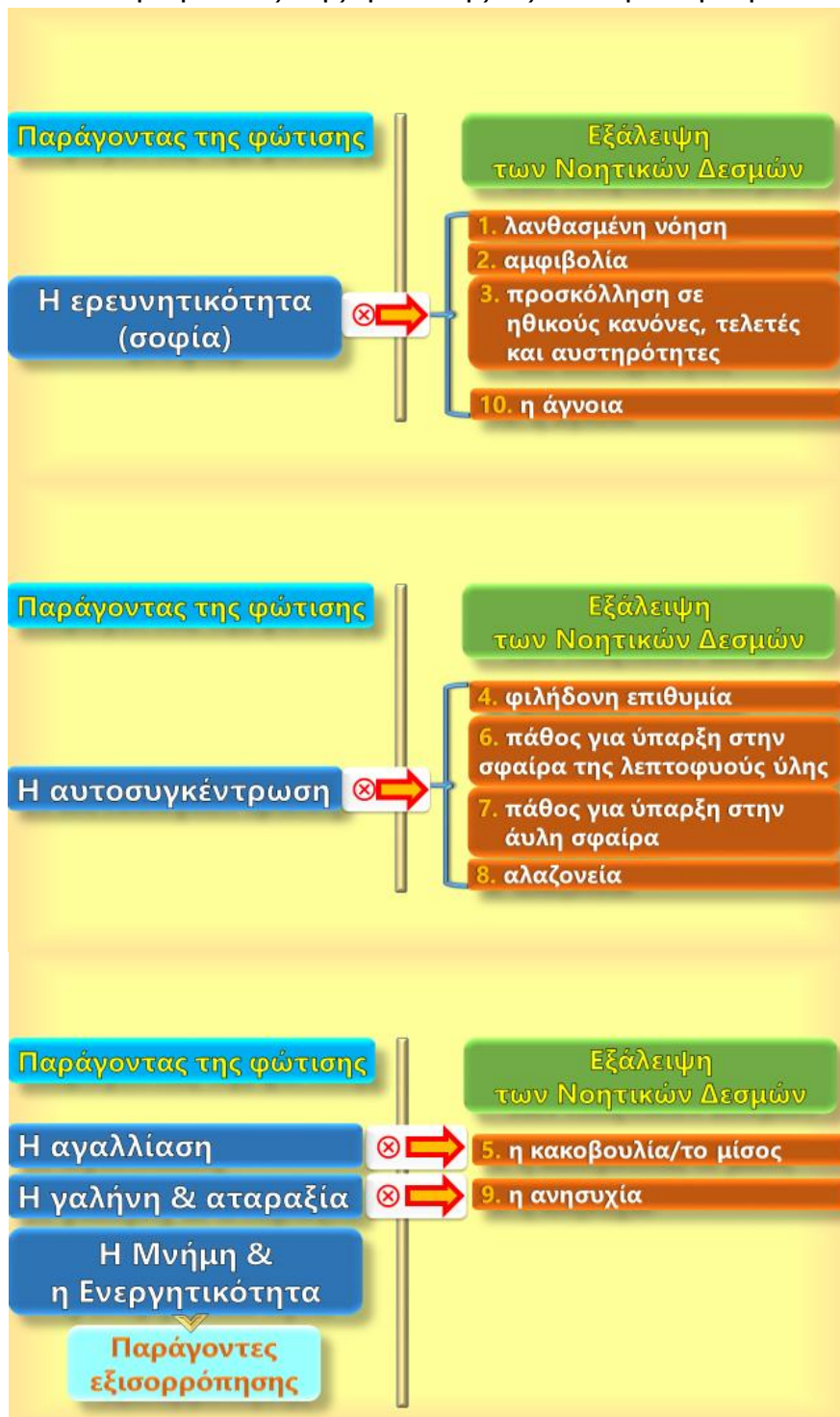
13 Ηθικά Μεταβλητοί Νοητικοί Παράγοντες		14 Φαύλοι Νοητικοί Παράγοντες	
1. νοητική επαφή	8. λογισμός	<b>Κατάσβεση, Κατάσβεση, Κατάσβεση,</b>	
2. αίσθημα	9. συλλογισμός	<b>Κατάπαυση Κατάπαυση Κατάπαυση</b>	
3. αντίληψη	10. αποφασιστικότητα	<b>Νιμπάνα</b>	<b>Νιμπάνα</b>
4. πρόθεση	11. ενεργητικότητα	<b>Νιρβάνα</b>	<b>Νιρβάνα</b>
5. ενότητα του νου	12. χαρά (αγαλίαση)	<b>Φώτιση</b>	<b>Φώτιση</b>
6. νοητική ζωτικότητα	13. αρέσκεια	<b>Φώτιση</b>	<b>Φώτιση</b>
7. προσοχή			
25 Καλοί Νοητικοί Παράγοντες			
1. πίστη στην καλοσύνη	8. ηρεμία του σώματος	18. ευθύτητα του σώματος	
2. μνήμη	9. ηρεμία του νου	19. ευθύτητα του νου	
3. ηθική ντροπή	10. ελαφρότητα του σώματος	20. ορθός λόγος	
4. ηθικός φόβος	11. ελαφρότητα του νου	21. ορθή πράξη	
5. <b>μη απληστία</b>	12. ευκαμψία του σώματος	22. ορθός βιοπορισμός	
6. <b>μη μίσος</b>	13. ευκαμψία του νου	23. συμπόνια	
7. αμεροληψία	14. ευστροφία του σώματος	24. συμπαθητική χαρά	
	15. ευστροφία του νου	25. <b>σοφία</b>	
	16. δυναμικότητα του σώματος		
	17. δυναμικότητα του νου		



Όταν λοιπόν μιλάμε για άδειο νου, πρέπει να προσδιορίσουμε ότι μιλάμε για απουσία των φαύλων νοητικών παραγόντων, και όταν μιλάμε για γεμάτο νου, πρέπει να προσδιορίσουμε ότι μιλάμε για την παρουσία των 25 καλών και των 13 ηθικά μεταβλητών νοητικών παραγόντων.

Μεταξύ των 25 καλών και των 13 ηθικά μεταβλητών νοητικών παραγόντων, υπάρχουν οι επτά παράγοντες της φώτισης που είναι πολύ δυναμικοί και παίζουν καθοριστικό ρόλο για την φώτιση εκριζώνοντας τα δέκα δεσμά.

Κάθε παράγοντας της φώτισης εξαλείφει ορισμένα δεσμά.



Η μνήμη και η ενεργητικότητα δεν εξαλείφουν κάποια δεσμά, αλλά δρουν ως παράγοντες εξισορρόπησης, φέρνοντας ενεργητικότητα που βοηθάει τους άλλους νοητικούς παράγοντες να ενεργοποιηθούν. Η μνήμη δε, τους βοηθάει να συνδιαστούν με τέτοιο εξισορροπητικό τρόπο ώστε να είναι σε θέση να εξαλείψουν τα νοητικά δεσμά.

Στα προηγούμενα μαθήματα είχαμε πει πώς επιτυγχάνεται η υπερκόσμια οδός λόγω αυτών των παραγόντων της φώτισης. Όταν φτάσει κάποιος στην φώτιση, υπάρχει η συνείδηση της υπερκόσμιας οδού και του υπερκόσμιου καρπού.

Θα συγκρίνουμε τώρα τους παράγοντες της Ευγενούς Οκταμελούς Οδού με τους παράγοντες της φώτισης, και θα δούμε πού ανήκουν αυτοί οι παράγοντες μέσα στην Οκταμελή Οδό.

Η Ορθή νόηση και ο Ορθός λογισμός ανήκουν στην κατηγορία της Σοφίας, και σε αυτήν αντιστοιχούν οι παράγοντες της Ερευνητικότητας, της Αγαλλίασης, της Γαλήνης, και της Αταραξίας. Στην συνέχεια έχουμε τον Ορθό λόγο, την Ορθή πράξη, και τον Ορθό Βιοπορισμό που ανήκουν στην κατηγορία της Ηθικής που απλώς υποστηρίζει τους άλλους νοητικούς παράγοντες. Και τέλος, έχουμε την Ορθή προσπάθεια, την Ορθή μνήμη και την Ορθή αυτοσυγκέντρωση που ανήκουν στην κατηγορία της Αυτοσυγκέντρωσης, και στην οποία αντιστοιχούν οι παράγοντες της Ενεργητικότητας, της Μνήμης, και της Αυτοσυγκέντρωσης (ορθή προσπάθεια είναι η ενεργητικότητα, ορθή μνήμη είναι η μνήμη, και ορθή αυτοσυγκέντρωση είναι η αυτοσυγκέντρωση).

Κατ' αυτόν τον τρόπο, οι παράγοντες της φώτισης είναι μέρος της Ευγενούς Οκταμελούς Οδού, και όταν φτάνουν στην αποκορύφωσή τους, τότε ονομάζονται Υπερκόσμιοι Οδοί και Καρποί.

Αν και τα μέλη της οκταμελούς οδού μπορούν να εγερθούν στις κοσμικές καλές συνειδήσεις των ενάρετων κοινών ανθρώπων (*πουτουτζάνα*),- οι οποίοι στην καθημερινότητά τους μπορούν να εξασκούν την ορθή νόηση, τον ορθό βιοπορισμό, τον ορθό λόγο, κλπ. - τα μέλη αυτά δεν είναι σταθερά στον προορισμό τους, αφού ένας κοινός άνθρωπος μπορεί να αλλάξει χαρακτήρα και να απομακρυνθεί από την Διδασκαλία (*Ντάμμα*).

Αλλά σε έναν Ευγενή μαθητή που έχει κατορθώσει να βιώσει την είσοδο στο ρεύμα και έχει επιτύχει την υπερκόσμια οδό και καρπό, τα μέλη της οδού σταθεροποιούνται στον προορισμό τους και ρέουν σαν ένα ρεύμα που οδηγεί στο Νιμπάνα.

Όπως το ρεύμα του Γάγγη ποταμού ρέει αδιάκοπα από τα Ιμαλία μέχρι τον ωκεανό, έτσι και η υπερκόσμια Ευγενής Οκταμελής Οδός ρέει αδιάκοπα από την ορθή νόηση προς την επίτευξη του Νιμπάνα.



Αυτό γίνεται λόγω της ελευθερίας από τα νοητικά δεσμά.

Η συνείδηση της οδού για την είσοδο στο ρεύμα (*σοταπάττι-μάγγα-τσίττα*), έχει την λειτουργία της αποκοπής των τριών πρώτων νοητικών δεσμών και της πλήρους απελευθέρωσης από αυτά.

Οι άλλες τρεις συνειδησεις της οδού, έχουν την λειτουργία της διαδοχικής μείωσης και τελικής αποκοπής των υπόλοιπων νοητικών δεσμών.

**Αυτός που έχει αποκόψει τα 1-3  
νοητικά δεσμά και είναι πλήρως  
ελεύθερος από αυτά  
ονομάζεται**

**A. O  
Εισερχόμενος  
στο Ρεύμα**



**Σώταπανα (*Sotāpanna*),**

**Η Επίτευξη του Εισερχόμενου στο Ρεύμα  
- *Sotāpanna* -**

**Η πρώτη φορά που επιτυγχάνεται το *Nibbāna*.**

Εκείνοι που έχουν επιτύχει το πρώτο στάδιο της φώτισης και ονομάζονται «οι Εισερχόμενοι στο Ρεύμα» (*Σώταπάννα*), είναι αυτοί που έχουν κατανοήσει αυτή την θεμελιώδη αρχή:

**«Ο,τι έχει τη φύση της έγερσης,  
αυτό εξ' ολοκλήρου έχει και τη φύση  
της παύσης, της παρακμής».**

***Yaṃ kiñci samudayadhammaṃ,  
sabbaṃ taṃ nirodhadhamman'ti.***

*Γιαμ κίντσι* σημαίνει οτιδήποτε, *Σαμούνταγια* σημαίνει έγερση, *ντάμμα* σημαίνει φαινόμενο ή φύση και *νιρόντα* σημαίνει παύση.

Αυτό δηλαδή που έχει αναφέρει ο Βούδδας σχετικά με την παρατήρηση της έγερσης και της παρακμής όλων των φαινομένων, στο σώμα, στα αισθήματα, στις αντιλήψεις κλπ., είναι που ένας Σώταπάννα έχει κατανοήσει σε πολύ μεγάλο βάθος.

**Αυτή η κατανόηση ονομάζεται:**

**«Ο Οφθαλμός του Ντάμμα»  
(*Dhamma-cakkhu*)**

**δηλαδή,**

**«Ο Οφθαλμός της Αληθινής Φύσης  
όλων των φαινομένων»**

Η αληθινή φύση όλων των φαινομένων είναι:

**«Ό,τι έχει τη φύση της έγερσης,  
αυτό εξ' ολοκλήρου έχει και τη φύση  
της παύσης, της παρακμής».**

Έτσι, καταλαβαίνοντας αυτό, δεν προσκολλάται κάποιος είτε στο σώμα, είτε στα αισθήματα, είτε στις νοητικές λειτουργίες, είτε σε άλλα σωματικά ή νοητικά φαινόμενα. Εκεί είναι που αποπροσκολλάται και αποταυτίζεται.

Έχοντας δει αυτή την αλήθεια μέσω της παρατήρησης της έγερσης και της παρακμής, ο Εισερχόμενος στο Ρεύμα έχει αποκόψει τον δεσμό της σκεπτικιστικής αμφιβολίας, και κατέχει τώρα την νόηση που είναι άριστη και απελευθερωτική οδηγώντας στην πλήρη παύση της ταλαιπωρίας.

Δηλαδή, είναι ένας που έχει εισέλθει πλήρως στο ρεύμα της Ευγενούς Οκταμελούς Οδού, που τον μεταφέρει αμετάτρεπτα στην ροή και στην είσοδο του Νιμπάνα.

Όμως, λόγω του ότι δεν έχει αποκόψει τα υπόλοιπα δεσμά, αυτός πρόκειται να φθάσει στην τελική απελευθέρωση μετά από επτά ακόμα γεννήσεις το περισσότερο, οι οποίες θα συμβούν όλες σε αυτόν τον αισθησιακό ή ηδονικό κόσμο. Δεν υπόκειται πλέον σε επαναγέννηση στους κατώτερους κόσμους των Ζώων, των Πνευμάτων, των Δαιμόνων, των Τιτάνων, και των Κολάσεων.

Γνωρίζουμε ότι ακόμα και σήμερα υπάρχουν στους θεϊκούς κόσμους άτομα που είναι Σώταπάννα από την εποχή του Βούδδα 2.500 χρόνια πριν, που ζουν εκεί μια μακρόχρονη ζωή. Παραμένουν εκεί μέχρι να πεθάνουν, στην συνέχεια επαναγεννιούνται, κλπ. μέχρι επτά ζωές.

Έτσι ο Σώταπάννα είναι ένα ευγενές άτομο (*αρίγια-πουγκάλα*) που έχει επιτύχει την πρώτη υπερκόσμια οδό και καρπό, έχει βιώσει

για πρώτη φορά το Νιμπάνα, και έχει εξαλείψει τα πρώτα τρία από τα 10 δεσμά (*σαμγιοτζάνα*) που δεσμεύουν τον νου στον επώδυνο κύκλο της επαναγέννησης (*σανσάρα*), έχοντας έτσι εισέλθει στο «ρεύμα» που ρέει αναπόφευκτα προς το Νιμπάνα και διασφαλίζοντας ότι θα επαναγεννηθεί το πολύ επτά ακόμα φορές, και μόνο σε ανθρώπινες ή θεϊκές σφαίρες ύπαρξης.

Αν όμως ένας «**Εισερχόμενος στο Ρεύμα**» έχει αποδυναμώσει τα νοητικά δεσμά —του 4. το ηδονικό πάθος και 5. τον θυμό — τότε ονομάζεται **Σακαταγκάμι** (*Sakadāgāmi*), δηλ. ο «**Άπαξ Επιστρέφων**» σε αυτόν τον αισθησιακό ή ηδονικό κόσμο.

Ο «**Άπαξ Επιστρέφων**», όμως, που απελευθερώνεται πλήρως από το 1-5 νοητικά δεσμά ονομάζεται «**Αναγκάμι**» (*Anāgāmi*), δηλ. ο «**Μη Επιστρέφων**» στον αισθησιακό ή ηδονικό κόσμο.

Και ο «**Μη Επιστρέφων**» που απελευθερώνεται από όλα τα δέκα νοητικά δεσμά ονομάζεται **Άραχατ** ή «**Άξιος**».

Ο **Άξιος** έχει απόλυτα απελευθερωθεί από:

6. το πάθος για την ύπαρξη στην σφαίρα της λεπτοφυούς ύλης,
7. το πάθος για την άυλη ύπαρξη,
8. την αλαζονεία
9. την ανησυχία, και
10. την άγνοια.

Δίνουμε παρακάτω για άλλη μια φορά τον πίνακα με τα διάφορα επίπεδα ύπαρξης και κόσμων.

Κατάταξη της Συνείδησης σε Σφαίρες			
<b>31 Επίπεδα της Υπαρξης</b>	Path/Fruit of Stream-Entry Path/Fruit of Once-Returning Path/Fruit of Non-Returning Path/Fruit of Arahantship	Οδός/Καρπός του Εισερχόμενου στο Ρεύμα Οδός/Καρπός του Άπαξ Επιστρέφοντα Οδός/Καρπός του Μη Επιστρέφοντα Οδός/Καρπός του Άξιου (Άραχαν)	<b>8 Είδη</b> Υπερκόσμιας Συνείδησης Supramundane consciousness
<b>Άυλο Επίπεδο</b> Immaterial plane <b>4</b>	—Ούτε Αντίληψη ούτε Μη Αντίληψη —Μηδαμνότητα —Άπειρη Συνείδηση —Άπειρο Διάστημα		<b>12 Είδη</b> Συνείδησης της άυλης σφαίρας / Εκστάσεις Immaterial-sphere consciousness/ jhāna
<b>Λεπτοφυές Υλικό Επίπεδο</b> Fine-material-plane <b>16</b>	5 Αγνές Διαμονές για Μη Επιστρέφοντες <b>1</b> Κόσμος του Σώματος μόνο <b>10</b> Κόσμοι των Θεών Βράχμα		<b>15 Είδη</b> Συνείδησης της λεπτοφυούς υλικής σφαίρας / Εκστάσεις Fine-material-sphere Consciousness/ jhāna
<b>Ηδονικό Επίπεδο</b> Sensuous plane <b>11</b>	6 Ηδονικοί Ουράνιοι Θεϊκοί Κόσμοι <b>1</b> Ανθρώπινος Κόσμος <b>4</b> Κόσμοι του Ξεπεσμού Φαντάσματα, ζώα, δαίμονες, κόλαση		<b>54 Είδη</b> Συνείδησης της ηδονικής σφαίρας Sense-sphere consciousness

Ένας Εισερχόμενος στο Ρεύμα ή ένας Άπαξ Επιστρέφων, μπορούν να γεννηθούν είτε στον ανθρώπινο κόσμο είτε σε έναν από τους έξι ηδονικούς ουράνιους θεϊκούς κόσμους. Δεν μπορούν όμως να γεννηθούν ξανά σε έναν από τους κόσμους του ξεπεσμού· αυτός ο δρόμος έχει αποκλειστεί τελείως. Για τους απλούς ανθρώπους βέβαια, που δεν έχουν επιτύχει αυτά τα στάδια προς την φώτιση, δεν υπάρχει καμιά εγγύηση ότι δεν θα επαναγεννηθούν σαν ζώα, ή σαν δαίμονες, ή σαν φαντάσματα και στις κολάσεις.

Ένας Μη Επιστρέφων μπορεί να γεννηθεί σε μία από τις πέντε αγνές διαμονές για μη επιστρέφοντες. Αυτό μπορεί να επιτευχθεί δια μέσω των κοσμικών ή υπερκόσμιων εκστάσεων. Όταν δηλ. ένας Μη Επιστρέφων βρίσκεται στον ανθρώπινο κόσμο και επιτυγχάνει αυτή την υπερκόσμια συνείδηση, τότε μετά τον θάνατό του και εάν δεν καταφέρει να γίνει Αρχάτ, δεν μπορεί να επαναγεννηθεί πουθενά αλλού παρά μόνον σε μία από τις πέντε αγνές διαμονές για μη επιστρέφοντες.



## Υπερκόσμια Συνείδηση

Κάθε συνείδηση της οδού εγείρεται μόνο μία φορά, και διαρκεί μόνο μία νοητική στιγμή, εκτελώντας την λειτουργία της αποκοπής των νοητικών δεσμών. Δεν επαναλαμβάνεται ποτέ στο νοητικό συνεχές του ατόμου που την επιτυγχάνει. Δηλαδή, άπαξ και η συνείδηση της οδού του Εισερχόμενου στο Ρεύμα εγερθεί, έχει την λειτουργία να αποκόψει μόνο τα τρία πρώτα δεσμά. Αυτή είναι η λειτουργία της και παύει εκεί. Δεν εγείρεται ποτέ ξανά, διότι αυτή η συνείδηση έχει κάνει την δουλειά της.

Το ίδιο συμβαίνει και με τον Άπαξ Επιστρέφοντα. Όταν η συνείδηση της οδού της άπαξ επιστροφής εγερθεί, έχει σαν σκοπό να αποδυναμώσει (όχι να αποκόψει) τον 4 και 5 δεσμό, δηλ. την φιλήδονη επιθυμία και το μίσος. Στην συνέχεια, δεν εγείρεται ξανά.

Τώρα, για τον Μη Επιστρέφοντα, όταν η συνείδηση της οδού της μη επιστροφής εγερθεί, έχει σαν σκοπό να αποκόψει τελείως τους δύο αυτούς δεσμούς, δηλαδή την φιλήδονη επιθυμία και το μίσος. Όταν γίνει αυτό, η λειτουργία της σταματάει εκεί και δεν εγείρεται ξανά, διότι έχει κάνει την δουλειά της και δεν έχει να αποκόψει κάτι άλλο.

Όταν ο Μη Επιστρέφων συνεχίσει την πρακτική, τότε εγείρεται άλλη συνείδηση για να αποκόψει τελείως τα πέντε τελευταία δεσμά.

Εν ολίγοις, όταν εγείρεται η συνείδηση της οδού, αποκόπτει και αποδυναμώνει τα δεσμά που της αναλογούν και δεν εγείρεται ξανά.

Η αντίστοιχη συνείδηση του καρπού εγείρεται αρχικά αμέσως μετά την στιγμή της οδού και διαρκεί για δύο ή τρεις νοητικές στιγμές. Δηλαδή, ο Εισερχόμενος στο Ρεύμα μπορεί να βιώσει αυτή την εμπειρία ξανά και ξανά.

### Συνείδηση του Καρπού (Phala-citta)



Μετά μπορεί να επαναληφθεί, και με την πρακτική μπορεί να γίνει ικανή να διαρκεί για πολλές νοητικές στιγμές στην υπερκόσμια



απορρόφηση ή έκσταση (τζάνα) που ονομάζεται «επίτευξη του καρπού» (πάλα-σαμαπάττι).

Δηλαδή, ο Εισερχόμενος στο Ρεύμα μπορεί να βιώσει αυτό που λέγεται Νιμπάνα ή κατάπαυση αυτών των δεσμών ξανά και ξανά, ό,ποτε επιθυμεί. Την συνείδηση της οδού όμως μπορεί να την βιώσει ξανά μόνο μέσω της ανάμνησης.

### Συνείδηση του Καρπού (Phala-citta)



### 1 Συνείδηση της Οδού για την Είσοδο στο Ρεύμα (Sotāpatti-magga-citta)

Η είσοδος στην μη αντιστρέψιμη οδό προς την απελευθέρωση ονομάζεται «είσοδος στο ρεύμα» και η συνείδηση που βιώνει αυτό το επίτευγμα είναι η συνείδηση της οδού για την είσοδο στο ρεύμα. Το ρεύμα (σόττα), είναι η Ευγενής Οκταμελής Οδός με τα οκτώ μέλη της. Όπως αναφέρθηκε, η συνείδηση της οδού για την είσοδο στο ρεύμα, έχει ως λειτουργία την αποκοπή των τριών πρώτων νοητικών δεσμών.

#### Οι τρεις πρώτοι νοητικοί δεσμοί.

1. η λανθασμένη νόηση της ταυτότητας ή προσωπικότητας στα πέντε συναθροίσματα του νου και της ύλης. *sakkāya-diṭṭhi*
2. η σκεπτικιστική αμφιβολία *vicikicchā*
3. η προσκόλληση σε ηθικούς κανόνες και αυστηρότητες με την πεποίθηση ότι μόνο αυτές μπορούν να φέρουν την εξάγνιση και την λύτρωση.  
*sīlabbata- parāmāsa*

Ο πρώτος δεσμός είναι πολύ σημαντικός διότι έχει πολλές όψεις. Η άποψη της προσωπικότητας εγείρεται σε σχέση με τα πέντε συναθροίσματα της προσκόλλησης (*πάντσουπαντάνα-κάντα*). Έτσι, ένας ανεκπαιδευτος κοσμικός άνθρωπος θεωρεί:



Στις Ομιλίες του Βούδδα αναφέρονται είκοσι είδη αυτής της λανθασμένης νόησης σχετικά με τα πέντε συναθροίσματα, ή είκοσι ψυχοθεωρίες όπως λέγονται. Πώς δηλαδή ένας συνηθισμένος άνθρωπος μπορεί να εγείρει μέσα του λανθασμένες απόψεις σχετικά με τα συναθροίσματα, και πώς ταυτίζεται μαζί τους.



Αυτή είναι η υλιστική άποψη των ματεριαλιστών που θεωρούν το σώμα ως ψυχή, λόγω του ότι αυτό το σώμα έχει μια ζωτική ενέργεια. Αυτή την ζωτική ενέργεια την θεωρούν ως ψυχή. Και πιστεύουν επίσης ότι όταν το σώμα παύει να υπάρχει, πεθαίνει, τότε παύει να υπάρχει και η ψυχή. Άλλη άποψη είναι ότι η ψυχή κατέχει το σώμα, και ότι μετά τον θάνατο του σώματος η ψυχή το εγκαταλείπει και παίρνει ένα καινούριο σώμα. Ή ότι το σώμα βρίσκεται μέσα στην ψυχή, ή ότι η ψυχή βρίσκεται μέσα στο σώμα και είτε πεθαίνει μαζί του είτε φεύγει από μέσα του όταν εκείνο πεθάνει.

Κάποιος θεωρεί το σώμα του ως ψυχή ή εαυτό, και σκέφτεται: «Ό,τι είναι το σώμα μου, αυτό είμαι και εγώ. Αυτό που είμαι εγώ, είναι και το σώμα μου». Έτσι, θεωρεί το σώμα του και την ψυχή ή τον εαυτόν του ως ταυτόσημα.

Είναι ακριβώς σαν να βλέπει κανείς την φλόγα ενός λύχνου και το χρώμα της φλόγας ως ίδια και ταυτόσημα: «Ό,τι είναι η φλόγα, αυτό είναι και το χρώμα. Ό,τι είναι το χρώμα, αυτό είναι και η φλόγα». Αυτό είναι απλώς ένα παράδειγμα για το πώς ταυτίζει κάποιος το σώμα με την ψυχή.

Εάν θέλει κανείς να ασχοληθεί με αυτές τις ψυχοθεωρίες και να έχει μια εγκυκλοπαιδική γνώση, χρειάζονται τέσσερα με πέντε μαθήματα ώστε να κατανοήσει πώς είναι δυνατόν οι άνθρωποι να έχουν επινοήσει τόσες θεωρίες.

Στην συνέχεια έχουμε το αίσθημα:



Μετά έχουμε την ψυχοθεωρία για την αντίληψη:



Εδώ πάλι, η ψυχή συνδιάζεται με την αντίληψη και όχι με το σώμα ή με το αίσθημα, δείχνοντας ότι κατέχει την αντίληψη.

Μετά είναι οι νοητικές λειτουργίες:



Εδώ επίσης έχουμε διαφορετικές ψυχοθεωρίες όπως ότι οι νοητικές λειτουργίες συμβαίνουν μέσα στην ψυχή, και ότι λόγω των νοητικών λειτουργιών εμείς αντιλαμβανόμαστε τον εξωτερικό κόσμο και όχι λόγω της αντίληψης ή του αισθήματος· ή ότι η ψυχή βρίσκεται μέσα στις νοητ. λειτ. και οι νοητικές λειτουργίες είναι η βάση πάνω στην οποία εγείρεται η ψυχή.

Τέλος έχουμε την ψυχοθεωρία της συνείδησης:



Κάποιοι πιστεύουν ότι η συνείδηση είναι ψυχή. Έρχονται κάποιοι άλλοι και λένε ότι η ψυχή είναι η συνείδηση και όχι το αντίθετο. Άλλοι δε, πιστεύουν ότι η συνείδηση χρησιμοποιεί σαν βάση την ψυχή για να εγερθεί, και κάποιοι άλλοι πρεσβεύουν το αντίθετο.

Έτσι, σε διάφορες Ομιλίες του ο Βούδδας περιγράφει 68 περίπου «ψυχοθεωρίες», τις οποίες φυσικά τις απορρίπτει.

Η ιδέα του εαυτού ή ψυχής, είναι μια φανταστική, ψευδής πεποίθηση που δεν έχει καμιά αντίστοιχη πραγματικότητα, και παράγει επιβλαβείς και ναρκισσιστικές σκέψεις του «εγώ» και «δικό

μου», την εγωιστική επιθυμία, το πάθος, την προσκόλληση, το μίσος, την κακοβουλία, την αλαζονεία, την υπερηφάνεια, τον εγωισμό, και άλλες νοητικές μολύνσεις, μιάνσεις και προβλήματα. Είναι η πηγή όλων των προβλημάτων στον κόσμο· από τις διαμάχες μεταξύ ατόμων έως και τους πολέμους μεταξύ εθνών. Με λίγα λόγια, σ' αυτή την εσφαλμένη άποψη μπορεί να εντοπισθεί όλο το κακό στον κόσμο.

Παρ' όλο που αυτές οι «ψυχοθεωρίες», υπήρχαν στην Ινδία και προφανώς να υπάρχουν και σήμερα, μερικές απαντώνται από την αρχαιότητα και στον ελληνικό χώρο.

**Έτσι υπήρχαν και υπάρχουν ψυχοθεωρίες**

- **προσωκρατικές (όπως ορφικές, πυθαγόρειες),**
- **πλατονικές (στον Φαίδωνα και μετά στην Πολιτεία)**
- **αριστοτελικές,**
- **ελληνιστικές (του Επίκουρου και των Στωικών),**
- **και αργότερα του Πλωτίνου, των Πλατωνιστών και των Εκκλησιαστικών Πατέρων,**

**οι οποίες προέρχονται, σε μεγάλο βαθμό, από τις προγενέστερες.**

Οποιοσδήποτε ψυχοθεωρίες υπάρχουν ακόμα και στην θεολογία μέχρι σήμερα, βασίζονται σ' αυτές τις προγενέστερες ψυχοθεωρίες που υπήρχαν ήδη στην Ελλάδα ακόμα και πριν την εμφάνιση του χριστιανισμού ή του μουσουλμανισμού ή άλλων θεολογικών συστημάτων.

Πηγαίνοντας πάλι πίσω στον Εισερχόμενο στο Ρεύμα, βλέπουμε ότι αυτός αποκόπτει περαιτέρω όλη την απληστία (*λόμπα*), το μίσος (*ντόσα*), και την αυταπάτη (*μόχα*), που είναι αρκετά ισχυρές ώστε να οδηγήσουν σε μια υπο-ανθρώπινη επαναγέννηση.

Η συνείδηση του Εισερχόμενου στο Ρεύμα εξαλλείφει επίσης μόνιμα πέντε άλλες συνειδήσεις, δηλαδή: τις τέσσερις συνειδήσεις που είναι ριζωμένες στην απληστία και σχετίζονται με την λανθασμένη νόηση (*ντίττι*), και την συνείδηση που είναι ριζωμένη στην αυταπάτη και σχετίζεται με την αμφιβολία.

Κάποιος που έχει την εμπειρία της εισόδου στο ρεύμα, είναι εξασφαλισμένος να φτάσει στην τελική απελευθέρωση σε επτά ζωές το ανώτατο, και ποτέ να μην επαναγεννηθεί σε κάποιον από τους κόσμους του ξεπεσμού που είναι τα οδυνηρά επίπεδα της ύπαρξης.

## 2 Συνείδηση της Οδού για την Άπαξ Επιστροφή (*Sakadāgāmi-magga-citta*)

Αυτή η συνείδηση σχετίζεται με την Ευγενή Οκταμελή Οδό και δίνει πρόσβαση στο επίπεδο του μη επιστρέφοντα. Παρ' όλο που δεν εξαλείφει κανέναν νοητικό δεσμό, αυτή η συνείδηση εξασθενεί τις χονδροειδείς μορφές της ηδονικής επιθυμίας και του θυμού ή της κακοβουλίας.

Το άτομο που έχει φτάσει σε αυτό το στάδιο θα επαναγεννηθεί σ' αυτόν τον κόσμο το πολύ μία μόνο φορά πριν την επίτευξη της τελικής απελευθέρωσης.

## 3 Συνείδηση της οδού για την μη επιστροφή (*Anāgāmi-magga-citta*)

Το άτομο που έχει επιτύχει την τρίτη Οδό, δεν θα επαναγεννηθεί ποτέ πια στο ηδονικό επίπεδο ύπαρξης.

Εάν δεν φτάσει στην Αξιότητα (*Αράχαττα*) κατά την διάρκεια της τρέχουσας ζωής του, θα επαναγεννηθεί σε κάποιον από τους λεπτοφυείς υλικούς κόσμους και εκεί θα επιτύχει τον στόχο της Αξιότητας. Αυτοί οι κόσμοι ονομάζονται «οι πέντε αγνές διαμονές για μη επιστρέφοντες».

Η συνείδηση της οδού του Μη Επιστρέφοντα, αποκόπτει τους δεσμούς της φιλήδονης επιθυμίας και του θυμού.

4. η φιλήδονη επιθυμία	<i>kāma-chanda</i>
5. ο θυμός ή η κακοβουλία	<i>byāpāda</i>

Εξαλείφει επίσης μόνιμα τις δύο συνειδήσεις που είναι ριζωμένες στο μίσος (*ντόσα*).

Ο Άξιος (Άραχαν) είναι ένα πλήρως απελευθερωμένο άτομο που έχει καταστρέψει (χάτα) τον εχθρό (άρι) που αποτελείται από τις νοητικές μολύνσεις ή τους νοητικούς δεσμούς.

Η συνείδηση της οδού για την Αξιότητα είναι η συνείδηση που καταλήγει άμεσα στην πλήρη απελευθέρωση. Αυτή η συνείδηση εξαλείφει τελείως τους πέντε τελευταίους δεσμούς.

**6. το πάθος για την ύπαρξη στην σφαίρα της  
λεπτοφυούς ύλης**

*rūpa-rāga*

**7. το πάθος για την ύπαρξη στην άυλη σφαίρα**

*arūpa-rāga*

**8. την αλαζονεία**

*māna*

**9. την ανησυχία**

*uddhacca*

**10. την άγνοια**

*avijjā*

Εξαλείφει επίσης τις υπόλοιπες φαύλες (ακούσαλα) συνειδήσεις: τις τέσσερεις που είναι ριζωμένες στην απληστία ασυσχέτιστες με την λανθασμένη νόηση, και την μία που είναι ριζωμένη στην αυταπάτη και σχετίζεται με την ανησυχία.

Κάθε συνείδηση της οδού καταλήγει αυτόματα στον αντίστοιχο της καρπό, με την ίδια γνωστική διαδικασία, σε άμεση διαδοχή της οδού.

**Συνείδηση του Καρπού (Phala-citta)**



Μετά, η συνείδηση του καρπού μπορεί να εγερθεί πολλές φορές όταν ο Ευγενής μαθητής εισέρχεται στο διαλογιστικό επίτευγμα της καρποφορίας (*πάλα-σαμαπάττι*).

Η συνείδηση του καρπού όπως προαναφέρθηκε, είναι ταξινομημένη ως επακόλουθη (*βιπάκα*).

Και πρέπει να σημειωθεί ότι δεν υπάρχουν υπερκόσμιες λειτουργικές (*κίρίγια*) συνειδήσεις.

Αυτό συμβαίνει διότι όταν ένας Άξιος (*Άραχαν*) εισέρχεται στο διαλογιστικό επίτευγμα της καρποφορίας (*πάλα-σαμαπάττι*), οι συνειδήσεις που εμφανίζονται σε αυτό το επίτευγμα ανήκουν στην κατηγορία των επακόλουθων (*βιπάκα*), που είναι οι καρποί της υπερκόσμιας οδού. Υπερκόσμια οδός είναι όταν οι ακόλουθοι νοητικοί παράγοντες που αντιστοιχούν στην Ευγενή Οκταμελή Οδό, φτάνουν στην αποκορύφωσή τους.





## **Απελευθερωμένα Άτομα 2**

Καλησπέρα σας και καλώς ορίσατε απόψε σε αυτό το μάθημα. Θα συνεχίσουμε σήμερα για την ψυχολογία των Απελευθερωμένων Ατόμων και για το Τελικό Νιμπάνα/Νιρβάνα, και θα μιλήσουμε για το τί συμβαίνει όχι μόνον κατά την διάρκεια της ζωής αλλά και μετά τον θάνατο σε έναν Αρχάτ ή σε έναν Βούδδα.

### **Τα Οφέλη του Εισερχόμενου στο Ρεύμα:**

- 1. Κλείνει μια και καλή τις πόρτες για την επαναγέννηση στους τέσσερις κόσμους του ξεπεσμού**
- 2. Αποστεγνώνει τον ωκεανό της ταλαιπωρίας που προκαλείται από τους ατέλειωτους γύρους της επαναγέννησης.**
- 3. Είναι σταθερά εγκατεστημένος & προορίζεται για την πλήρη και τελική Φώτιση (*niyata sambodhiparāyaṇa*).**
- 4. Διασφαλίζει μόνο επτά επαναγεννήσεις πριν από την τελική Φώτιση (δηλ. την Αξιότητα (*Arahant*)).**



### **5. Κατέχει τους Επτά Ευγενείς «Θησαυρούς»:**

- |                                   |                            |
|-----------------------------------|----------------------------|
| <b>1. Πίστη στην καλοσύνη</b>     | <b>(<i>saddhā</i>)</b>     |
| <b>2. Ηθική Αρετή</b>             | <b>(<i>sīla</i>)</b>       |
| <b>3. Ντροπή για αδικοπραγίες</b> | <b>(<i>hiri</i>)</b>       |
| <b>4. Φόβο για αδικοπραγίες</b>   | <b>(<i>ottappā</i>)</b>    |
| <b>5. Πολυμάθεια</b>              | <b>(<i>bāhussacca</i>)</b> |
| <b>6. Γενναιοδωρία</b>            | <b>(<i>cāga</i>)</b>       |
| <b>7. Διορατική γνώση ή σοφία</b> | <b>(<i>paññā</i>)</b>      |



Η ερώτηση τώρα είναι, πόσο υπαρξιακό πόνο και ταλαιπωρία έχει καταστρέψει ένας Εισερχόμενος στο Ρεύμα;

Το σύνολο του υπαρξιακού πόνου και της ταλαιπωρίας που έχει καταστρέψει ένας Εισερχόμενος στο Ρεύμα, συγκριτικά με τον λίγο υπαρξιακό πόνο που απομένει να καταστρέψει, ο Βούδδας το παρομοιάζει όπως θα ήταν αν τα Ιμαλία καταστρέφονταν και μόνο επτά πετραδάκια απέμεναν!

**Το σύνολο του υπαρξιακού πόνου και της  
ταλαιπωρίας που κατέστρεψε ένας  
Εισερχόμενος στο Ρεύμα,  
με εκείνον τον λίγο υπαρξιακό πόνο που  
απομένει να καταστρέψει,**

**ο Βούδας το παρομοιάζει όπως θα ήταν  
αν τα Ιμαλάια καταστρέφονταν  
και μόνο επτά πετραδάκια απέμεναν.  
(SN Dutiyarabbatasuttam)**



Έτσι, ένας εισερχόμενος στο ρεύμα, έχει μόνον αυτά τα μικρά πετραδάκια να εξαλείψει, τον πόνο από αυτές τις επτά ζωές να ζήσει. Εάν τώρα, ο εισερχόμενος στο ρεύμα γίνει Άπαξ Επιστρέφων, έχει μόνον ένα πετραδάκι να εξαλείψει, δηλαδή τον πόνο μίας μόνο ζωής είτε στον ανθρώπινο είτε σε θεικό κόσμο. Όταν δε, γίνει Αρχάτ, τότε κι αυτό το τελευταίο πετραδάκι εξαλείφεται.



Ας δούμε τώρα τί λέει ο Βούδδας για τα άτομα που έχουν επιτύχει την Αξιότητα:

**«Δεν υπάρχει μελλοντικός γύρος της επαναγέννησης στην περίπτωση εκείνων που είναι Arahant,**

- **διότι έχουν εξαλείψει τις νοητικές διαφθορές (*āsava*),**
- **έχουν ζήσει την αγνή ζωή,**
- **έχουν τελειώσει ό,τι έπρεπε να τελειώσουν,**
- **απαλλάχθηκαν από το βάρος των πέντε συναθροισμάτων της ύπαρξης,**
- **έφτασαν στον στόχο τους,**
- **κατέστρεψαν τα δεσμά (*samyojana*) του γίνεσθαι,**
- **και είναι εντελώς απελευθερωμένοι μέσω της τελικής γνώσης (*sammadaññā vimuttā*)».** **(DN Pāsādikasutta)**

Λόγω του ότι σήμερα θα μιλήσουμε για το τελικό Νιμπάνα που μόνον ένας Άραχαντ ή ένας Βούδδας μπορεί να πετύχει, θα επανέλθουμε στο θέμα του Νιμπάνα το οποίο έχει δύο φάσεις: το Νιμπάνα που επιτυγχάνεται ενώ το άτομο είναι ακόμα εν ζωή, και το *Πάρι-Νιμπάνα* που επιτυγχάνεται μετά τον θάνατό του ατόμου και ονομάζεται τελικό Νιμπάνα.



Θα αρχίσουμε με το γλωσσολογικό ζήτημα:

Το Νιμπάνα (Πάλι: νιμπάνα, σανσκριτικά: νιρβάνα) είναι η απόλυτη μακαριότητα και ευδαιμονία κατά τον Βουδδισμό, ως αποτέλεσμα αυτοσυγκέντρωσης και διορατικής γνώσης.

Είναι μια ιδεώδης κατάσταση ισορροπίας, που υπερβαίνει τον επώδυνο κύκλο της επαναγέννησης, σηματοδοτώντας την σωτηριολογική απελευθέρωση από την *σανσάρα*, τον κύκλο της γέννησης και του θανάτου.

Αποτελεί τον υψηλότερο και απώτερο στόχο όλων των βουδδιστικών προσδοκιών, δηλαδή την απόλυτη εξαφάνιση του πάθους, του μίσους και της αυταπάτης, και κατά συνέπεια, την

τελική και απόλυτη απελευθέρωση από κάθε μελλοντική γέννηση που φέρνει το γήρας, την ασθένεια, τον θάνατο και όλα τα δεινά, την δυστυχία, την ταλαιπωρία και τον πόνο σε όλες τις μορφές της ύπαρξης: της ανθρώπινης, της μη ανθρώπινης, και της θεϊκής.

**Έτσι λέγεται στις Ομιλίες του Βούδα:**

**«Η εξάλειψη του πάθους (*rāga*),  
η εξάλειψη του μίσους (*dosa*),  
η εξάλειψη της αυταπάτης (*moḥa-khayo*):  
αυτό ονομάζεται Νιμπάνα».**

*(SN Nibbāna-pañhā-suttam, It Nibbāna-dhātu-suttam)*

**«Αυτό είναι γαλήνιο, αυτό είναι εξαίσιο:**

- ο πλήρης κατευνασμός όλων των δραστηριοτήτων,
- η εγκατάλειψη όλων των προσκολλήσεων,
- η εξάλειψη της επιθυμίας,
- το μη πάθος,
- η κατάπαυση του πόνου,
- το Νιμπάνα».

*(AN 3, Ānandasuttam)*

Ετυμολογικά, η λέξη Νιμπάνα προέρχεται από το ρήμα *νιμπάτι* που κυριολεκτικά σημαίνει «κατασβύνω». Σηματοδοτεί την κατάσβεση των «φωτιών» του πάθους (*ραγκάγκι*), του μίσους (*ντοσάγκι*) και της αυταπάτης (*μοχάγκι*).


**Όταν οι φωτιές αυτές κατασβησθούν  
χωρίς πλέον καύσιμα,**



**επιτυγχάνει κανείς το Νιμπάνα  
και την απελευθέρωση από  
τον επώδυνο κύκλο  
της επαναγέννησης (*sansāra*).**

*(It Aggisuttam)*

Στο ερώτημα, πώς το Νιμπάνα είναι άμεσα ορατό, η απάντηση του Βούδα είναι:



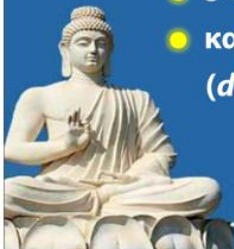
«Κάποιος κατεχόμενος από το πάθος  
ή το μίσος ή την αυταπάτη  
σκέφτεται για τη δική του οδύνη,  
για την οδύνη των άλλων,  
ή για την οδύνη και των δύο,  
και βιώνει ψυχικό πόνο  
και σπαραγμό.

Αλλά όταν εγκαταλειφθεί το πάθος,  
το μίσος και η αυταπάτη,  
δεν σκέφτεται για τη δική του οδύνη,  
για την οδύνη των άλλων,  
ή για την οδύνη και των δύο,  
και δεν βιώνει ψυχικό πόνο  
και σπαραγμό.

Με αυτόν τον τρόπο το Νιμπάνα είναι  
άμεσα ορατό».

(AN 3, *Nibbutasuttaṃ*)

Ο υπαρξιακός πόνος και η κατάπαυση του πόνου, είναι δύο κεντρικά και επείγοντα θέματα στην Διδασκαλία του Βούδδα. Όπως λέει ο ίδιος:



«Αυτό που διδάσκω είναι

- ο υπαρξιακός πόνος (*dukkha*)
- και η κατάπαυση του πόνου (*dukkhassa ca nirodhaṃ*)».

(MN 22, *Alagaddūpamasuttaṃ*)

Επομένως, η Διδασκαλία του επικεντρώνεται σε δύο κεντροβαρή ζητήματα της ανθρώπινης ύπαρξης:

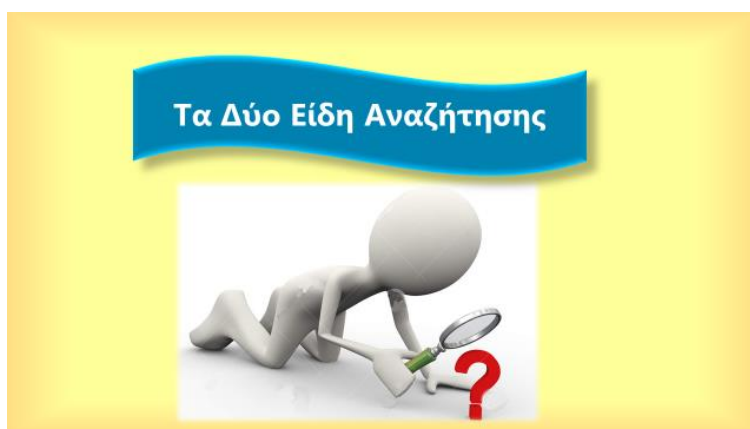
1. στον πόνο, στην ταλαιπωρία, στα βάσανα, στην λύπη, την θλίψη, την κατάθλιψη, κλπ. και
2. στην πλήρη ελευθερία, στην λύτρωση από αυτά.

Το κεντρικό πρόβλημα του πόνου το εξηγεί ο Βούδδας στην Πρώτη Ευγενή Αλήθεια που δίδαξε. Ωστόσο, η αλήθεια του πόνου δεν είναι η τελευταία λέξη στην διδασκαλία του. Είναι μόνο το σημείο εκκίνησης.

Ο Βούδδας ξεκινά με την εξήγηση για τον πόνο, διότι η διδασκαλία του έχει σχεδιαστεί για έναν συγκεκριμένο σκοπό: έχει σχεδιαστεί για να οδηγήσει στην απελευθέρωση από τον πόνο και στην πραγματοποίηση του Νιμπάνα, που όπως λέει «είναι η υπέρτατη ευδαιμονία» (*Νιμπάνα πάραμα σούκα*) **(Dh 204)**

Για να γίνει αυτό, πρέπει να μας δώσει έναν λόγο για να επιδιώξουμε την απελευθέρωση. Για παράδειγμα, εάν ένας άνθρωπος δεν ξέρει ότι το σπίτι του έχει πάρει φωτιά, ζει εκεί απολαμβάνοντας τον εαυτόν του, παίζοντας και γελώντας. Για να βγει έξω, πρέπει πρώτα να καταλάβει ότι το σπίτι του έχει πάρει φωτιά.

Με τον ίδιο τρόπο, ο Βούδδας ανακοινώνει ότι οι ζωές μας φλέγονται από το γήρας, την ασθένεια και τον θάνατο. Ο νους μας φλέγεται από την απληστία, το πάθος, το μίσος και την αυταπάτη. Μόνον όταν συνειδητοποιήσουμε τον κίνδυνο, είμαστε έτοιμοι να αναζητήσουμε έναν τρόπο απελευθέρωσης.



«Υπάρχουν αυτά τα δύο είδη αναζήτησης:



- η ευγενής αναζήτηση, και
- η μη ευγενής αναζήτηση.

Και ποια είναι η μη ευγενής αναζήτηση;

Εδώ κάποιος έχοντας ο ίδιος την φύση της γέννησης, αναζητά ό,τι έχει επίσης την φύση της γέννησης.



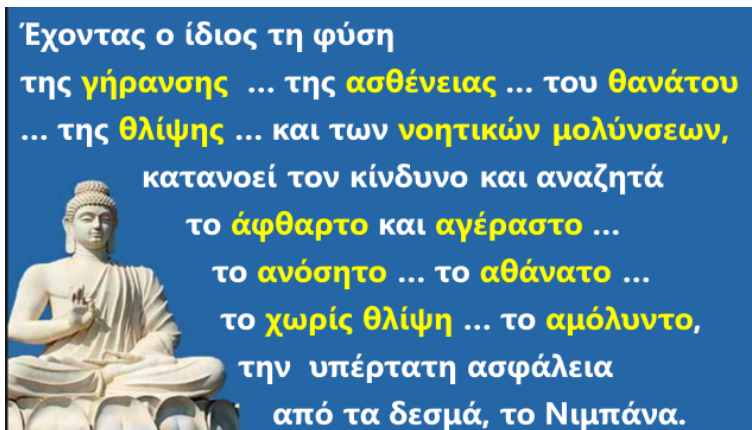
Έχοντας ο ίδιος τη φύση της γήρανσης ... της ασθένειας ... του θανάτου ... της θλίψης ... και των νοητικών μολύνσεων, αναζητά ό,τι επίσης έχει τη φύση της γήρανσης ... της ασθένειας ... του θανάτου ... της θλίψης ... και των νοητικών μολύνσεων.



«Και ποια είναι η ευγενής αναζήτηση;

Εδώ κάποιος έχοντας ο ίδιος τη φύση της γέννησης, κατανοεί τον κίνδυνο σε ό,τι έχει τη φύση της γέννησης και αναζητά το αγέννητο, την υπέρτατη ασφάλεια από τα δεσμά, το Νιμπάνα.





Στην Δεύτερη Ευγενή Αλήθεια, ο Βούδδας επισημαίνει ότι η κύρια αιτία του υπαρξιακού πόνου είναι το πάθος ή η επιθυμία για έναν κόσμο με ορατά αντικείμενα, ήχους, μυρωδιές, γεύσεις, αφές και ιδέες, που οδηγεί στην επαναγέννηση (*πονομπαβίκα*).

Δεδομένου ότι η αιτία του πόνου είναι η επιθυμία, το κλειδί για την επίτευξη του τέλους του πόνου είναι η εξάλειψη της επιθυμίας. Επομένως, ο Βούδδας εξηγεί την Τρίτη Ευγενή Αλήθεια ως την εξάλειψη της επιθυμίας κατ' αυτόν τον τρόπο:

«Και ποιά είναι η ευγενής αλήθεια της κατάπαυσης του πόνου;

Είναι το πλήρες μη πάθος (*βιράγκα*) και η κατάπαυση αυτής της ίδιας της επιθυμίας (*τάνχα*), η εγκατάλειψη και η παραίτησή της, η απελευθέρωση και η απεξάρτηση απ' αυτήν».

Αυτό το πλήρες μη πάθος και η κατάπαυση της επιθυμίας, επιφέρει την κατάσταση της τέλει ειρήνης και ευδαιμονίας, την ανεξάρτητη κατάσταση που κάποιος μπορεί να βιώσει ενόσω είναι ζωντανός, μέσω της κατάσβεσης των φλογών του πάθους, του μίσους και της αυταπάτης, που είναι το Νιμπάνα.

Συνεπώς ο Βούδδας λέει:

«Η ολοκληρωτική εξάλειψη της επιθυμίας, το πλήρες μη πάθος και η κατάπαυσή της, είναι το Νιμπάνα».



Η δε ειρηνική, γαλήνια κατάσταση ενός τέλεια απελευθερωμένου νου (*βιμούττα-τσιττα*) από την επιθυμία, περιγράφεται ως εξής:

**«Όπως ακριβώς ένας συμπαγής βράχος**

**Δεν ταρασσεται από τον άνεμο,**

**Έτσι ορατές μορφές και γεύσεις,**

**Ήχοι, οσμές και οι επαφές όλες,**

**Τα επιθυμητά ή τα ανεπιθύμητα,**

**Δεν ταρασσουν τον ακλόνητο**

**Και απελευθερωμένο νου».**



Η πρακτική για να φτάσει κάποιος στην απελευθέρωση και στην κατάπαυση του πόνου, εκφράζεται από τον Βούδδα στην Τέταρτη Ευγενή Αλήθεια που είναι η πρακτική της Ευγενούς Οκταμελούς Οδού, το ύψιστο αγαθό της οποίας είναι το Νιμπάνα.

Όπως λέει ο ίδιος:

«Αυτή είναι η μέση οδός, η Ευγενής Οκταμελής Οδός, που δίνει όραση, δίνει γνώση, και οδηγεί στην ειρήνη, στην φώτιση, στο Νιμπάνα».

Όπως προαναφέρθηκε, η Ευγενής Οκταμελής Οδός είναι: 1. η ορθή νόηση, 2. ο ορθός λογισμός, 3. ο ορθός λόγος, 4. η ορθή πράξη, 5. ο ορθός βιοπορισμός, 6. η ορθή προσπάθεια, 7. η ορθή μνήμη, και 8. η ορθή αυτοσυγκέντρωση.

#### **Εννοιολογικός Προσδιορισμός του Νιμπάνα**

Καμία έννοια στην διδασκαλία του Βούδδα δεν έχει αποδειχθεί τόσο δυσκολονόητη στον εννοιολογικό της προσδιορισμό όπως εκείνη η κατάσταση που επέρχεται όταν έχει πλήρως εξαλειφθεί η επιθυμία και το πάθος, που ονομάζεται Νιμπάνα.

Κατά κάποιον τρόπο, μια τέτοια απροσδιοριστία είναι απλώς αναμενόμενη, δεδομένου ότι ο Βούδδας περιγράφει το Νιμπάνα ακριβώς ως: «ειρηνικό και εξυψωμένο, ανεπίτευκτο με την απλή λογική, βαθυστόχαστο, δύσκολο να ειδωθεί και δύσκολο να κατανοηθεί από ανθρώπους που απολαμβάνουν την προσκόλληση, που ζουν με πάθος και μίσος, τυλιγμένοι στο σκοτάδι».



Ωστόσο, στο ίδιο αυτό εδάφιο ο Βούδδας λέει επίσης ότι το Νιμπάνα μπορεί να βιωθεί από τους σοφούς, και στις Ομιλίες του δίνει αρκετές ενδείξεις της φύσης του Νιμπάνα για να αποδώσει την ιδέα της ωφελιμότητάς του.

Οι περιγραφές και οι έπαινοι του Βούδδα για το Νιμπάνα είναι πολλαπλοί, και μπορούμε επίσης να αναφέρουμε εδώ τα λόγια του καθηγητή Rh. Davids που λέει:

«Κάποιος μπορεί να γεμίσει στήλες με τους επαίνους για το Νιμπάνα, πολλοί από τους οποίους είναι μεταξύ των πιο όμορφων εδαφίων στην ποίηση και πεζογραφία της γλώσσας Πάλι, που μιλούν με μεγαλοπρέπεια για αυτή την κατάσταση του νου που έχει επιτύχει το Νιμπάνα· την κατάσταση του ανθρώπου που έγινε τέλειος σύμφωνα με την βουδδιστική πίστη. Πολλά είναι τα προσφιλή ονόματα, τα ποιητικά επίθετα που απονέμονται στο Νιμπάνα, και καθένα απ' αυτά – επειδή δεν είναι συνώνυμα – τονίζουν την μία ή την άλλη όψη αυτής της πολυσύνθετης έννοιας».

(Early Buddhism, pp. 72, 73)

Μερικά από τα ονόματα και τα επίθετα είναι:

«Η άλλη όχθη, η ελευθερία, το άσυλο,  
το υπέρτατα ασφαλές από δεσμούς, το καταφύγιο,  
το ύψιστο αγαθό, το ασφαλές, το χωρίς κίνδυνο,  
το βαθυστόχαστο, το υπέροχο, το αίσιο, το θαυμάσιο,  
το γαλήνιο, το αγνό, το αμόλυντο, το αληθινό, το άφθαρτο,  
το ανόσητο, το ανώδυνο, το χωρίς θλίψη, το αμετάβλητο,  
το μη αποσυνθεμένο, το αγέραστο, το αθάνατο,  
η διακοπή του γύρου της επαναγέννησης,  
το αδιάφθορο, το μη συνθηκοκρατημένο».

Η εξέχουσα πραγματικότητα του Νιμπάνα επιβεβαιώνεται από τον Βούδα όταν το αποκαλεί ως το υπέρτατο θεμέλιο της σοφίας και της αλήθειας (*parama raññā/sacca adhiṭṭhāna*),

που η φύση του είναι πραγματική και που κατατάσσεται ως η ανώτατη ευγενική αλήθεια (*paramaṃ ariyasaccaṃ*)

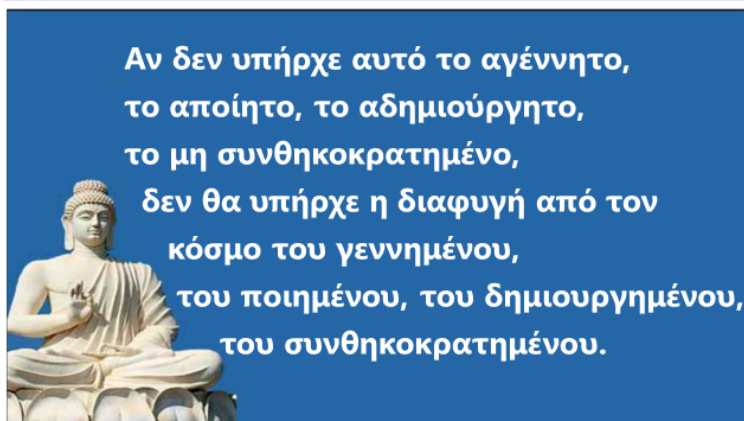
η οποία εμπεριέχει τη γνώση για την εξάλειψη όλου του πόνου και της ταλαιπωρίας.

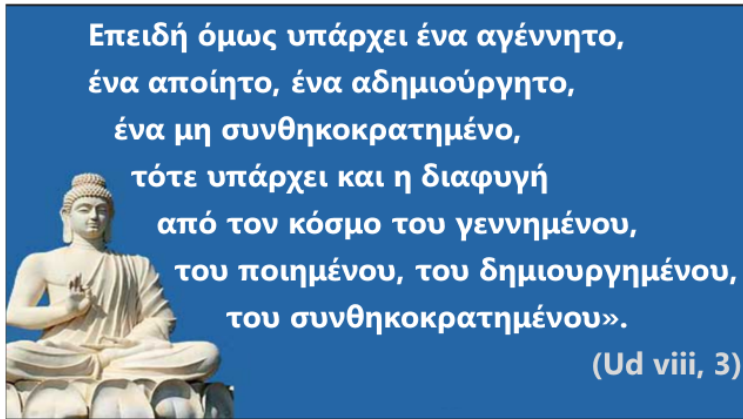
(MN 140, *Dhātuvibhaṅgasuttaṃ*)

**Είναι το Νιμπάνα η Πλήρης Εκμηδένιση;**

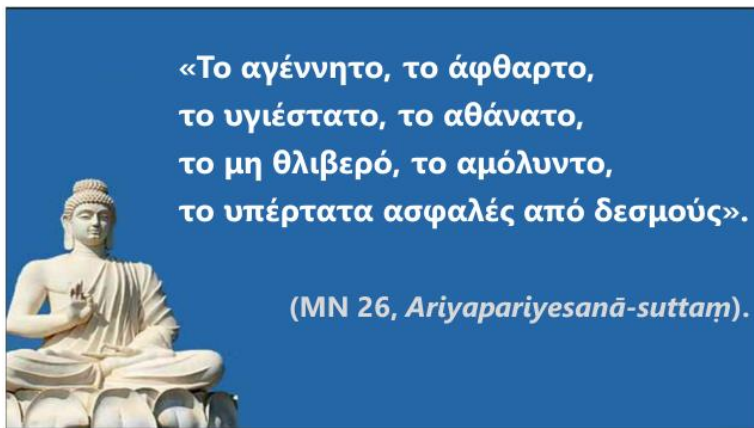
Οι Ομιλίες του Βούδα προσφέρουν επαρκή αποδεικτικά στοιχεία για την απαλλαγή από την γνώμη ορισμένων ερμηνευτών ότι το Νιμπάνα, αυτό καθ' εαυτό, είναι η πλήρης εκμηδένιση.

Ακόμα και η πιο εξελιγμένη άποψη ότι το Νιμπάνα αυτό καθ' εαυτό, είναι απλώς η εξάλειψη των νοητικών παθών και μολύνσεων, δεν μπορεί να σταθεί σε μια προσεκτική εξέταση. Προφανώς, το πιο συναρπαστικό επιχείρημα ενάντια σε αυτή την άποψη, είναι η πολύ γνωστή δήλωση του Βούδα σε σχέση με το Νιμπάνα ότι:





Σε μια άλλη Ομιλία του, ο Βούδδας χαρακτηρίζει το Νιμπάνα με παρόμοιους τρόπους:



**Είναι το Νιμπάνα αποτέλεσμα  
της Οδού;**

Το ερώτημα τίθεται συχνά:

Εάν το Νιμπάνα επιτυγχάνεται με την πρακτική της Ευγενούς Οκταμελούς Οδού, αυτό δεν καθιστά το Νιμπάνα κάτι εξαρτώμενο από αιτίες και συνθήκες, κάτι που παράγεται από την Οδό; Δεν είναι έτσι το Νιμπάνα αποτέλεσμα της αιτίας που είναι η Οδός;

Εδώ πρέπει να κάνουμε μια διάκριση μεταξύ του ίδιου του Νιμπάνα, αυτού καθ' εαυτού, και της επίτευξης του Νιμπάνα.

Με την πρακτική της Ευγενούς Οκταμελούς Οδού, και ιδιαίτερα με τον διορατικό διαλογισμό (*βιπάσσανα*) που είναι μέρος της Οδού, επιτυγχάνει κάποιος την εξάλειψη των νοητικών παθών και την εξαγνιση του νου του. Αυτός όμως δεν κάνει το Νιμπάνα να υπάρχει ή να εκμηδενιστεί, αλλά ανακαλύπτει μέσω της εξαγνισης του νου του κάτι που ήδη υπάρχει. Διότι μόνο ένας εξαγνισμένος νους, ένας νους χωρίς προσκολλήσεις μπορεί να δει το Νιμπάνα.

Γι' αυτό, όπως προαναφέρθηκε, λέει ο Βούδδας:  
«Αληθώς, υπάρχει ένα αγέννητο, ένα αποίητο, ένα αδημιούργητο, ένα μη συνθηκοκρατημένο». (Ud 8: 3)

Έτσι το Νιμπάνα παρουσιάζεται ως αντικείμενο το οποίο δεν μπορεί να γίνει αντιληπτό από κάποιον που απολαμβάνει την προσκόλληση και ζει με πάθος, μίσος και αυταπάτη.

Μπορεί όμως να ειπωθεί μέσω του διορατικού διαλογισμού (*βιπάσσανα*), με το να καταλάβει κάποιος πως, «Οτιδήποτε υπάρχει μέσα στα υλικά και νοητικά φαινόμενα – όπως το υλικό σώμα, το αίσθημα, η αντίληψη, οι νοητικές λειτουργίες και η συνείδηση – είναι παροδικό, ταλαιπωρία και μη εαυτός», εγκαταλείποντας έτσι την προσκόλληση (ουπαντάνα) σε αυτά.

(MN 64, *Mahāmālunkya-suttam*)

Τότε μπορεί να καταλάβει ότι:

«Πράγματι, εδώ και πολύ καιρό έχω εξαπατηθεί από αυτόν τον νου. Διότι όταν προσκολλιόμουν, προσκολλιόμουν μόνο στο υλικό σώμα, προσκολλιόμουν μόνο στο αίσθημα, προσκολλιόμουν μόνο στην αντίληψη, προσκολλιόμουν μόνο στις νοητικές λειτουργίες, προσκολλιόμουν μόνο στην συνείδηση.

-Εξ' αιτίας της προσκόλλησής μου, επέρχεται το γίνεσθαι των καρμικών πράξεων.

-Εξ' αιτίας του γίνεσθαι των καρμικών πράξεων, επέρχεται η γέννηση.

-Εξ' αιτίας της γέννησης, επέρχεται το γήρας και ο θάνατος, η λύπη, ο θρήνος, το άλγος, η θλίψη, και το άγχος. Αυτή είναι η προέλευση του συνόλου του πόνου και της ταλαιπωρίας».

(MN 75, *Māgaṇḍiya-suttam*)

Και όταν εξασκηθεί σύμφωνα με την κατάλληλη πρακτική, θα γνωρίζει και θα δει ότι:

«Με την κατάπαυση της προσκόλλησής μου στα υλικά και νοητικά φαινόμενα, επέρχεται η κατάπαυση του γίνεσθαι των καρμικών πράξεων.

-Με την κατάπαυση του γίνεσθαι των καρμικών πράξεων, επέρχεται η κατάπαυση της γέννησης.

-Με την κατάπαυση της γέννησης, επέρχεται η κατάπαυση του γήρατος και του θανάτου, της λύπης, του θρήνου, του άλγους, της θλίψης και του άγχους. Αυτή είναι η κατάπαυση του συνόλου του πόνου και της ταλαιπωρίας».

(MN 75, *Māgaṇḍiya-suttam*)

Τότε στρέφει τον νου του μακριά από τα υλικά και νοητικά φαινόμενα, και τον κατευθύνει προς το αθάνατο στοιχείο (*αμάτα-ντάτου*) του Νιμπάνα κατ' αυτόν τον τρόπο:

«Αυτό είναι γαλήνιο, αυτό είναι εξαίσιο:  
ο πλήρης κατευνασμός όλων των δραστηριοτήτων,  
η εγκατάλειψη όλων των προσκολλήσεων,  
η εξάλειψη της επιθυμίας, το μη πάθος,  
η κατάπαυση του πόνου, το Νιμπάνα».

«Κατ' αυτόν τον τρόπο μπορεί να δει το Νιμπάνα, και αν παραμείνει σε αυτό ως αντικείμενο (*τάττα τίτο*), επιτυγχάνει την εξάλειψη των νοητικών διαφθορών (*άσαβα*)».

(MN 64, *Mahāmālunkya-suttam*)

Εδώ πρέπει να σημειωθεί ότι όταν το Νιμπάνα ονομάζεται «εξάλειψη των νοητικών διαφθορών (του πάθους, της επιθυμίας, του μίσους και της αυταπάτης, κλπ.)» αυτό απαιτεί ερμηνεία.

Το ίδιο το Νιμπάνα ως υπαρκτό είναι, όπως προαναφέρθηκε, το αγέννητο, το αποίητο, το αδημιούργητο, το μη συνθηκοκρατημένο.  
(Ud 8: 3)

Είναι όμως εξ' αιτίας του Νιμπάνα (*τανγκ άγκαμμα*) ως αντικείμενο (*αράμμανα*), που βλέποντάς το συμβαίνουν:

- α) η πλήρης εξάλειψη των νοητικών διαφθορών και
- β) η απελευθέρωση από την συνθηκοκρατημένη ύπαρξη.

Το ίδιο το Νιμπάνα όμως δεν μπορεί να υποβιβαστεί σε αυτά τα δύο γεγονότα, τα οποία είναι στην πραγματικότητα συνθηκοκρατημένα και συμβαίνουν χρονικά.

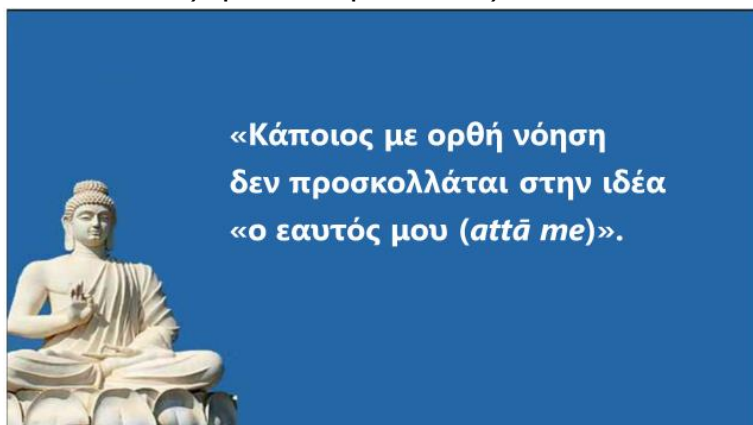
### Το Νιμπάνα και ο Μη Εαυτός (*anattā*)

Πολύ συχνά κάποιος δεν μπορεί παρά να υπογραμμίζει emphaticά το γεγονός ότι όχι μόνο για την πραγματοποίηση του Νιμπάνα ως στόχο, αλλά και για την θεωρητική κατανόησή του, είναι απαραίτητη προϋπόθεση να καταλάβει πλήρως αυτό το γεγονός:

δηλαδή, την αντικειμενική πραγματικότητα του μη εαυτού, της μη ψυχής, ή της μη εγωικότητας όλων των μορφών της ύπαρξης.

Χωρίς μια τέτοια κατανόηση, κάποιος αναγκαστικά θα παρανοήσει το Νιμπάνα – σύμφωνα με τις υλιστικές ή μεταφυσικές κλίσεις του – είτε ως εκμηδένιση και αφανισμό ενός εγώ/εαυτού, είτε ως μια αιώνια κατάσταση ύπαρξης στην οποία ένα εγώ ή ένας εαυτός εισέρχεται σ' αυτό ή συγχωνεύεται με αυτό.

Το Νιμπάνα είναι η κατάπαυση του πόνου και της ταλαιπωρίας, και ο Βούδδας ήταν σαφέστατος όταν είπε:



Κάτι ανάλογο έχει ειπωθεί και από τους μαθητές του όπως:  
«Δεν υπάρχει εδώ ένα όν.

Αυτο είναι απλά ένας σωρός υλικών και νοητικών διαδικασιών. Όπως ακριβώς με την συναρμολόγηση εξαρτημάτων, υπάρχει η λέξη «όχημα», έτσι όταν τα υλικά και νοητικά συναθροίσματα συναρμολογηθούν, υπάρχει η συμβατική λέξη «όν».

Στην πραγματικότητα, είναι μόνο ο πόνος που εγείρεται και μόνο ο πόνος που παραμένει και παρακμάζει. Τίποτα άλλο εκτός από τον πόνο δεν εγείρεται, τίποτα άλλο εκτός από τον πόνο δεν παύει».

(SN *Vajirāsuttam*)

Ως εκ τούτου, λέγεται από τους σχολιαστές:

«Απλά ο πόνος και η ταλαιπωρία υπάρχει, όχι ένας πάσχων.

Η πράξη υπάρχει, όχι ένας πράττων.

Το Νιμπάνα ως εξάλειψη του πόνου υπάρχει, αλλά όχι ένας που εξαλείφεται.

Η Οδός υπάρχει, αλλά όχι ένας οδοιπόρος».

(*Visuddhimagga*, Κεφ. XVI)

## Παρανοήσεις και Φαντασίες για το Νιμπάνα

Επειδή το Νιμπάνα περιγράφεται ως η υπέρτατη μακαριότητα και ευδαιμονία, συνηθισμένοι άνθρωποι που δεν βίωσαν αυτή την κατάσταση, προσπάθησαν από παλιά να την φανταστούν και να την ταυτίσουν με εγκόσμιες εμπειρίες.

Όπως ο ίδιος ο Βούδδας αναφέρει σε μια Ομιλία του, μερικοί ταύτιζαν το Νιμπάνα με την πλήρη απόλαυση των ηδονικών ευχαριστήσεων (*κάμα*) που βίωνε ο εαυτός τους (*άττα*).

Έτσι, θεωρούσαν ότι: «Όταν αυτός ο εαυτός (*άττα*), εφοδιασμένος και προικισμένος με τις πέντε ηδονικές ευχαριστήσεις, επιδίδεται σ' αυτές, τότε ο εαυτός επιτυγχάνει το ανώτατο Νιμπάνα εδώ και τώρα».

Άλλοι ωστόσο ταύτιζαν το Νιμπάνα με την πνευματική ευδαιμονία που επιτυγχάνεται στην 1<sup>η</sup> κοσμική έκσταση (*τζάνα*): άλλοι σ' αυτήν που επιτυγχάνεται στην 2<sup>η</sup>, στην 3<sup>η</sup> ή στην 4<sup>η</sup> κοσμική έκσταση, θεωρώντας ότι «τότε μόνο ο εαυτός επιτυγχάνει το ανώτατο Νιμπάνα εδώ και τώρα».

Απολαμβάνοντας αυτήν την κατάσταση, ή επιθυμώντας και λαχταρώντας για αυτήν, φαντάζονταν το Νιμπάνα με επιθυμία και λαχτάρα. Υπερηφανευόμενοι ότι «Εγώ πέτυχα το Νιμπάνα», φαντάζονταν το Νιμπάνα με υπερηφάνεια. Θεωρώντας αυτό το φανταστικό Νιμπάνα ως μόνιμο, ως ο εαυτός τους, ως η ψυχή τους κλπ., το φαντάζονταν με λανθασμένη νόηση.

Σχετικά με τέτοιες παρανοήσεις ο Βούδδας είπε ότι:

«Εδώ, ένας αδίδακτος, συνηθισμένος άνθρωπος,

1. Αντιλαμβάνεται το Νιμπάνα ως Νιμπάνα.
2. Έχοντας αντιληφθεί το Νιμπάνα ως Νιμπάνα, φαντάζεται σχετικά με το Νιμπάνα,
3. φαντάζεται (τον εαυτόν του) εις το Νιμπάνα,
4. φαντάζεται (τον εαυτόν του) χωριστά από το Νιμπάνα,
5. φαντάζεται ότι το Νιμπάνα είναι «δικό μου»,
6. απολαμβάνει το Νιμπάνα.

Ποιά είναι η αιτία; Λέω ότι δεν έχει πλήρως κατανοήσει το Νιμπάνα».

Εδώ το αντικείμενο της αντίληψης, της φαντασίας, και της απόλαυσης, είναι «το Νιμπάνα», δηλαδή η αίσθηση μιας ευδαιμονίας, ηδονικής ή πνευματικής, στο εγκόσμιο επίπεδο εμπειρίας.



**Ο κοινός άνθρωπος το φαντάζεται με τα τρία είδη φαντασίας:**

**Φαντασία** λόγω επιθυμίας, πόθου ή λαχτάρας  
(*taḥā-maññanā*)

**Φαντασία** λόγω υπερηφάνειας  
(*māna-maññanā*)

**Φαντασία** λόγω λανθασμένης νόησης  
(*ditṭhi-maññanā*)

Αφ' ετέρου, ένας εκπαιδευμένος άριστος μαθητής που εξάλειψε την άγνοια, λέγεται ότι δεν αντιλαμβάνεται (*σαντζανάτι*) απλώς, αλλά γνωρίζει άμεσα (*αμπιτζανάτι*) το Νιμπάνα και την φαντασία που προξενείται εξ' αιτίας του, δηλαδή ότι αυτή η φαντασία είναι: -ασταθής και παροδική· προσωρινής, πρόσκαιρης, φευγαλέας, περισπαστικής φύσης, και ως εκ τούτου είναι πόνος, ταλαιπωρία, και όχι ένας εαυτός ή μία ψυχή.

«Εδώ, ένας άριστος μαθητής,

1. Γνωρίζει άμεσα το Νιμπάνα.
2. Έχοντας άμεσα γνωρίσει το Νιμπάνα ως Νιμπάνα, δεν φαντάζεται σχετικά με το Νιμπάνα,
3. δεν φαντάζεται (τον εαυτόν του) εις το Νιμπάνα,
4. δεν φαντάζεται (τον εαυτόν του) χωριστά από το Νιμπάνα,
5. δεν φαντάζεται ότι το Νιμπάνα είναι «δικό μου»,
6. δεν απολαμβάνει το Νιμπάνα.

Ποιά είναι η αιτία; Λέω ότι έχει πλήρως κατανοήσει το Νιμπάνα».

Αυτό τελικά που συμβαίνει με τους περισσότερους ανθρώπους είναι η προσκόλληση στα πέντε συναθροίσματα της ύπαρξης.



Ακόμα και ένα μικρό ευχάριστο αίσθημα να αισθανθούν, το φαντάζονται ως ευδαιμονία του Νιμπάνα, σχετίζοντας αυτό το αίσθημα με το εγώ ή τον εαυτό. Ένας άριστος εξοικωμένος μαθητής όμως όπως λέει ο Βούδδας, δεν θεωρεί ακόμα κι αυτήν την ευδαιμονική κατάσταση ως δικιά του, διότι βλέπει ότι κι αυτή έχει παροδική φύση. Έτσι δεν αναπτύσσει τέτοιες ιδέες, φαντασίες και παρανοήσεις για το Νιμπάνα. Αλλά το βλέπει ως την κατάσβεση του πάθους, του μίσους και της αυταπάτης.

### Το Διπλό Νιμπάνα

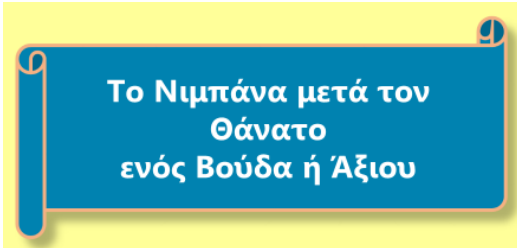
Το Νιμπάνα είναι μια ενιαία αδιαφοροποίητη υπέρτατη πραγματικότητα. Είναι αποκλειστικά υπερκόσμιο και έχει μία εγγενή φύση (*σαμπάβα*), που είναι το μη συνθηκοκρατημένο και αθάνατο στοιχείο το οποίο υπερβαίνει τελειώς τον συνθηκοκρατημένο κόσμο.

Παρόλα αυτά, με αναφορά σε μια βάση για διάκριση, το Νιμπάνα είναι διπλό. Η βάση για την διάκριση είναι η παρουσία ή η απουσία των πέντε συναθροισμάτων της ύπαρξης.

Έτσι το στοιχείο του Νιμπάνα όπως βιώνεται από τους «Άξιους» (*Αραχαν*) ή τους Βούδδες, ενώ αυτοί είναι ακόμα εν ζωή, ονομάζεται «με το υπόλειμμα παραμένον» (*σαουπαντισέσα*), διότι, αν και οι νοητικές μολύνσεις του πάθους, του μίσους, της αυταπάτης, κλπ. έχουν όλες εξαλειφθεί, το «υπόλειμμα» των συναθροισμάτων που αποκτήθηκαν από την προηγούμενη προσκόλληση στις παρελθούσες ζωές, παραμένει κατά την διάρκεια της παρούσας ζωής τους. Αυτό δηλαδή που έχουν καταφέρει οι Αρχάτ και οι Βούδδες ενώ είναι ακόμα εν ζωή, είναι ότι έχουν εξαλείψει τις νοητικές μολύνσεις. Το σώμα τους βέβαια, τα αισθήματά τους κλπ. λειτουργούν όπως λειτουργούσαν προηγουμένως, λόγω της προσκόλλησης από προηγούμενες ζωές.

Το στοιχείο όμως του Νιμπάνα που επιτυγχάνεται με τον θάνατο ενός Άξιου ή ενός Βούδα, ονομάζεται «χωρίς το υπόλειμμα παραμένον» (*ανουπαντισέσα*), επειδή τα πέντε συναθροίσματα απορρίπτονται και δεν αποκτώνται ξανά.

Τα δύο στοιχεία του Νιμπάνα ονομάζονται επίσης στα επεξηγηματικά σχόλια ως «η κατάσβεση των νοητικών μολύνσεων» (*κιλέσα-παρινιμπάνα*) για το πρώτο, και ως «η κατάσβεση των συναθροισμάτων» (*κάντα-παρινιμπάνα*) για το δεύτερο.



Το Νιμπάνα μετά τον  
Θάνατο  
ενός Βούδα ή Άξιου

Η ερώτηση μπορεί να τεθεί για το τί συμβαίνει μετά τον θάνατο σε ένα Βούδδα ή σε έναν Άξιο, των οποίων ο νους είναι απελευθερωμένος (*βιμούττασίττο*) από τις νοητικές μολύνσεις (*κιλέσα*), αλλά και από τα συναθροίσματα (*κάντα*), έχοντας πετύχει το τελικό Νιμπάνα (*παρινιμπάνα*).

Επανεμφανίζεται (*ουπαπατζάτι*) αυτός μετά τον θάνατο;

Δεν επανεμφανίζεται;

Επανεμφανίζεται και δεν επανεμφανίζεται;

Ούτε επανεμφανίζεται ούτε δεν επανεμφανίζεται;

Σε αυτές τις ερωτήσεις ο Βούδδας απάντησε ότι οι όροι «επανεμφανίζεται» ή «δεν επανεμφανίζεται», κλπ. δεν ισχύουν (*να ουπέτι*). Αυτό που ισχύει είναι η «τελική κατάσβεση» (*πάρিনিμπάνα*) που μπορεί να συγκριθεί με μια σβησμένη φωτιά.

Συνεπώς, όταν ένας Ινδός ασκητής ονόματι Βάτσα τον ρώτησε τέτοιες ερωτήσεις, ο Βούδδας του απάντησε με την παρομοίωση της σβησμένης φωτιάς έτσι:

«Τί νομίζεις Βάτσα; Ας υποθέσουμε ότι μια φωτιά έκαιγε μπροστά σου. Θα γνώριζες ότι: «Αυτή η φωτιά καίει μπροστά μου;»

-Θα το γνώριζα, Κύριε Γκοτάμα.

-Αν κάποιος σε ρωτούσε Βάτσα: «Εξαρτώμενη από τί, καίει αυτή η φωτιά μπροστά σου;» τί θα του απαντούσες;

-Θα του απαντούσα ότι: «Αυτή η φωτιά καίει εξαρτώμενη από καύσιμα, όπως ξερόχορτα και ξύλα».

-Αν αυτή η φωτιά μπροστά σου έσβηνε (*νιμπαγιέγια*), θα γνώριζες ότι: «Αυτή η φωτιά μπροστά μου έχει σβήσει (*νιμπούτο*);»

-Θα το γνώριζα, Κύριε Γκοτάμα.

-Αν κάποιος σε ρωτούσε, Βάτσα: «Όταν η φωτιά μπροστά σου έσβησε, σε ποιά κατεύθυνση πήγε; στην ανατολή, στην δύση, στον βορρά ή στον νότο;» τί θα του απαντούσες;

-Αυτό δεν ισχύει Κύριε Γκοτάμα. Η φωτιά έκαιγε εξαρτώμενη από καύσιμα, όπως ξερόχορτα και ξύλα. Όταν αυτά εξαντληθούν, αν η φωτιά δεν πάρει πια άλλο καύσιμο, και είναι χωρίς καύσιμο, θεωρείται ότι έχει σβήσει, ότι είναι σβησμένη (*νιμπούτο*).

-Έτσι ακριβώς, Βάτσα, οποιαδήποτε υλική μορφή με την οποία κάποιος θα περιέγραφε τον Βούδδα (μετά τον θάνατο), αν μπορούσε να τον περιγράψει, αυτή έχει εγκαταλλειφθεί από αυτόν, έχει κοπεί στην ρίζα, έχει εξαφανιστεί, έτσι ώστε δεν υπόκειται πλέον σε μελλοντική έγερση.

-Ο Βούδδας απελευθερώθηκε από την κατάταξη της υλικής μορφής· είναι βαθύς, άπειρος, δύσκολα να κατανοηθεί, όπως ο ωκεανός. «Επανεμφανίζεται» δεν ισχύει. «Δεν επανεμφανίζεται» δεν ισχύει. «Επανεμφανίζεται και δεν επανεμφανίζεται» δεν ισχύει. «Ούτε επανεμφανίζεται ούτε δεν επανεμφανίζεται» δεν ισχύει.

-Επίσης, οποιοδήποτε αίσθημα, ... οποιαδήποτε αντίληψη, ... οποιεσδήποτε νοητικές λειτουργίες, ... οποιαδήποτε συνείδηση, με την οποία κάποιος θα περιέγραφε τον Βούδδα (μετά τον θάνατο), αν μπορούσε να τον περιγράψει, αυτή έχει εγκαταλλειφθεί από αυτόν, έχει κοπεί στην ρίζα, έχει εξαφανιστεί, έτσι ώστε δεν υπόκειται πλέον σε μελλοντική έγερση.

-Ο Βούδδας απελευθερώθηκε από την κατάταξη του αισθήματος, ... της αντίληψης, ... των νοητικών λειτουργιών, ... της συνείδησης, είναι βαθύς, άπειρος, δύσκολα να κατανοηθεί, όπως ο ωκεανός. «Επανεμφανίζεται» δεν ισχύει. «Δεν επανεμφανίζεται» δεν ισχύει. «Επανεμφανίζεται και δεν επανεμφανίζεται» δεν ισχύει. «Ούτε επανεμφανίζεται ούτε δεν επανεμφανίζεται» δεν ισχύει.»

Η άποψη ότι ένας Βούδδας εμφανίζεται ή υπάρχει μετά τον θάνατο, είναι μια μορφή του αιωνισμού ή της αιωνιοκρατίας (*σάσσανταντίττι*), που θεωρεί τον Βούδδα ή ένα πνευματικά τέλειο άτομο δηλ. έναν Άραχαν, ως κάποιον που κατέχει έναν εαυτό ή μια ψυχή, και ο οποίος επιτυγχάνει αιώνια απελευθέρωση μετά τον θάνατο του σώματος.

Η άποψη ότι ένας Βούδδας δεν εμφανίζεται μετά τον θάνατο, ταυτίζει επίσης τον Βούδδα ως εαυτό ή ψυχή, αλλά υποστηρίζει ότι αυτός ο εαυτός εκμηδενίζεται μετά τον θάνατο του σώματος, εκπροσωπώντας έτσι την άποψη του εκμηδενισμού (*ουτσένταντίττι*).

Η τρίτη άποψη επιχειρεί μια σύνθεση αυτών των δύο, την οποία ο Βούδδας απορρίπτει επειδή και τα δύο μέρη περιλαμβάνουν λανθασμένη άποψη.

Η τέταρτη άποψη φαίνεται να είναι μια σκεπτικιστική προσπάθεια να απορριφθούν και οι δύο εναλλακτικές, ή να αποφευχθεί η λήψη συγκεκριμένης στάσης, την οποία ο Βούδδας απορρίπτει ξανά.

Όπως η σβησμένη φωτιά δεν μπορεί να περιγραφεί ότι έχει πάει προς κάποια κατεύθυνση, έτσι και ο Βούδδας που έχει φτάσει στο τελικό Νιμπάνα δεν μπορεί να περιγραφεί με τους όρους των τεσσάρων εναλλακτικών απόψεων.

Η παρομοίωση της φωτιάς αφορά αποκλειστικά την νομιμότητα της εννοιολογικής και γλωσσικής χρήσης, και δεν έχει σκοπό να προτείνει, όπως υποστήριξαν ορισμένοι μελετητές, ότι ο Βούδδας επιτυγχάνει κάποια μυστική απορρόφηση στο Απόλυτο.

Οι λέξεις «βαθύς, άπειρος, δύσκολα να κατανοηθεί» δείχνουν την υπερβατική διάσταση της απελευθέρωσης που επιτυγχάνεται από τον Βούδδα, η οποία είναι απρόσιτη στην διαλεκτική σκέψη.

Πάνω απ' όλα, το Νιμπάνα ονομάζεται «η κατάπαυση του πόνου και της ταλαιπωρίας» (*ντούκκα-νιρόντα*), και για εκείνους που επιδιώκουν ένα τέλος του πόνου και της ταλαιπωρίας, μια τέτοια ονομασία αρκεί να τους παρακινήσει στην πρακτική της Ευγενούς Οκταμελούς Οδού.