

**Ajahn Brahm**  
**“Decisions, decisions, decisions”**

As usual, when it gets to Friday afternoon, and I'm coming in to this center to give the evening talk I have to make that decision of what I'm gonna talk about. And this evening I've made the decision of giving a talk on the subject of... decisions.

And because also I had to go to Baddings this afternoon because monks don't usually go shopping except for hardware things. We are building our retreat centre down at Serpentine and a builder asked me to choose the colours for the cottages where people will be staying. So now I have to make this terrible decision: what colour would it be? And I thought it would be easy to make that decision until I got the colour catalogue. And it's so many colours on there I never believed such colours existed. And also the names on these colours, you know, colours with the names like: „Dynamite”. Or the stupid colour: „Nutter”. So many colours on there! And I realized what it must be like for you guys having to go shopping everyday. And it's so much choice on there it must drive you crazy.

So tonight I'm gonna give a talk on decisions. And it's maybe not just ordinary decisions about what colour you're gonna paint the walls. Coz it doesn't really matter, does it, in a retreat center, coz people have got their eyes closed most of the time, so they don't even notice it. And even if it is a bad colour, I can always give out sunglasses.

But whatever happens, we have from time to time make decisions: sometimes small decisions, sometimes big decisions. And people really can stress out on the decisions they have to make in life. Coz they don't know how to make decisions. And so today we're gonna have a talk on decisions, what they are and how to make them, how simple it is.

One of the important things about making decisions which I've learned in my life is that they are not all that important anyway. Many of the decisions which I fretted over, which I lost

**Ajahn Brahm**  
**“O podejmowaniu decyzji”**

Jak zwykle w piątkowe popołudnie kiedy przychodzę do tego centrum buddyjskiego wygłosić wieczorną mowę, muszę podjąć decyzję o czym będę mówił. Tego wieczoru zdecydowałem się na mowę o... decyzjach.

Po południu musiałem udać się do Baddings, ponieważ mnisi zazwyczaj nie chodzą na zakupy, chyba że chodzi o kupno narzędzi. Budujemy nasz ośrodek medytacyjny w Serpentine i budowniczy poprosił mnie o wybranie kolorów dla domków, w których mieszkać będą medytujący. Stoję więc przed tą okropną decyzją: jaki kolor będzie odpowiedni? Dopóki nie dostałem katalogu z kolorami myślałem, że wybór jest prosty. Tyle tam kolorów, nigdy nie myślałem, że takie kolory w ogóle istnieją. Już nie mówiąc o ich nazwach, wiecie, kolory takie jak „Dynamit”, czy głupi kolor „Pomylenieć”. Tyleż kolorów! I zdałem sobie sprawę jak musicie się czuć będąc zmuszeni robić zakupy każdego dnia. Taki duży wybór musi doprowadzać was do szaleństwa.

Tak więc dziś wieczorem wygłoszę mowę o podejmowaniu decyzji. Nie tylko zwykłych decyzji, takich jak wybór koloru którym pomalujecie ściany. W centrum odosobnień i tak nie ma to większego znaczenia, nieprawdaż? Przez większość czasu ludzie mają przecież zamknięte oczy, więc nie zwracają uwagi na kolor ścian. Nawet jeśli kolor wyjdzie kiepski, zawsze mogą rozdáwać okulary przeciwsłoneczne.

Cokolwiek się zdarza, każdy z nas musi od czasu do czasu podejmować decyzje: czasem małe, czasem duże. Niektórzy ludzie poważnie stresują się decyzjami, które muszą podejmować w swoim życiu. Nie wiedzą bowiem jak je podejmować. Tak więc dzisiaj porozmawiamy o decyzjach, czym są, jak je podejmować i jakie to proste.

Jedną z istotnych rzeczy dotyczących podejmowania decyzji, których nauczyłem się w życiu jest to, że nie są one aż tak ważne. Okazało się, że wiele z decyzji, którymi się zamartwiałem,

sleep over as a young man, I found are now completely irrelevant to the course of my life. All those decisions about what university I should go to, what should I study, the decisions to go out with this girl or with that girl as a young man. What a waste of time that was! It's always if you knew what was going to happen to you in life, you wouldn't have to worry. If I had known I was going to be a monk, of course I wouldn't need to worry about such things. But it's the same with you.

Anyway, the one thing you know it's gonna happen to you: you gonna die. So what's the point of worrying about all these decisions? But one important thing which I remember, which I teach a lot of people these days is: you know there is no such thing as a „right” decision or a „wrong” decision, or a „good” or „bad” decision. I think that's the one thing which really makes it hard for you to decide and make your selection. Because when there's an idea of a „right” decision or a „wrong” decision, it makes huge pressure on us to make sure we don't stuff up again and make a mistake. And we have to make the „right” decision. But remember, all those decisions you've made in life so far, really, there's no such thing as „good” or „bad”, it's like different outcomes. It's very similar to the way you came here this evening. I'm not quite sure what your preferred route is to get to this center on a Friday evening, there's many alternative routes. Sure that some are longer, some are shorter, some are prettier, some are not so pretty. But none of them is „right” or „wrong”. It's just a different way of getting there.

And for me, I always find the most of the decisions I make in life are: it doesn't matter what that decision actually is, you can always make use of it afterwards to get to where you want to go. So understanding that whatever decision you go for is not either the wonderful decision or a wrong decision. It's just a decision, that's all. It just gives you a different thing to work with in life. And understanding that, that whatever decisions you make, you can always make it work, you can always do something with it. It means it took away all the fear of making decisions. You now are not paralysed by choice. You never thought: „Oh my goodness, I will have to make a choice, is it

które spędzały mi sen z powiek kiedy byłem młodzieńcem, były całkowicie nieistotne dla mojej życiowej drogi. Wszystkie te decyzje, które podejmowałem jako młody człowiek, dotyczące wyboru uniwersytetu, kierunku studiów, decyzje o randce z tą czy z tamtą dziewczyną. Jakaż strata czasu! Przeważnie jest tak, że gdybyś wiedział, co ci się przydarzy w przyszłości, nie musiałbyś się martwić. Gdybym wiedział, że zostanę mnichem, naturalnie nie musiałbym zamartwiać się takimi banaliami. Tak samo jest z wami.

Tak czy owak, jedna rzecz, która na pewno wam się przydarzy: umrzecie. Jaki jest więc sens niepokoić się o te wszystkie decyzje? Jedną z ważnych spraw o których pamiętam i którą staram się przekazać ludziom jest taka: wiedźcie, że nie ma czegoś takiego jak „właściwa” decyzja czy „niewłaściwa” decyzja, „dobra” lub „zła” decyzja. Myślę że inaczej ciężko wam będzie podjąć decyzję czy dokonać wyboru. Kiedy funkcjonuje pojęcie „dobrej” lub „złej” decyzji, jesteśmy pod presją, gdyż nie chcemy po raz kolejny nawalić popełniając błąd. I musimy podjąć „właściwą” decyzję. Jeśli przypomnicie sobie wszystkie decyzje, które do tej pory podjęliście, dostrzeżecie, że naprawdę nie ma czegoś takiego jak „dobra” czy „zła” decyzja, są tylko różne rezultaty. Podobnie jak droga, którą tutaj dotarliście dziś wieczór. Nie jestem pewien, jaką preferujecie trasę by dotrzeć do tego centrum w piątkowy wieczór, jest wiele możliwości. Pewnie, że niektóre trasy są dłuższe, niektóre krótsze, jedne ładniejsze, inne niezbyt urodziwe. Ale żadna z nich nie jest „dobra” czy „zła”. Jest po prostu inną drogą dotarcia tutaj.

Osobiście uważam, że przy większości decyzji, które podejmuję w życiu nie ma znaczenia, jakie one będą, zawsze można je później spożytkować, by dotrzeć tam, gdzie chcecie. Tak więc zrozumcie, że jakkolwiek decyzję wybierzeć, nie będzie ona ani wspaniała, ani zła. To tylko decyzja, i tyle. Po prostu daje wam różne możliwości, nad którymi możecie popracować. Zrozumcie, że jakkolwiek decyzje podejmiecie, zawsze możecie coś z nimi zrobić, zawsze da się je jakoś przekształcić. Oznacza to odjęcie strachu towarzyszącemu podejmowaniu decyzji. Nie jesteście już sparaliżowani wyborem. Nie pomyślicie: „O rany! Będę musiał dokonać wyboru, będzie to decyzja na wagę życia i

going to be a life and death decision". Even that idea of life and death decisions which people, you know, tend to sort of amplify the importance of what they're deciding, out of all proportions. And I suppose that is the biggest thing: life and death decisions. But we are Buddhists. Buddhists don't have life and death decisions. You make a mistake and you die, you come back again afterwards. So it's not the end of the world when you die. That's one of the nice things about being a Buddhist. You know, you get another chance afterwards.

And you get many chances, so it's not sort of so imperative. If you make mistakes, you can always make something, do something with what you've got. Which takes away one of the most important pains and difficulties of decision making. Like the fear of making a mistake and the fear that, you know, you are somehow going to lose your pride, lose your credibility, be a fool, make an idiot of yourself. It's wonderful actually not worrying what other people think of you. And realising whatever decision you make, you're not a fool, you just made the decision, that's all. Give it a try, see what happened and you can always move on from it.

That way that when there's no fear attached to decision making, because it's not this terrible like blame and guilt, it makes it so easy to make decisions. You just make it and see what happens, knowing you can always make something out of whatever decision you made. So if I choose a yellow colour or a brown colour, you can always do something with whatever paint you choose. It's only paint, that's all.

Have you ever noticed that these decisions which people really worry about and you think: "My goodness, what sort of clothes should I wear this evening?" Big deal, no one is worrying about what you're wearing, only you. So when you don't worry so much about your decisions, you don't make it such a big thing because you're not into some sort of guilt or ego trip about, you know, whether you're right or wrong, coz there's no "right" or "wrong" decisions, decisions are much easier and far less stressful.

When you go back to why it is so difficult for people to make decisions, it comes back to our

śmierci." Ludzie mają tendencję do wyolbrzymiania znaczenia decyzji, które mają podjąć, ponad wszelkie proporcje. Decyzje na wagę życia i śmierci są chyba wielką sprawą. Ale my jesteśmy buddystami. Buddyści nie podchodzą do decyzji w ten sposób. Jeśli popełnisz błąd i umrzesz, wracasz ponownie. Więc kiedy umierasz, nie jest to koniec świata. Jest to jedna z przyjemniejszych rzeczy w byciu buddystą. Wiecie, każdy dostaje kolejną szansę.

Dostajesz wiele szans, więc podejmowanie decyzji nie jest czymś nagłym. Nawet jeśli popełniasz błędy, zawsze możesz obrócić je w coś pozytywnego. Taki sposób myślenia odejmuje najważniejsze trudności i udręki towarzyszące podejmowaniu decyzji. Takie jak strach przed popełnieniem błędu, przed utratą godności, przed stratą wiarygodności, zrobieniu z siebie głupka, idioty. Wspaniale jest nie przejmować się tym, co inni ludzie o tobie myślą. I zdać sobie sprawę, że jakkolwiek decyzję podejmiesz, nie jesteś głupcem, po prostu podjąłeś decyzję, to wszystko. Spróbuj, zobacz co się zdarzy, zawsze możesz iść naprzód.

Takim oto sposobem łatwo jest podejmować decyzje, ponieważ nie towarzyszy temu strach, nie ma tego okropnego poczucia winy. Po prostu dokonujesz wyboru i obserwujesz, co z tego wyniknie wiedząc, że zawsze możesz stworzyć coś pozytywnego z decyzji, którą podjąłeś. Czy wybierzesz żółty, czy brązowy kolor, zawsze możesz spożytkować każdą farbę, jaka by nie była. To tylko farba, i tyle.

Czy zauważyliście jakimi decyzjami ludzie się zamartwiają: „O rany, co ja mam na siebie włożyć dziś wieczorem?” Wielkie rzeczy, nikt oprócz ciebie nie przejmuje się tym, co masz na sobie. Dlatego kiedy nie zamartwiasz się swymi decyzjami, kiedy nie wyolbrzymiasz ich znaczenia, ponieważ nie bawisz się w poczucie winy czy łechtaniem własnego ego oceniając swoje wybory jako dobre lub złe, bo nie ma „dobrych” czy „złych” decyzji, wtedy decyzje są łatwiejsze i dalece mniej stresujące.

Jeśli cofnąć się do przyczyn utrudniających ludziom podejmowanie decyzji, sprowadza się to

conditioning. When you're very very young, you get blamed and punished if you so-called make "wrong" decisions. And I know from my own experience, and I couldn't understand what it was, I just made a decision, I made a mistake, so what? Why punish me? And I'm human being. So I got it wrong, big deal. I'll try better next time. But because the punishment came involved with my decision making, and I was actually forced to feel that I've made a wrong decision or a wrong choice, what then happened was that paralysed or that really affected my ability to make decisions. As if I've done something terribly, terribly wrong and evil, if I chose a wrong path.

And one of the nice things which I learned as a Buddhist that there is no punishment. The idea of punishing yourself, which is guilt, or punishing someone else, which is anger and revenge, never ever made sense to me as a young man. But it was almost forced on me by the culture which I grew up with. If someone else makes a mistake, in other words, they made a wrong choice in life, they're supposed to be punished. Does that really help? You know, if they made a wrong choice in life, they've done something wrong – if it is wrong, I'm not sure if I quite understand what that really means. They've just made a decision and it caused a bit of suffering. Please learn from that. Don't have to add to the suffering by adding some punishment or some penance on top of it. And we learn from it and we move on from it, we grow from it. Instead, the punishment just actually makes the problem worse. And it also makes people more afraid to make decisions in life.

So because of punishment was always associated with so-called "wrong" decision making, I've got afraid of making choices, like many of you do. But instead, when we make a choice, if we just consider that whatever the outcome is, there's no punishment involved, there's no reward involved, we made a decision, now let's see what to do next with it. And that way whatever happens, you can always make something out of it, which is the lesson that I've learned in life. If I build the monastery this way, build the monastery that way, if I give a talk on this, if I give a talk on that – doesn't matter where you start out from. It's how you develop

do tego, w jaki sposób byłeś społecznie ukształtowany. Kiedy byłeś bardzo bardzo młodym człowiekiem, winiono cię i karano za podejmowanie tak zwanych „złych” decyzji. Znam to z własnego doświadczenia, i nie mogłem zrozumieć w czym rzecz, po prostu podjąłem decyzję, popełniłem błąd, i co z tego? Pomyliłem się, wielkie mi rzeczy. W przyszłości lepiej się postaram. Lecz ponieważ w mój proces podejmowania decyzji wpłątane było pojęcie kary i byłem praktycznie zmuszony odczuwać, że podjąłem niewłaściwą decyzję czy dokonałem złego wyboru, wpłynęło to paraliżująco na moją zdolność podejmowania decyzji. Jakbym zrobił coś strasznie, okropnie złego i niewłaściwego, jakbym wybrał niedobłą drogę.

Jedną z przyjemnych rzeczy, jaką odkryłem będąc buddystą jest brak kary. Kiedy byłem młodym człowiekiem pojęcie karania samego siebie, czyli poczucie winy lub wymierzanie kary innym, czyli złość i chęć zemsty przynigdy nie miały dla mnie sensu. Ale było mi to niejako narzucone przez kulturę, w której się wychowałem. Jeśli ktoś popełnił błąd, innymi słowy jeśli dokonał w życiu „złego” wyboru, powinien zostać ukarany. Czy to naprawdę pomaga? Wiecie, jeśli ktoś dokonał w życiu złego wyboru, zrobił coś niedobrego – jeśli faktycznie jest to coś niedobrego, bo sam nie jestem pewien czy zupełnie pojmuję, co to dokładnie oznacza., ta osoba po prostu dokonała jakiegoś wyboru, który zaskutkowało odrobiną cierpienia. Proszę, wyciągnijcie z tego wnioski. Nie trzeba podsycać cierpienia dokładając do tego karę czy jakąś pokutę. Wyciągajmy wnioski, uczmy się i dojrzejemy dzięki temu. Kara tak naprawdę pogarsza jeszcze problem i na dodatek sprawia, że ludzie coraz bardziej boją się podejmowania decyzji w życiu.

Tak więc ponieważ pojęcie kary było nieodłącznie związane z tak zwanymi „złymi” wyborami, jak większość z was obawiałem się podejmowania decyzji. Zamiast tego, kiedy podejmujemy decyzję weźmy pod uwagę, że jakkolwiek będzie rezultat, nie jest powiązana z tym żadna kara czy nagroda, podjęliśmy decyzję, a teraz zobaczmy, co z tym dalej zrobić. Tym sposobem cokolwiek się zdarzy, zawsze możecie coś z tym zrobić, takiej lekcji nauczyłem się w życiu. Jeśli zbuduję klasztor w ten sposób, jeśli zbuduję go w inny sposób, jeśli wygłoszę mowę na ten temat, jeśli wygłoszę mowę na tamten

the situation which you've made for yourself. And you do find that the law of karma means that life is always evolving, you can always do something with what you've got. There's no such thing as a mistake in life.

How many of you did sometimes make a choice and you think: "Wow, that was a big mistake." ? But later on, you know, after a month, a year, a couple of years you realize that was the best thing which ever happened to you. And it really made a great difference in your life. And how many of you have done something you thought was really great and great success and realized that it really wrecked your whole life? Sometimes we can't tell whether a thing, a choice, is going to work out well or not. But what we can do, we can make it work out well. Because in life it's not so much what you choose, whether is to have a yellow paint or a brown paint, whether to marry this guy or marry that guy. Coz I've told you many many times, I do lots and lots of marriage counseling. And if you think you married the wrong guy... what do you mean the "wrong guy"? They are all the same! Believe me.

So there's no such thing as a "right" guy or a "wrong" guy, or the "right" girl or a "wrong" girl. You realize they are all the same anyway, so you married this person, make it work. Make it work. You know, sometimes that happens. There are still some societies where you have arranged marriages. And it's amazing, I think that statistics have shown that arranged marriages or whether you choose for yourself, they've got the same rate of success. So just because you choose doesn't mean it's more likely to work out. When someone else chooses, you know, sometimes that's just as likely to work out or go wrong. So it might be just like having a lottery, just sort of choose a number and the one that has got the same number like you, that's the one you get married and live with the rest of your life. Could you do that?

You know, sometimes when we make these choices, okay, we are going to make these choices, but when we make the choices just make them quickly and learn how to live with them. Make something out of it. And you find that that way you find you've done that before, it actually does work and you actually find that

temat – nie ma znaczenia od czego zaczniecie. Znaczenie ma jak rozwinięcie sytuacji, którą dla siebie stworzyliście. I odkryjecie, że prawo karmy oznacza, iż życie nieustannie się zmienia, zawsze możesz spożytkować to co masz. W życiu nie ma czegoś takiego jak błąd.

Ilu z was dokonało kiedyś wyboru i pomyślało: „O rany, to był poważny błąd!”? Ale po jakimś czasie, po miesiącu, roku, po kilku latach zdajecie sobie sprawę, że była to najlepsza rzecz, która wam się przytrafiła. I że naprawdę zmieniła wasze życie. A ilu z was zrobiło kiedyś coś, co wydawało wam się naprawdę wspaniałe, myśleliście, że będzie to wielki sukces, a później zdaliście sobie sprawę, że tak naprawdę zrujnowało to wam całe życie? Czasem nie jesteśmy w stanie przewidzieć, czy dana rzecz, wybór, wyjdzie nam na dobre czy nie, ale jesteśmy w stanie sprawić, że wyjdzie nam na dobre. W życiu nie chodzi bowiem o to, co wybierzemy, czy będzie to żółta farba czy brązowa, czy poślubimy tego mężczyznę, czy tamtego. Mówiłem wam o tym wiele razy, udzielam wielu porad małżeńskich. I jeśli sądzisz, że poślubiłaś niewłaściwego faceta... Co rozumiesz pod pojęciem „niewłaściwy facet”? Oni są wszyscy tacy sami! Wierzcie mi. Nie ma czegoś takiego jak „właściwy” facet czy „niewłaściwy” facet, czy też „odpowiednia” dziewczyna czy „nieodpowiednia” dziewczyna. Kiedy uświadomisz sobie, że tak czy siak wszyscy oni są tacy sami – poślubiłaś tę osobę, więc spraw, żeby wasze małżeństwo było udane. Spraw, by się udało. Wiecie, czasem tak się dzieje. Wciąż funkcjonują społeczeństwa, w których małżeństwa są aranżowane. Niesamowita sprawa, myślę że statystyki pokazują, iż niezależnie od tego czy małżeństwo było aranżowane, czy sam wybrałaś partnera, wskaźnik powodzenia jest taki sam. To, że sam dokonałaś wyboru nie gwarantuje, że związek będzie bardziej udany. Czasem kiedy ktoś inny wybiera za ciebie, szanse na udany czy zepsuty związek są takie same. To tak jak z losami na loterii, po prostu wybierz jakiś numer, a osoba która ma ten sam co ty, właśnie z tą się zwiążesz i spędzisz resztę życia. Potrafisz tak?

Kiedy podejmujecie decyzje zróbcie to szybko i nauczcie się z nimi żyć. Spożytkujcie je w jakiś sposób. Czujecie, że już to kiedyś robiliście, to faktycznie działa i naprawdę odkryjecie, że nie będziecie już tak mocno obawiać się

that means that you're never so afraid of making choices. Whichever way you move, left or right, it's never the end of the world, it's not so important. It just gives you different options to work with in life, a different path. And you can never say that one path is better than the other. It's just different, that's all.

Which is why when I was reading how the Buddha described decision making, he always said that there are four things you should always concern yourself about before you make a decision, to check whether you're not acting out of these four things. And those four things:

- ❖ Not acting out of personal desire, what's in it for you?
- ❖ Not acting out of ill-will or revenge.

I gave a talk at Christ Church Grammar School on Tuesday and I gave one of my favourite sayings about: "There's no need to have ill-will, especially no need for revenge. You know, if you are a Christian, coz there's a Christian school, if someone has done something wrong and hurt you, cheated you, mistreated you, abused you, if you are a Christian – God will sort that out. You don't need to worry about it at all. Just pass the buck to God. And he'll sort it out. If you're a Muslim, it's Allah's job, if you're a Jew, Jehowa. And if you're a Buddhist, we don't believe in God. So what happens with the Buddhist? You say: "You don't have to seek revenge, because karma will get the bastard anyway."

Please excuse the language, but when I say it like that you remember it. It's just a teaching tool, that's all.

So you don't need revenge. So that's why we make a choice, no ill-will, no revenge, we're not doing this to hurt somebody. And it's also:

- ❖ not to make a decision of of delusion, out of ignorance.

That is an important thing here, because sometimes to make a responsible decision – because we are responsible human beings – and decisions they do affect others, they do affect ourselves, they do give different paths, we wanna make sort of the best possible path. But we can always work with every path, but the

podejmowania decyzji. W którąkolwiek stronę ruszycie, na prawo czy na lewo, nigdy nie oznacza to końca świata, nie ma aż takiego znaczenia. Daje wam po prostu różne opcje do wykorzystanie w życiu, rozmaite ścieżki. I nigdy nie powiecie, że jedna ze ścieżek jest lepsza od drugiej. Jest po prostu inna, to wszystko.

Kiedy czytałem o tym, jak Buddha opisywał proces podejmowania decyzji, zawsze powtarzał, że istnieją cztery czynniki, na które powinno się zważać przed podjęciem decyzji. Trzeba sprawdzić, czy nie działamy pod wpływem tych czterech czynników. Czynniki te to:

- ❖ 1. Kierowanie się własnymi korzyściami, co z tego będę miał?
- ❖ 2. Kierowanie się złą wolą lub chęcią zemsty.

We wtorek wygłosiłem mowę w chrześcijańskiej szkole podstawowej przytaczając moje ulubione powiedzenie: „Nie potrzeba złej woli, a zwłaszcza zbędna jest zemsta. Wiecie, jeśli jesteście chrześcijanami i ktoś postąpił wobec was niewłaściwie, zranił was, oszukał, znęcał się nad wami, skrzywdził, to jeśli jesteście chrześcijanami – Bóg zrobi z tym porządek. W ogóle nie musicie się tym przejmować. Zrzućcie odpowiedzialność na Boga. On to załatwi. Jeśli jesteście muzułmanami, jest to zadanie Allaha, jeśli jesteście żydami – to zadanie Jehowy. A jeśli jesteście buddystami, to nie wierzycie w Boga. Więc co się dzieje z buddystami? Buddyści mówią „Nie musisz szukać zemsty, bo karma i tak dorwie tego chama!”

#2

Wybaczcie proszę moje słownictwo, ale kiedy mówię w ten sposób, to potem łatwiej wam to zapamiętać. To po prostu moje narzędzie pracy.

Tak więc nie trzeba szukać zemsty. Dokonujemy wyboru, bez złych intencji, bez chęci zemsty, nie kierujemy się chęcią zranienia kogokolwiek. Kolejny czynnik:

- ❖ 3. Nie podejmowanie decyzji pod wpływem ułudy czy niewiedzy.

To bardzo ważny punkt, ponieważ jesteśmy istotami odpowiedzialnymi, a nasze decyzje

delusion is actually getting all the information and just making sure you're well informed before you make the decision. But the forth thing, you know, the first one is not personal desire, no ill-will, no delusion, the forth thing is what I told just a few minutes ago:

❖ Never make a decision out of fear.

And that's sort of one of the most important part of decision making, because so many people make decisions out of fear. Or they don't make decisions out of fear. And where that fear comes from, it's the fear of some punishment, because they're so afraid of making the so-called "wrong" decision. And that paralyses so many people.

When I went to that shop to get that catalogue, and I have to make sure, "I'm afraid, what if I choose the wrong colour? And all those people who have given all these money to the retreat center, I'll spoil the whole retreat center by painting it pink! Oh, what will people say about me?" Well, I don't care. Coz I realized whatever I do, I'm always in a win-win situation as a monk. If I make the wrong decision and say something really stupid here and offend everybody – oh, that's brilliant! I can stay in my monastery, do all my meditation and won't have to come to Nollamara ever again. I can have a bit of a rest. So when I stuff up, oh, that's brilliant! And if I don't stuff up, that's brilliant too, because I can give a good talk and make people happy. So it's marvellous, actually, that whatever I do, I realize it's always a win-win situation. It's just a different path in life, that's all.

Now, this is a true story. I was always very very fortunate. When I first came here 25 years ago, after 9 years in Thailand, I was number two monk here, and another monk, and I was just like, you know, like cyclists, sometimes they cycle behind the big truck, so the truck sort of takes the wind away from them. And that's what I was like, you know, this other monk, he was taking all of the flak for giving good talks or not good talks and I was number two monk. It was a very easy life, until he disrobed. What did you do that for? All my plans went to smithereens...

But it didn't matter coz I made a decision then afterwards: Oh, I can have to start giving these

często oddziaływają na inne osoby, mają wpływ na nas samych, tworzą różnorakie ścieżki, a my chcemy wybrać tę optymalną. Ale zawsze możemy spożytkować każdą ścieżkę, ważne jest, aby przed podjęciem decyzji zebrać jak największą ilość informacji i upewnić się, że jesteśmy dobrze poinformowani. O czwartym z czynników mówiłem kilka minut temu:

❖ 4. Nigdy nie podejmujcie decyzji kierując się strachem.

Jest to jedna z najważniejszych części w procesie podejmowania decyzji, ponieważ tak wielu ludzi dokonuje wyborów pod wpływem strachu, lub nie podejmuje decyzji z obawy przed czymś. Jest to strach wywodzący się z obawy przed jakąś karą, lękają się popełnienia tak zwanej „złej” decyzji. I to paraliżuje tak wiele osób.

Kiedy wybrałem się do tego sklepu po katalog kolorów, mogłem myśleć w ten sposób: „Boję się, a co będzie jeśli wybiorę zły kolor? Ci wszyscy ludzie, którzy ofiarowali pieniądze na poczet centrum odosobnień, ja to wszystko zepsuję malując centrum na różowo! O rany, co oni o mnie powiedzą?” No cóż, nic mnie to nie obchodzi. Zdałem sobie bowiem sprawę, że cokolwiek bym nie zrobił, zawsze na tym zyskam jako mnich. Jeśli podejmę niewłaściwą decyzję i powiem tu coś naprawdę głupiego, co wszystkich urazi – och, genialnie! Mogę wtedy zostać w moim klasztorze i medytować do woli, i nigdy więcej nie będę musiał przyjeżdżać do Nollamara. Mogę wreszcie odpocząć. Jeśli więc dam plamę, będzie cudownie. Jeśli się nie wygłupię, to też świetnie, bo mogę wygłaszać dobre mowy i uszczęśliwiać ludzi. Cudownie, więc tak naprawdę cokolwiek zrobię, mam świadomość, że zawsze będę na wygranej pozycji. Jest to po prostu inna ścieżka w życiu, to wszystko.

Teraz opowiem prawdziwą historię. Zawsze byłem wielkim szczęściarzem. Kiedy przybyłem tu 25 lat temu, po 9 latach spędzonych w Tajlandii, byłem mnichem numer dwa, i byłem jak rowerzysta. Wiecie, czasem kolarze pedałuja za wielką ciężarówką, która tak jakby osłania ich przed wiatrem. I tak właśnie się czułem, wiecie, ten drugi mnich zgarniał całą krytykę za dobre mowy, za złe mowy, a ja byłem tym drugim. Wiodłem bardzo spokojne życie, dopóki nie wystąpił z klasztoru i przestał być mnichem.

talks. So what happens if people don't like me? If I give bad talks? I thought: "Wow, that's really good, I can just be a hermit monk." I've always liked being a hermit. I always had these fantasies like going in deep caves. This was my fantasy. Coz when I first came over here I heard there's some brilliant caves in Nullarbor. And they've got water underneath as well. So you've got your water, you've got your seclusion. And I'm sure I can get someone to give me some food somewhere. And I though I become like the hermit of Nullarbor. That's my fantasy. This is what monks dream of. They don't dream of winning the lottery or finding a beautiful girl. They dream of being a nice hermit in a deep cave in Nullarbor. But then I started fantasizing further: what would happen next? Imagine, if you were like a monk and you're staying in a deep cave in Nullarbor, sooner or later somebody will find you. And the soonest they find you, they will tell Channel 9. And Channel 9 will go out there with their reporters to do like a human interest story about the hermit of the Nullarbor. "And why did you run away? Was it because of a broken heart? Was it because... was it because your business went pear-shaped? Or because some other reason why you just didn't like the world anymore? Because the Eagles kept on losing, was that the reason why you went to be a hermit?" And then they do the interview, and of course it would go on TV. And the soonest the TV would go there and they tell you that there's a hermit of the Nullarbor, and of course all these tourists would start to come and visit you on the way across the Nullarbor Plain to make a diversion and see the hermit of the Nullarbor. Coz that's very rare to see like a hermit. And so I've got all those tour busses coming along to see the hermit of the Nullarbor. And then soon they would have to have toilets outside my cave and a little gift shop which has devontiontees. And before long you get those little dolls like the hermit of the Nullarbor with a shaky head. And so you'd be a tourist attraction. Just like everything else. And that's what happens with the hermit of the Nullarbor.

So you see, whatever decision you make, it doesn't really matter. This is the way of the world. So I realized that it doesn't matter whatever decision you make: to teach or not to teach? If you do teach and are well received - oh, it's wonderful. If you're not well received - that's wonderful. It was amazing, you had this

Dlaczegoś to zrobił? Wszystkie moje plany wzięły w łeb.

Nie miało to jednak znaczenia, gdyż już wtedy podjąłem decyzję. Mogę zacząć wygłaszać mowy. A co się stanie jeśli nie spodobam się ludziom? Jeśli moje mowy będą do kitu? Pomyślałem sobie: „O rany, będzie super, będę mógł zostać mnichem pustelnikiem.” Zawsze odpowiadało mi bycie pustelnikiem. Często marzyłem o przebywaniu w głębokich jaskiniach. To była moja fantazja. Kiedy po raz pierwszy tu przyjechałem dowiedziałem się, że w Nullarbor są znakomite jaskinie, pod których powierzchnią znajduje się woda. Więc masz dostęp do wody, masz swoje odosobnienie. I jestem pewien, że mógłbym liczyć na kogoś, kto zostawiałby gdzieś jedzenie dla mnie. I pomyślałem, że stanę się mnichem z Nullarbor. Takie jest moje marzenie. O tym fantazjują mnisi. Nie śni im się wygrana na loterii czy spotkanie pięknej dziewczyny. Marzą o byciu miłym pustelnikiem w głębokiej jaskini w Nullarbor. Ale z czasem zacząłem fantazjować intensywniej: co się dalej wydarzy? Wyobraźcie sobie, że jesteście jak ten mnich i mieszkacie w głębokiej grocie w Nullarbor, prędzej czy później ktoś was znajdzie. I jak tylko was odkryją, zawiadomią TVN. I TVN wyśle swoich reporterów, by nakręcili reportaż o mnichu z Nullarbor. „A dlaczego uciekłeś? Złamał ci ktoś serce? A może... może twój biznes okazał się niewypałem? A może jest inny powód dlaczego stronisz od świata? Bo Wisła Kraków ciągle przegrywa, czy to jest powód dla którego wybrałeś pustelnicze życie?” A później przeprowadzą wywiad, który oczywiście zostanie wyemitowany w telewizji. I jak tylko ludzie dowiedzą się o istnieniu pustelnika z Nullarbor, wszyscy turyści przemierzający okoliczne równiny będą zbaczać z drogi, by go zobaczyć. Bo ujrzeć pustelnika – to rzadka rzecz. No i te wszystkie autobusy wycieczkowe przyjeżdżające, by podziwiać pustelnika. I wkrótce musieliby ustawić ubikacje przed moją jaskinią i mały sklepik z pamiątkami sprzedający dewocjonalia. I krótko po tym zaczęto by produkować małe kukielki z trzęsącą się głową na kształt pustelnika z Nullarbor. I stalibyście się atrakcją turystyczną, jak wszystko inne. I to właśnie przytrafiłoby się pustelnikowi z Nullarbor.

Widzicie więc, jakkolwiek decyzję podejmiecie, nie ma to większego znaczenia. Taka jest kolej rzeczy. Zdałem więc sobie sprawę, że sama



no fear of giving talks. And people say that's one of the scariest things to do, is actually to talk in public. To me it's great. Coz you can just relax, if you like it – great – if you don't like it – great. You know, we've got too many people in this room anyway, so the more people I can offend and get rid of, the better.

Which brings me to today's joke about decision making. It's actually two jokes in one, I've combined two jokes. The bad decision making is the second part of it.

These three fellows were lost in the desert. They've been lost for days. There was the Frenchman, the Australianman, and the Englishman. Because I'm English, the Englishman is going to sort of really get the butt of this joke. So because I'm English, I can do this.

Okay, so the Austalian, the French and the English are lost in the desert for a long time. And they couldn't find their way out. And then they saw an Eskimo coming in a sledge with huskies. And as soon as they found the Eskimo coming towards them: "Oh, thank goodness, Eskimo, we are lost, we are trying to find our way out!" And the Eskimo said: "Ehh, you think YOU were lost!"

But anyway, that's joke number one. Joke number two: The Eskimo turned out to be sort of a genie, like a magic person. He said: "You must be very thirsty." "Oh yeah, we are dying for something to drink." He said: "See over there" – there were three slides going to this big vats. He said: "There are three slides there, one for each of you. These are magic slides. Now, whenever you go down that slide, whatever you say, whatever you wish for, that's what you'll fall into."

The first one was the Frenchman. So he climbed up the slide. And as he went down he shouted "champagne!!". And the soonest he said that, he fell into this big vat of champagne and he was drinking, enjoying himself immensely, top quality vintage champagne. And then the Australian, he climbed up the slide, when he was going down the slide – of course, what he said? You know, sort of, maybe Emu Bitter or

decyzja nie ma znaczenia: nauczać czy nie nauczać? Jeśli będziesz nauczać i zostaniesz dobrze przyjęty – wspaniale. Jeśli nie przyjmą cię dobrze – wspaniale. To było niesamowite, nie miałeś strachu przed wygłaszaniem mów. A ludzie mówią, że publiczne przemawianie jest jedną z najbardziej przerażających rzeczy. Dla mnie wręcz przeciwnie. Możesz się po prostu zrelaksować, jeśli ci się spodoba – super – jeśli ci się nie spodoba – wspaniale. Wiecie, w gruncie rzeczy mamy w tym pomieszczeniu i tak zbyt dużo ludzi, więc im więcej osób urażę i pozbędę się, tym lepiej.

Co przywodzi mi na myśl dzisiejszy dowcip o podejmowaniu decyzji. Właściwie to dwa kawały połączone w jeden. Motyw złych wyborów pojawia się w drugiej części.

Trzech kolesi zbłądziło na pustyni. Wałęsali się tak od kilku dni. Francuz, Australijczyk i Anglik. Ponieważ sam jestem Anglikiem, mój rodak stanie się obiektem pośmiewiska w tym dowcipie. Jestem Angolem, więc mi wolno.

Tak więc Australijczyk, Francuz i Anglik zgubili się na pustyni i od dłuższego czasu nie mogli znaleźć wyjścia. Nagle zobaczyli Eskimosa na saniach ciągniętych przez psy husky. Jak tylko ujrzeli Eskimosa zbliżającego się w ich kierunku, krzyknęli: „Z nieba nam spadłeś, Eskimosie, zabłądziliśmy i próbujemy znaleźć wyjście!” A Eskimos na to: „Ehh, myślicie że to WY się zgubiliście!?”

W każdym razie to był pierwszy dowcip. Dowcip drugi: Eskimos okazał się kimś w rodzaju dzina, czarownika, który powiedział: „Musicie być bardzo spragnieni.” „Och tak, dalibyśmy się pokrajać za coś do picia.” Dzin na to: „Spójrzcie tam” – a tam stały trzy zjeżdżalnie, każda z nich prowadziła do kadzi. Dzin: „Tam są trzy zjeżdżalnie, po jednej na każdego. To są czarodziejskie zjeżdżalnie. Słuchajcie, jak będziecie zjeżdżać w dół, cokolwiek sobie zażyczycie, cokolwiek powiecie, do tego wpadniecie na końcu kadzi.”

Pierwszy był Francuz. Wspiął się na ślizgawkę. Podczas ślizgu w dół krzyknął „szampan!!” Jak tylko wypowiedział te słowa, wpadł do wielkiej kadzi wypełnionej szampanem. Pił, wyśmienieć się bawił w najwyższej jakości wyborowym

VB or whatever you like. But he said “Beer!!”. And as soon as he fell into this vat, there’s full of beer and he was drinking and slaking his thirst, wonderful. And then the Englishman got up his slide and he forgot what he was supposed to say. In his excitement, he said “Wee!!”.

But you can always make something out of your decisions, whichever that one was...

Going back to the serious part of this talk: the decision making. Sometimes when we are afraid of the outcome of our decisions, the fear paralyses us and often makes us not make good decisions. And take me seriously now, because sometimes people make decisions maybe about treatment for cancer. And they gotta make a decision what they gonna do. So how can you make those decisions?

Get as much information as you possibly can, so you are not acting out of delusion. Make sure it’s not just your personal interest. For example, some people with cancers. Sometimes when the chips are down and it looks like there is not treatment available, sometimes they volunteer for experimental treatment. And they do that sometimes not so much for themselves, but for the sake of other people. So it’s not done out of personal desire, but for the sake of others. And I love that when people do things like that.

Couple of weeks ago people were talking to me, couple of cases, all at the same time, about bullying in a workplace. And they were asking me what should you do about bullying in a workplace. I said: “You have to make a decision now whether to report it, whether to leave, to confront the person, or sometimes take it, that’s a decision. What decision you gonna make?”

I said one of the wonderful things about reporting bullying in a workplace is that you’re not doing it for yourself, it’s not just for your benefit. Because if there is a person that is exploiting other people in your office or in your place of work, it’s not just you they exploit. They exploit someone else, and another person. Coz it’s habitual, it’s a wrong way of dealing with the people they work with. And so in such a case I was encouraging – report it. Not for your own benefit, but for the sake of others. It’s an act not of personal gratification, but of compassion for everybody else who has to work

szampanie. Następnie Australijczyk wspiął się na zjeżdżalnię, i kiedy ślizgał się w dół to co wykrzyknął? Oczywiście Tyskie, czy Żywiec, cokolwiek lubicie. W każdym razie zakrzyknął: „Browaaaar!!”. Gdy tylko wleciał do zbiornika, otoczyło go morze piwa, a on pił, gasił pragnienie, wspaniale się bawiąc. I w końcu przyszła kolej na Anglika, który wszedł na górę zjeżdżalni i z podniecenia zapomniał, co chciał powiedzieć, więc krzyknął: „No to sruuuu!!”

Ale zawsze możecie spożytkować swoje decyzje, cokolwiek możnaby zrobić w tym wypadku... Wracając do spraw poważnych, czyli do tematu dzisiejszej mowy. Czasem kiedy obawiamy się rezultatu naszych decyzji, strach ten paraliżuje nas i sprawia, że nie podejmujemy dobrych decyzji. Potraktujcie to co teraz mówię poważnie, ponieważ czasem ludzie podejmują decyzje być może dotyczące leczenia nowotworu. Muszą postanowić, co z tym fantem zrobić. Jak więc podejmować takiego typu decyzje?

Zbierzcie jak najwięcej informacji, by nie kierować się ułudą. Upewnijcie się, że nie działacie tylko i wyłącznie dla własnej korzyści. Na przykład kiedy nadchodzi czas podjęcia ostatecznej decyzji, niektórzy chorzy na raka zgłaszają się na ochotnika do badań eksperymentalnych. I zwykle nie robią tego dla siebie, lecz przez wzgląd na innych ludzi. Więc nie jest to czyn samolubny, lecz dla korzyści bliźnich. Uwielbiam, kiedy ludzie tak postępują.

Kilka tygodni temu rozmawiało ze mną kilka osób na temat mobbingu w miejscu pracy. Pytali mnie co można zrobić z tyranią w pracy. Odpowiedziałem: „Musicie podjąć decyzję, czy złożyć skargę, zwolnić się, skonfrontować się z tyranem, czy może znosić taki stan rzeczy – to też jest decyzja. Jaka decyzję podejmiecie?”

Powiedziałem im, że jedną z cudownych rzeczy w zgłaszaniu takich zachowań mających miejsce w środowisku pracy jest to, że nie robicie tego tylko dla siebie, dla własnych korzyści. Bo jeśli w waszym biurze jest osoba, która wyzyskuje inne osoby, wykorzystuje ona nie tylko ciebie, eksploatowane są również inne osoby. Jest to bowiem zachowanie nawykowe, złe traktowanie osób z którymi się pracuje. I w takich przypadkach zachęcam do składania skarg. Nie dla waszej osobistej korzyści, lecz dla dobra

there. And also compassion for that bully as well. Coz sometimes they don't realize what they're doing. It's bad karma for themselves, it's bad for the business. And sometimes if it's done in a right way, sometimes that confrontation can lead to some sort of counselling for the bully, so they realize what they are doing and they can do strategies, so they don't act in such a disfunctional way again. But at least they lessen what they are doing once they realize the problems they are causing.

So I was saying, you're not making this decision for yourself, you're making this decision for other people, out of compassion for others. And sometimes those decisions you make are not just for you, but for the benefit of many other people as well. So when you're making those decisions it's not done just for you.

And when I put it that way, it made sort of the reporting of the bullies a much easier decision to make. As obviously you can appreciate. If it's just for you, it's a very difficult decision to justify. But if it is for the sake of other beings, you take other beings into account, not just you, other people in the office, maybe your family members, maybe your kids, who were being affected by the stress you feel at work, then it's a decision which is obvious and easy to make. So is it going to be for the benefit of others as well as yourself?

And then further, you know, you're not doing out of ill-will, not because that person has hurt you and you want to hurt them back. Make sure you're doing it out of wisdom, not out of delusion, when you are facing such a situation, whether it's a treatment for a cancer which is experimental, or reporting, being a whistle blower. Are you able, competent, physically and mentally, to actually to cope with the confrontation, with the mediation, with the talking, with all the other problems which will go on when you're making an accusation like that? Are you physically, mentally able to do that? You know, sometimes you're just too tired, there's too many other things going on and physically, mentally, you are not strong enough to do it. In which case, your decision has to be to let it go, to not report. So when you do it with

innych. Jest to czyn nie dla własnej przyjemności, lecz z życzliwości dla wszystkich tych, którzy pracują w takim miejscu. Również z życzliwości dla tyrana, który zazwyczaj nie zdaje sobie sprawy z tego, co czyni. To dla niego zła karma, niekorzystnie odbija się to na biznesie. I jeśli konfrontacja z prześladowcą przeprowadzona zostanie we właściwy sposób, czasem może to doprowadzić do pozyskania wsparcia psychologicznego dla takiej osoby, co pozwoli jej zrozumieć swoje postępowanie i wdrożyć strategie, które pomogą zapobiec podobnym dysfunkcyjnym zachowaniom w przyszłości. Przynajmniej złagodnieje jego postępowanie, jak tylko zorientuje się, jakich problemów jest źródłem.

Mówiłem więc o tym, że nie podejmujecie tej decyzji dla siebie, robicie to dla innych ludzi, z płynącej dla nich życzliwości. I czasem te decyzje, które podejmujecie, nie są tylko z korzyścią dla was, lecz również dla wielu innych ludzi. Kiedy więc podejmujecie takie decyzje, nie jesteście głównymi beneficjentami.

I kiedy ujmuję to w ten sposób, złożenie skargi na tyranów staje się o wiele łatwiejszą decyzją do podjęcia. Taką decyzję można zrozumieć. Jeśli decyzja ma na celu własny pożytek, bardzo trudno ją usprawiedliwić. Jeśli natomiast jest z pożytkiem dla innych istot, bierzecie pod uwagę innych ludzi, nie tylko siebie, ale też pozostałych pracowników biura, być może członków swojej rodziny, może swoje dzieci, na które oddziałuje stres który odczuwacie w pracy – wtedy taka decyzja staje się oczywista i łatwa do podjęcia. Czy więc decyzja będzie z pożytkiem zarówno dla innych, jak i dla was?

Idąc dalej, podejmując decyzje nie kierujecie się złą wolą, chęcią odwetu na osobie, która was skrzywdziła. Kiedy stajecie oko w oko z taką sytuacją, czy chodzi o eksperymentalne leczenie raka, czy o donoszenie, upewnijcie się, że działacie mądrze, a nie pod wpływem uludy. Czy jesteście w stanie podołać fizycznie i psychicznie i umiejętnie poradzić sobie z konfrontacją, z mediacją, z rozmowami, z wszystkimi problemami, które się pojawią kiedy postawicie komuś takie zarzuty? Czy jesteście fizycznie i psychicznie gotowi na to? Czasami jesteście po prostu zbyt zmęczeni, dzieje się zbyt wiele innych rzeczy wokół was i zarówno psychicznie jak i fizycznie nie jesteście wystarczająco silni, by to

wisdom, finding what is your ability, what can you do.

A good example of this is a decision many years ago, which many of you have been coming here long enough can remember this: past our monastery we had some clay trucks going past. And being the abbot of a monastery I had to make a decision: should we fight those clay trucks going past our monastery or should we just let it be? And it was on one occasion when I saw one of those clay trucks, a B-double, a B-Truck with a trailer, overturn, going down Kingsbury Drive. And that was the time when I thought: "No, this is just too dangerous." You see a big truck like that overturn on its side, you realize that if, you know, one of you who would go to visit our monastery at Serpentine was coming the opposite direction, you have no chance, you die.

So as soon as I saw that I made a decision. It's a worth-while thing to do, not just for the monks in the monastery, but for the sake of all the other people that would come up that road. So it was for other beings. Not out of ill-will, because sometimes it was a long court case, many court cases over many years. And so I remember just some of our adversaries once, it came Christmas time and we sent him Christmas cards, even though we were Buddhist. And we got this wonderful little letter back saying "We didn't expect that, you are fighting a court case against us, but you sent us a Christmas card. That's amazing, that's wonderful, we've never seen that before!" Little things like that show we were not doing it out of ill-will.

And also, one of the most important things was: have we got the resources? You know, not just financial resources, but emotional resources, for fighting a long battle like that. And I had to look in my mind and energy levels, could you do this? I thought yeah, I can do this, I'm strong enough. And so we fought that for many years and eventually we just wore them down. Because we were more committed, so they stopped. But I made that decision, I actually thought of those things. You know, when I made that decision to fight or just to give in, you know, those four things: am I acting out of personal greed? What's it in for me? Out of ill-will against something? Out of delusion? Or out of fear? No, no. I wasn't acting out of those, so I

zrobić. W takim wypadku musicie odpuścić, musicie zdecydować, że nie doniesiecie na tę osobę. Działanie z rozmysłem zakłada więc, że szacujecie własne możliwości, co jesteście w stanie zrobić.

#3

Dobrym tego przykładem jest decyzja sprzed wielu lat, którą wielu z was być może pamięta. Koło naszego klasztoru przejeżdżały ciężarówki wyładowane gliną. Będąc opatem klasztoru musiałem podjąć decyzję: czy powinniśmy walczyć z tymi ciężarówkami, czy zostawić sprawę w spokoju? I pewnego razu zdarzyło się, że zobaczyłem jedną z tych ciężarówek z podwójną przyczepą jak wywraca się jadąc w dół Kingsbury Drive. Wtedy właśnie pomyślałem sobie: „Nie, to jest po prostu zbyt niebezpieczne!” Kiedy widzisz tak wielką ciężarówkę przewracającą się na bok zdajesz sobie sprawę, że gdyby któreś z was odwiedzających nasz klasztor w Serpentine jechało z przeciwnego kierunku, zginęlibyście na miejscu, nie mielibyście szans.

Jak tylko to zobaczyłem, podjąłem decyzję. Warto było o to walczyć, nie tylko dla mnichów w klasztorze, ale dla dobra wszystkich ludzi poruszających się tą drogą. Więc zrobiłem to z myślą o innych istotach, nie wynikało to ze złej woli. Proces sądowy ciągnął się przez wiele lat. Pamiętam jak pewnego razu w okresie przedświątecznym wysłaliśmy jednemu z naszych adwersarzy kartkę bożonarodzeniową, pomimo tego, że jesteśmy buddystami. Dostaliśmy piękny list zwrotny: „Nie spodziewaliśmy się tego, walczycie z nami w sądzie, ale wysłaliście nam kartkę bożonarodzeniową. To piękne i wspaniałe, nigdy wcześniej się z tym nie spotkaliśmy!” Takie drobne gesty pokazują, że nie działamy pod wpływem złej woli.

I najważniejsze pytanie: czy dysponujemy odpowiednimi zasobami? Wicie, nie chodzi tylko o środki finansowe, ale również o zasoby emocjonalne potrzebne do tak długiej batalii. Musiałem zrewidować swój poziom energii, czy będę w stanie wytrwać? Pomyślałem że tak, dam radę, jestem wystarczająco silny. Tak więc walczyliśmy o tę sprawę latami, aż w końcu złamaliśmy ich opór. Ponieważ byliśmy bardziej oddani sprawie, w końcu ustąpili. Podejmując tę decyzję naprawdę ją przemyślałem: czy walczyć, czy się poddać. Przeanalizowałem te cztery

made that decision. It makes a very easy checklist.

But sometimes when you do make these decisions, the other problem with decision making is sometimes that we put too much importance on making quick decisions. There're some decisions which are not right to make quickly. And I found in life, especially as a meditator, one of the greatest ways of making such important decisions, which is like pain, you know, just probably flip a coin. Actually, I haven't got any coins. It's very difficult being a monk, having no money.

Actually, I saw this other joke, I think it was in a paper somewhere, about a guy flipping a coin: "If it comes down heads or comes down tails - I win. If it stays up in the air - you win."

But you just make a decision, whichever way it is, it's not important. Like the colour of the wall. But there are other decisions which are really important coz they affect other people a lot. And those sort of decisions, now I've got into the habit of making them this way:

Get all the information I possibly can, talk it over with other monks. You know, sort of my muses, my mentors. Get as much information as you possibly can, put it all in, and then wait. That's a brilliant way of making decisions, to learn how to actually wait. Not push a decision or worry about it or think about it too much. Coz often when you put the information in, you give a calm mind, basically you forget about it for a day or two, then a decision actually comes up into your head. And it's usually brilliant decisions. It's as if these decisions were worked out subconsciously. And the best decisions come when you're not worrying about them.

A classic case is one of the old members here who died a year ago. She came on this meditation retreat which I gave a couple of years ago. And she was a very high profile social worker, senior social worker, had lots of responsibilities. So the retreat which we give, the nine day retreats, they usually start at about seven o'clock. I don't think she turned up till about eight thirty. Because she was working at her office, getting all of the papers and stuff done and she couldn't leave it. I don't think she

kwestie: czy działam kierowany własną zachłannością, co z tego będę miał? Czy kierowała mną zła wola? Ułuda? Czy działam kierowany strachem? Nie, nie działałem kierowany tymi przesłankami, tak więc podjąłem decyzję. Taki spis do odhaczenia bardzo ułatwia sprawę.

Inny problem z podejmowaniem decyzji to przywiązywanie zbytnej wagi do podejmowania szybkich wyborów. Niektórych decyzji nie powinno się podejmować w pośpiechu. Moje doświadczenia życiowe - w szczególności jako osoby medytującej - uczą, że jednym z najlepszych sposobów podejmowania ważnych decyzji - na przykład tych dotyczących bólu - jest najprawdopodobniej rzucenie monetą. Tak właściwie to nie posiadam żadnych monet. Jakże trudno jest być mnichem, nie mieć pieniędzy.

Ostatnio czytałem w jakiejś gazecie dowcip o facecie rzucającym monetą: „Jak wypadnie orzeł lub reszka - wygrywam ja. Jeśli moneta zawisnie w powietrzu - ty wygrywasz.”

Po prostu podejmijcie decyzję, nie jest ważne na co padnie. Tak jak nie jest ważny kolor ściany. Czasami jednak są decyzje, które są szczególnie ważne, ponieważ mają ogromny wpływ na innych ludzi. Z takim rodzajem decyzji mam zwyczaj postępować w następujący sposób.

Zbieram jak najwięcej informacji, omawiam z innymi michami. Wiecie, z tymi, którzy są dla mnie inspiracją, są moimi mentorami. Zbierzcie więc jak najwięcej informacji do kupy, a potem poczekajcie na rezultat. To genialny sposób, wziąć na przeczekanie. Nie wymuszać decyzji, nie zamartwiać się i rozmyślać o tym w kółko. Często bowiem kiedy zbierze się wszystkie informacje, wyciszy umysł, po prostu zapomni o sprawie na dzień lub dwa, wtedy zniemacka w głowie pojawia się odpowiedź. I zwykle są to olśniewające rozwiązania. Tak jakby zostały wypracowane w podświadomości. Najlepsze decyzje rodzą się wtedy, kiedy się nimi nie zamartwiamy.

Klasycznym tego przykładem jest jedna z naszych dawnych członkiń (Buddhist Society of Western Australia), która zmarła rok temu. Przyjechała na jedno z odosobnień medytacyjnych kilka lat temu. Była to osoba na wysokim stanowisku, pracująca jako pracownik socjalny, obarczona mnóstwem

had any dinner. She came straight from her office to the retreat center in North Perth. Tired, but you know, obviously I told her to rest for a couple of days before she can really go into the meditation. But she told me at the interview a few days later that she come to the retreat straight from the office, finishing very late, with all of these problems, big problems. But she was wise enough, she heard those teachings many times before. When she came to the retreat center, she completely forgot about them for two or three days. She done all of her research, she got all of the information, she just hadn't processed them. And just three days, she was meditating there quite quietly, and her mind was very peaceful and these solutions started popping up. And she said when she basically listened to the solutions in her mind, she didn't know where they came from, they just came up, popped up, she said: "Wow, these are really good solutions!" And she was so impressed with these solutions which came up automatically, she told me afterwards. She said: "As soon as I go back home, I'm going to implement these things. These are like innovative and I can see just how they are gonna work." But she also said there's no way she could have thought of those solutions. It was a decision making which arrived by putting in all of the information and waiting, and waiting for the brain, the mind, to process these things and for the decision to come up.

It's on experiences like that which I've done myself many times because of that sort of experience. When people come up to me and they tell me: "Look, I've got a fetus inside and I'm thinking of aborting. What should I do?" These huge decisions people make. I tell them: "Number one: please, no fear. Whatever decision you make, you will never be excommunicated in Buddhism, you'll always be loved, no matter what decision you make. And respect it, so please, no fear. Number two: put all the information, gather as much information as you possibly can have about that situation. What the possibility of looking after that child, yourself, or giving it to be adopted. What your family, what your friends think. You know, your own ability to care for that child. Put as much information as you possibly can into your brain. And then the most important thing it's just to forget about it for a day or two."

obowiązków. Organizowane przez nas dziewięciodniowe odosobnienia zaczynają się zazwyczaj około siódmej. Nie wydaje mi się, że dotarła wtedy na miejsce wcześniej niż o ósmej trzydzieści. Pracowała bowiem w biurze usiłując dopiąć wszystkie sprawy papierkowe na ostatni guzik. Sądzę, że nie zjadła nawet obiadu. Przyjechała prosto z biura do naszego centrum odosobnień w Północnym Perth. Była zmęczona, więc oczywiście doradziłem jej, żeby odpoczęła kilka dni przed przystąpieniem do medytacji. Kilka dni później zwierzyła mi się na indywidualnej rozmowie, że przyjechała na odosobnienie prosto z biura, kończąc pracę bardzo późno i obarczona bagażem sporych problemów, ale była na tyle mądra, że wykorzystwała słyszane wcześniej nauki. Po dotarciu na miejsce całkowicie zapomniała więc o kłopotach na dwa czy trzy dni. Przeprowadziła swoje poszukiwania, zebrała wszystkie informacje, ale ich nie przetworzyła. I po zaledwie trzech dniach, kiedy spokojnie medytowała, a jej umysł był wyciszony, rozwiązania zaczęły pojawiać się zniemacka. Powiedziała mi, że kiedy wysłuchiwała podpowiedzi pojawiających się w jej głowie, nie wiedząc dokładnie skąd pochodzą, po prostu się pojawiły, pomyślała: „Łał, to naprawdę doskonałe rozwiązania!” Była pod tak wielkim wrażeniem rozwiązań pojawiających się jakoby automatycznie, że powiedziała mi: „Jak tylko wrócę do domu to zamierzam je wdrożyć. To nowatorskie pomysły i już sobie wyobrażam jak będą funkcjonować.” Wspomniała również, że w życiu by na nie nie wpadła. Ten proces podejmowania decyzji zadziałał po zebraniu wszystkich dostępnych informacji i oczekaniu na przetworzenie ich przez głowę, przez umysł.

Kiedy ludzie przychodzą do mnie i mówią: „Posłuchaj, noszę w sobie zarodek i rozważam aborcję. Co powinnam zrobić?” Tak wielkie problemy trapią ludzi. Wtedy odpowiadam: „Po pierwsze proszę, nie lękaj się. Jakakolwiek decyzję podejmiesz, nigdy nie zostaniesz wykluczona z kręgu Buddyzmu, zawsze będziesz kochana, bez względu na twą ostateczną decyzję. Więc proszę, nie bój się. Po drugie, zbierz jak najwięcej informacji dostępnych na temat sytuacji, w której się znajdujesz. Jakie masz możliwości opieki nad dzieckiem i sobą, lub oddanie go do adopcji? Co na ten temat sądzi twoja rodzina i przyjaciele? Czy jesteś w stanie otoczyć dziecko opieką? Przekaż umysłowi

That's the hardest thing to do, to stop worrying about it. And if you can do that, it's amazing, just after a couple of days thinking about something else, solutions, innovative solutions, amazing solutions, they just pop up from nowhere. And you just can see other ways of dealing with those problems, great solutions, which can only come when you're not thinking about the problem.

This is one of the reasons why people who train the mind to meditate, who can let go of these so-called life and death situations, these important problems, they can just put them aside for a while, they find that their decisions can be so good and so effective and so positive. Sometimes that's always the case: when we're thinking about things, we're just too close to it and we can't see the bigger picture.

The old simile, again, this is great for the camera, but it's terrible on audio: I put my hand in front of my face. "How big is my hand?" is the question. My hand is so big, that I can't see anything other than my hand right now. Is it my hand's fault? Is that the problem? No, it's just too close to me. When I put my hand where it belongs, at the end of my arm, it's still the same size, but I can see all of you, and I can also see my hand.

This is the difficulty when we have these decisions to make, when we hold it so close to us, we cannot see anything else. We've got no perspective. We need to somehow to let it go, be peaceful, put things aside, rest, relax, whatever you call it. But stop thinking about the decision you have to make for a couple of days. And when it's in the place where it really belongs, at the end of your arm, like my hand, then you can see much clearer, and you make a far better decision.

Which is why people have learned how to meditate, to let go of the past, let go of the future, stop worrying about such things. They find it's much easier to make these important decisions in life, they just let it go for a while. Put it on a back burner, just leave it. And then couple of days is usually the time it takes for most people. Two days, three days or whatever – decisions come up and it's so clear what you should do.

wszelkie dostępne ci informacje. I rzecz najważniejsza: zapomnij o sprawie na dzień lub dwa."

Najtrudniejszą rzeczą jest przestać się zamartwiać. Jeśli jesteś w stanie to zrobić, rezultaty są niesamowite, po zaledwie kilku dniach poświęconych myśleniu o czymś innym pojawiają się wspaniałe, innowacyjne rozwiązania, po prostu wyskakują znikąd. Jesteś wtedy w stanie spojrzeć na problem z innej perspektywy, niesamowite odpowiedzi, które mogą pojawić się tylko wtedy, gdy nie myślisz o problemie.

Właśnie dlatego ludzie, którzy przyzwyczaili swój umysł do medytacji i są w stanie odpuścić tak zwane kwestie życia i śmierci, te ważne problemy, kiedy są w stanie odłożyć je na bok na jakiś czas odkrywają, że ich własne decyzje mogą być dobre, skuteczne i pozytywne. Czasem w tym tkwi szkopuł: kiedy myślimy o rzeczach zbyt intensywnie, znajdujemy się zbyt blisko problemu i nie jesteśmy w stanie zobaczyć szerszego kontekstu.

Jest takie stare porównanie: umieszczam swoją dłoń tuż przed twarzą. Pytanie brzmi: „Jak duża jest moja dłoń?” Moja dłoń jest tak duża, że poza nią nie widzę nic. Czy to wina mojej dłoni? Czy w tym tkwi problem? Nie, ona jest po prostu za blisko mnie. Kiedy umieszczam dłoń tam, gdzie powinna się znajdować, czyli na końcu mojej ręki, w dalszym ciągu ma ona taki sam rozmiar, ale teraz jestem w stanie widzieć i was wszystkich i swoją dłoń.

Kłopot z decyzjami, które mamy podjąć pojawia się więc wtedy, gdy jesteśmy zbyt blisko i jesteśmy ślepi na wszystko inne. Nie mamy wtedy dystansu. Trzeba wtedy odpuścić, wyciszyć się, odłożyć rzeczy na bok, odpocząć, zrelaksować się, jakkolwiek to nazwiecie. Zapomnijcie na kilka dni o decyzji, którą macie podjąć. Kiedy znajdzie się na właściwym miejscu, tak jak moja dłoń na końcu ręki, wtedy będziecie w stanie widzieć znacznie jaśniej i podjąć o wiele lepszą decyzję.

Dlatego właśnie ludzie uczą się jak medytować, jak odpuszczać przeszłość i przyszłość, jak zaprzestać zamartwiania się o tego typu rzeczy. Odkrywają, że podejmowanie tak ważnych

In my book "Opening the door of your heart" I said it's like coming into the crossroads in life. Coz decisions are like crossroads. What should you do? Get married? Become a nun? Sort of go overseas? Kill yourself? I don't know. But whatever decision you're about to make, stop for a while, put all the information in. Like coming to the crossroads, you sit down. You don't have to go left, right, north or south. Sit down and wait for the bus. Coz in the crossroad there's also a bus coming. And most busses have the destination written on the front. And if that's the place you want to go, then get on that bus. If you don't want to go to that destination, don't get on. Coz there's always another bus coming behind.

What that means is that when there is a decision to be made, wait. Learn how to put it down. You don't have to struggle to go north, south, east or west. You can stay still and wait for the solution to arrive. And it does arrive. That's a great way to make decisions. And you find that the decisions you make that way, or which make themselves, are far more successful in your life. When you know how to make those decisions, life becomes far less stressful. We do all have to make decisions in life. And sometimes we don't know how to make those decisions. Because you don't know how to make those decisions, somehow we lose sleep at night, we stress ourselves out, we get stress related diseases.

I have to make many decisions as a monk. And sometimes people actually come up to me and ask life threatening decisions. Like sometimes many people have asked me: "Should I have an abortion?" Sometimes people say: "Should I commit suicide?" And there you are, faced with the person and basically their life is in your hands. They're looking for you for advice. So sometimes I can get terrified. What if I make the wrong decision? But these days I don't think there's a wrong decision, whatever decision, as long as I make it selflessly, with no ill-will, get as much information, without fear. It's always a beautiful decision, no matter what happens.

It's not what happens in life which is the problem, it's how it happens. The events in life, whether a person dies, whether they get sick,

decyzji staje się o wiele łatwiejsze, po prostu odstawiają je na bok na jakiś czas. I wtedy potrzeba zazwyczaj zaledwie kilku dni, po dwóch, trzech dniach pojawiają się rozwiązania i jasnym staje się, co powinieneś zrobić.

W swojej książce „Otwierając drzwi swojego serca” porównałem to do dotarcia na życiowe rozdroże. Decyzje bowiem są jak skrzyżowane drogi. Co powinnaś zrobić? Wyjść za mąż? Zostać zakonnicą? Wyjechać za granicę? Zabić się? Nie wiem. Lecz jakkolwiek decyzję właśnie podejmujesz, zatrzymaj się na moment, poskładaj razem wszystkie informacje. To tak jak z dotarciem na rozstaje dróg, po prostu usiądź. Nie musisz iść w prawo czy w lewo, na północ czy południe. Usiądź i poczekaj na autobus. Bo autobus dociera nawet na rozdroża. Na większości z autobusów widnieje z przodu wypisany cel podróży. Jeśli jest to miejsce w które chcesz się udać, wsiadaj. Jeśli cel ci nie odpowiada, nie wsiadaj do autobusu. Za jakiś czas nadjedzie bowiem kolejny autobus.

Oznacza to, że kiedy decyzja musi zostać podjęta, poczekaj. Naucz się odkładać ją na bok. Nie musisz borykać się kierując kroki na północ, południe, wschód czy zachód. Możesz pozostać w miejscu i poczekać na nadejście rozwiązania. Rozwiązanie nadchodzi. To świetny sposób na podejmowanie decyzji. Odkryjesz, że decyzje które podejmiesz w ten sposób lub które same podejmują się w ten sposób, są o wiele bardziej skuteczne w życiu. Kiedy wiesz już w jaki sposób podejmować decyzje, życie staje się o wiele mniej stresujące. Wszyscy musimy podejmować w życiu jakieś decyzje, czasem nie wiemy jak się do tego zabrać. Z tego też powodu słabo sypiamy, stresujemy się i zapadamy na wywołane stresem choroby.

Będąc mnichem muszę podejmować wiele decyzji. Czasem ludzie zgłaszają się do mnie z decyzjami, które zagrażają życiu. Na przykład wiele osób pytało mnie: „Czy powinnam dokonać aborcji?” Czasem zadają pytania typu: „Czy powinienem popełnić samobójstwo?” I stoję wtedy twarzą w twarz z osobą, której los praktycznie leży w moich rękach. Ci ludzie zwracają się do mnie o radę. Czasem więc może się zdarzyć, że mnie ta myśl przerazi. A co będzie, jeśli podejmę niewłaściwą decyzję? Ostatnimi czasy nie uważam żadnej decyzji za



whether they get well or become wealthy, whether they get poor, whether they get married, or they become a monk or a nun. To me that's not that important. It's HOW you become a monk or a nun, HOW you get married, HOW you become wealthy, HOW you have your cancer, HOW you live, HOW you die. It's the "how" not the "what" which is important I think in life. Which means it's not the abortion or the suicide or the wealth or the success which is important, but how it's achieved and how you make use of it.

At Christ's Church the other day, that was one of the questions they asked me: "Is it wrong as a Buddhist to be wealthy? Are you supposed to have little wealth and give up all your attachments?" And my answer was just the example of what I'm just talking about: No, wealth is not evil, as long as you have acquired it well and you make use of it well. It's not wealth which is evil, but how you acquire and how you use it, which can be bad or can be good. It's not the "what", it's always the "how". It's the same with being poor. Being poor is not good or bad. It's how you are poor. I'm poor.

Recently I was just at the Immigration Department on Tuesday because we were sponsoring one of the monks for permanent residence and his nomination got rejected. You know why? Because we weren't paying him enough. Oh my goodness... Coz apparently there's a gazetted salary. And if you are nominating someone for religious worker visa and you don't meet their salary package, then they get rejected. So I'm gonna fight this, it's one of those things we have to do. They don't realize that monks and nuns are poor. And we are meant to be poor. We enjoy being poor. I will fight for my right to be poor!

That's sometimes great, I remember when I first applied for a Health Care Card. Because you know, you're below the poverty line, you can't always afford to have a Health Care Card. Which means the doctor will (...) bill. And we get this letter back from the Social Security Department: "Can you please explain how you survive on nothing?" Coz they have all these forms, and the form said: How much do you earn from your work? Nil. How much do you

zła, jakakolwiek by nie była, dopóty podejmuję ją bezinteresownie, zebrawszy wszelkie informacje i nie kierując się złą wolą czy strachem. Zawsze będzie to piękna decyzja, bez względu na konsekwencje.

Nie ma bowiem znaczenia, co się w życiu zdarza, najważniejsze jest jak się to zdarzyło. Wydarzenia życiowe, kiedy ktoś umiera, zachoruje, wyzdrowieje, wzbogaci się, zbiednieje, ożeni się czy zostanie mnichem czy mniszką, dla mnie nie ma to aż takiego znaczenia. Ważne jest JAK do tego doszło, JAK zostałeś mnichem czy JAK zostałeś mniszką, JAK się żenisz, JAK się bogacisz, JAK radzisz sobie z nowotworem, JAK żyjesz, JAK umierasz. Według mnie w życiu chodzi o „JAK”, nie o „CO”. Oznacza to, że nie aborcja, nie samobójstwo, nie bogactwo, nie ubóstwo czy sukces są ważne, ale JAK do tego doszło i JAK to wykorzystujesz.

Któregoś dnia we wspomnianej wcześniej szkole katolickiej zadano mi podobne pytanie: „Czy bycie bogatym jest czymś niewłaściwym jeśli jesteś buddystą? Czy należy posiadać niewiele i pozbywać się rzeczy, do których jesteśmy przywiązani?” Moja odpowiedź pokrywa się z tym, o czym przed chwilą mówiłem: Nie, dopóki bogacisz się we właściwy sposób i rozsądnie używasz pieniędzy, bogactwo nie jest złe. Sam sposób dochodzenia do pieniędzy i ich użytkowania może być zły lub dobry. Nie chodzi o „CO”, zawsze chodzi o „JAK”. Tak samo z ubóstwem. Bycie biednym nie jest złe lub dobre samo w sobie, liczy się w jaki sposób jesteś ubogi. Ja jestem ubogi.

#4

W ostatni wtorek byłem w Urzędzie Imigracyjnym ponieważ poręczaliśmy za jednego z mnichów, który ubiegał się o stały pobyt w Australii i jego kandydatura została odrzucona. Wiecie dlaczego? Bo za mało mu płacimy! Wielkie nieba!! Najwyraźniej istnieje ustalony próg minimalny. Jeśli wyznaczasz kogoś, kto ubiega się o przyznanie wizy dla pracownika i nie spełniasz wymagań dotyczących podstawowego pakietu wynagrodzeń, ich kandydatura zostaje odrzucona. Zamierzam więc z tym walczyć, to jedna z rzeczy, które musimy zrobić. Urzędnicy nie zdają sobie sprawy z tego, że mnisi i mniszki są biedni. Powinni żyć w ubóstwie. Lubimy żyć skromnie. Będę walczył o swoje prawo do życia

earn from investments? Nil. How much do you earn from rental property? Nil. How many savings do you have? Nil. It's always nil, nil, nil. It's a very easy sum to add up. So what's your monthly income? NIL. And for the first time when the Social Security got to know monks, we really messed them up. So I have great fun being poor.

And it's not being poor that's the problem, it's how you're poor. It's the same with everything else in life. It's the "how", not the "what". So the decisions you make in life – never be so concerned about what the outcome of those decisions are, but how you make those decisions. It's the "how" which is the most important. And if you know how to make decisions, they will always create happiness for you in life. The outcomes are not so important, but the "how" actually is. If you get the "how" right. Yeah, you make money or you lose money, yeah if you lose money, you can always make some more. If you really get bankrupt, you always got monasteries, you can always go on a hideout from the creditors. There's always something you can do, no matter what happens. And sometimes you make decisions and you get very sick. And sometimes as I've mentioned here, sometimes sickness is a great blessing.

Many many times I was down at the Cancer Support Association a couple of weeks ago, giving another talk down there. So often I meet the same thing with the people who had cancer, on the other side of the cancer, once they go into remission, they say that was the best thing which ever happened to them. Don't know how many times I've heard that. So even those things: you make a wrong decision, you get this disease - something wonderful happens if you know the "how", not the "what".

The same way: doesn't matter who your partner is, it's not the "what", but "how" you relate to them. That's the essence of a marriage. It's even when you meditate, it's not what you're experiencing, but how you're experiencing. And that's the trick of meditation. You have a crazy mind, you have a sleepy mind – not so important – it's how you relate to that. Are you making peace with it, are fighting with it, have you got ill-will, are you afraid of things? It's not that "what", but the "how" that's the most important thing.

w ubóstwie!

Pamiętam kiedy po raz pierwszy ubiegałem się o przyznanie mi Health Care Card (karta upoważniająca do zniżek na leki i leczenie). Żyjesz na jak zwanej granicy ubóstwa, nie stać cię na wykupienie karty, co oznacza, że lekarz będzie wypisywał rachunki. Dostaliśmy list od Zakładu Ubezpieczeń Społecznych: „Czy może pan wyjaśnić jak egzystuje nie zarabiając na życie?” Ubiegając się o kartę trzeba bowiem wypełnić formularze, które zawierają pytania typu: Ile wynosi twój przychód z pracy? Zero. Ile zarabiasz na inwestycjach? Zero. Jaki masz dochód z wynajmu nieruchomości? Zero. Jaki jest stan twoich oszczędności? Zero. Zawsze zero, zero, zero. Łatwo więc zsumować całość. Więc jaki jest twój miesięczny dochód? ZERO! Kiedy więc ZUS miał po raz pierwszy do czynienia z mnichami, nieźle ich skołowaliśmy. Tak więc można nieźle się bawić będąc biednym.

Ubóstwo nie jest bowiem problemem, istotne jest w jaki sposób jesteś biedny. Tak samo z wszystkim innym w życiu. Chodzi o JAK, a nie o CO. Podejmując życiowe decyzje nie obawiajcie się przyszłego rezultatu, zwróćcie natomiast uwagę na sposób podejmowania decyzji. Jeśli wiesz już jak podejmować decyzje, zawsze będą one tworzyć szczęście w twoim życiu. Rezultaty nie są tak ważne jak sam sposób, który cię do nich doprowadził, czy wybierzesz właściwy sposób. Cóż, zarobisz pieniądze, stracisz pieniądze, jeśli stracisz to zawsze możesz odrobić straty, a jeśli kompletnie zbankrutujesz, alternatywą może być zakon, zawsze możesz ukryć się tam przed wierzycielami. Zawsze możesz coś z tym zrobisz, cokolwiek się przydarzy. Czasem podejmujesz decyzje i zaczynasz bardzo chorować. Często wspominam, że niekiedy choroba może być wielkim bogosławieństwem.

Wiele razy odwiedzałem Centrum Wsparcia Onkologicznego, kilka tygodni temu wygłosiłem tam kolejną mowę. Często spotykam tę samą prawidłowość występującą u ludzi, którzy mieli kiedyś raka i przeszli na drugą stronę, kiedy to występuje u nich remisja, mówią że to najlepsza rzecz, która ich w życiu spotkała. Już nie wiem ile razy to słyszałem. Więc nawet w takich przypadkach: podejmujesz złą decyzję, która skutkuje nowotworem – dzieje się coś pięknego, jeśli znasz pojęcie „JAK”, a nie „CO”.

Analogicznie: nie ma znaczenie kim jest twój partner, nie „co” jest ważne, tylko „jak” się w

And one of the questions again, just going back to the talk at Christ's Church. They said: "Is it okay for Buddhists to be violent? Suppose that someone was being violent to you, could you fight back? Or rather: should you fight back?"

A great question, coz that's one of the reasons I like going to schools because the kids there, they've got the guts to ask tough questions. It's very rare that I get tough questions from you guys. You're not rebellious enough.

Well, I told them the story that is it okay to use violence as a Buddhist. It's much better – I said – to run. But if you're a monk, you can't run. If you ever tried running in these robes, you find they all fall off. All of them! And there's nothing underneath. So you can't run. But I remember here, this is actually how Buddhists deal with violence. This is a true story, I told this to the kids and they were very impressed.

When we first came to this suburb, we first opened this centre here, it was about twenty years ago, forgot exactly when, maybe twenty three years ago, this hall wasn't built yet, we had the community hall next door. And we just moved into this new centre, so we had an opening ceremony. And we thought – never know your luck – we invited the Governor of Western Australia, Sir Gordon Reid. The Reid Highway is named after him. And just to our delight, he accepted. We never thought the Governor would accept to come to a small place like this. But he accepted and he came. We were just so thrilled. And even though we were struggling for support, nevertheless, it was going to be a big day. So our treasurer at that time told me: "Look, we wanna make a really good show of it."

My job, my little piece of the action there was to order the marquee and the chairs, the marquee for the outside and the chairs for our people and our guests. And so, because I was told by the treasurer, it didn't matter how much it cost, we wanted the very best. I'd rung around for the top hire company in Perth, I got one in Cottesloe, which hired out the marquee.

We said: "Look, we gotta get the Governor, we

stosunku do niego odnosisz. To właśnie sedno małżeństwa. Podobnie jest z medytacją, nie ważne czego doświadczasz, lecz jak przeżywasz doświadczenia. W tym tkwi sztuka medytacji. Twój umysł szaleje, twój umysł jest senny – nie ma znaczenia – ważne jak się do tych odczuć odnosisz. Czy jesteś nastawiony pokojowo, czy chcesz z tym walczyć, czy kieruje tobą zła wola, czy obawiasz się czegoś? „CO” nie ma znaczenia, liczy się „JAK”.

Wracając do przemowy wygłoszonej w szkole katolickiej. Spymano mnie: „Czy w porządku jest, kiedy buddysta używa przemocy? Przypuśćmy że ktoś użyje przemocy wobec ciebie, czy mógłbyś odpowiedzieć kontratakami? Lub raczej: czy powinieneś odpowiedzieć przemocą na przemoc?”

Świetne pytanie, jednym z powodów dla których lubię odwiedzać szkoły jest to, że dzieciaki mają odwagę zadawać brutalne pytania. Rzadko się zdarza, że któreś z was zadaje mi ciężkie pytania. Nie jesteście wystarczająco zbuntowani.

Opowiedziałem im więc historię mówiącą o tym, że w porządku jest użyć przemocy będąc buddystą, ale jeszcze lepiej jest zwać gdzie pieprz rośnie. Lecz jeśli jesteś mnichem, nie możesz uciekać. Gdybyście kiedykolwiek spróbowali biec w mnisich szatach szybko byście odkryli, że wszystkie spadają. Wszystkie! A pod spodem nie ma nic. Więc uciekanie odpada. Opowiedziałem dzieciakom prawdziwą historię na temat tego, jak buddyści radzą sobie z agresją innych i były pod wielkim wrażeniem.

Kiedy po raz pierwszy pojawiliśmy się na przedmieściach i otworzyliśmy nasze centrum buddyjskie, nie pamiętam dokładnie kiedy, ale było to jakieś dwadzieścia lat temu, ta sala nie była jeszcze wybudowana, mieliśmy natomiast salę obok. Dopiero co się wprowadziliśmy, więc zaplanowaliśmy ceremonię otwarcia. Pomyśleliśmy, że warto spróbować szczęścia i zaprosiliśmy Gubernatora Australii Zachodniej, Sir Gordona Reida. Autostrada Reida została nazwana na jego cześć. Nie przypuszczaliśmy, że Gubernator przyjmie zaproszenie i odwiedzi tak skromne progi. Ale przyjął zaproszenie i pojawił się, więc byliśmy zachwyceni. Pomimo tego, że zmagaliśmy się z uzyskaniem wsparcia finansowego, to miało być wielkie wydarzenie, więc nasz ówczesny skarbnik powiedział wtedy: „Hej, naprawdę powinniśmy przygotować niezłe

really want to put a show. You know, Buddhist have come to town, we wanna show we're here. We don't want to have a small thing, we want to impress people. So can I have a really nice marquee, and some really good chairs? We've got the Governor of the state coming." And so the lady who took the call said: "Yes, yes, yes, it would cost you.." I said: "It doesn't matter, the treasurer said, we wanna put on a good show." Okay, the deal was made.

And on Friday afternoon, coz we were going to have the ceremony on a Sunday, so we had to set up on a Friday, before people stop working. The Friday afternoon when the truck came with the marquee and the chairs I was a kind monk, I was helping someone else with their jobs. So I never actually saw them unload. But when I checked, the marquee which they had was absolutely filthy. And all this red dust, they must have had it on some agriculture show. And I was very upset coz I asked for something good. But, you know, instead of complaining, "Rather light a candle than complain about darkness", we got a hose out, we hosed it down. We had a couple of days for it to dry. And then I saw the chairs, and they were also really dusty. So I had lots of helpers, we got wet clothes, we started cleaning the dust off the chairs. That could be done.

But then I saw the ten VIP chairs. And this is no exaggeration: of those ten chairs, not one of those chairs had legs the same length... They all wobbled, a lot. And that was just too much. You can wipe down the chairs, you can hose down the tent, but you can't fix those wobbly chairs. And so I ran to the phone, in the room over here, and I managed to catch the manager, the lady I talked to, as she was closing the office late on Friday afternoon. And I said: "Look, this is what you've delivered. Don't you remember I asked for the best? We've got the Governor of Western Australia and his wife coming. We can't have them falling over, because the chairs have legs with not equal sizes." The lady was very apologetic. She said: "Look, there must be some sort of mistake. I'll get them changed immediately." Thank you.

But what happened was this. The men had already knocked off for the weekend. They were

show".

Moim zadaniem, moim skromnym wkładem miało być zamówienie dużego namiotu i krzeseł – namiotu na zewnątrz, a krzeseł dla naszych członków i gości. Ponieważ skarbnik powiedział mi, że cena nie gra roli i chcemy, by wszystko było z górnej półki, zadzwoniłem się do najlepszej firmy w Cottesloe, która wynajęła dla nas namiot.

Zazaczyłem: „Proszę posłuchać, odwiedzi nas Gubernator we własnej osobie, naprawdę chcemy zrobić show. Wiecie, buddyści przyjechali do miasta, chcemy zaznaczyć swoją obecność. Zależy nam na zaimponowaniu ludziom, nie interesuje nas nic poniżej standardu. Czy mógłbym więc prosić o naprawdę piękny namiot i trochę porządnych krzeseł? Gubernator przyjeżdża!” Tak więc pani, która odebrała mój telefon zapewniła mnie: „Tak, tak, tak, to was wyniesie...” Odpowiedziałem: „To bez znaczenia, skarbnik powiedział, że musi być show”. W porządku, dobiliśmy targu.

Ceremonia miała odbyć się w niedzielę, więc musieliśmy wszystko przygotować w piątek, zanim ludzie skończą pracę. Kiedy ciężarówka załadowana namiotem i krzesłami nadszła w piątkowe popołudnie pomagałem właśnie komuś w pracy, więc nie byłem świadkiem rozładunku. Lecz kiedy sprawdziłem zamówiony towar, namiot okazał się obrzydliwie brudny. Pokryty był czerwonym pyłem, musieli go chyba używać na jakiś targach rolniczych. Wytrąciło mnie to z równowagi, ponieważ prosiłem o to, co najlepsze. Lecz zamiast narzekać, „Zamiast narzekać na ciemność lepiej zapal świeczkę”, wyciągnęliśmy szlauch i splukaliśmy brud, mieliśmy przecież zapas czasu potrzebny do wyschnięcia. Potem ujrzałem krzesła, one również były bardzo zakurzone, więc zaangażowałem pomocników, zaopatrzyliśmy się w mokre szmaty i zaczęliśmy czyścić krzesła. To było do zrobienia.

Lecz wkrótce potem zobaczyłem krzesła dla VIPów. I nie będzie to przesadą gdy powiem, że żadne z nich nie miało równych nóg. Każde z nich kiwało się na wszystkie strony... Tego już było za wiele. Można przetrzeć krzesła, można splukać namiot, ale kiwających się krzeseł naprawić nie da rady. Pobiegłem więc do telefonu, który znajdował się w pokoju w którym teraz siedzimy, i udało mi się złapać kierowniczkę – kobietę z którą rozmawiałem przy składaniu zamówienia – akurat zamykała biuro późnym piątkowym

down the pub, starting their evening drinking when the manager came in and said: "The Buddhists need some new chairs. Get back to work!" So you can imagine how they felt. But this time I was waiting for them just in front of the building here. And as that truck turned the corner, it came half way down Nanson Way, you know what I'm talking about, just from Constance Street to this, what was it – about 200 metres, halfway, a man jumped out of the truck. And they were still going 20-30 km/h. He jumped up and came running towards us, with his fist clenched: "Where is the bloke in charge?? I want the bloke in charge!!"

So I went up to him and said: "I'm the bloke in charge." And his eyes were red, just like the monster's in the Jakata Tales of Buddhist. And you could smell just on his breath how much beer was he been drinking. And I sniffed it in. That's the most beer I've ever imbibed in 34 years as a monk, coming from his breath. And his fist was right in front of my nose, like this. And everybody stopped what they were doing, they stopped all the work and they just looked. Not one of them came to help me. Thanks a lot!

But they didn't need to. It's amazing, when you are a meditator, when you know what to do, it's so easy not to be violent. All I did was just make my mind really peaceful, not at all afraid or scared, and I just looked him in the eye, peacefully, kindly. That was one of the most amazing experiences in my life as a monk. He had his first this far from my nose, breathing all this alcohol into me, red eyes. But he could go no further. Because I wasn't reacting in a normal way, his brain basically fused. It did, he did not know what to do next. And it's one of those moments when you had him, you had him completely in your control and power. He couldn't go backwards, he couldn't go forwards. It's a wonderful experience, holding a person like that -just because you were peaceful and you were kind. And he was completely confused.

Now, in that three or four minutes when I held him there - wasn't just a couple of seconds, it was quite a long time – the truck had parked, and one of the other, probably the boss of the gang, came out, walked towards us and put his hand on this guy's shoulder and said: "Come on, let's unload the chairs." And I said: "Yes, I'll

popołudniem. Powiedziałem: „Proszę posłuchać, oto co nam przysłałicie. Nie pamięta pani, że prosiłem o to, co najlepsze? Przyjedzie do nas Gubernator z żoną, nie możemy dopuścić do tego, żeby pospadali z krzeseł, bo żadne z nich nie ma nóg tej samej długości.” Kobieta była bardzo skruszona i odpowiedziała: „Musiała zajść jakaś pomyłka, każe je jak najszybciej wymienić.” Dziękuję.

A oto, co się wydarzyło. Pracownicy mieli weekendowy fajrant, zaczęli już wieczorne picie w barze, kiedy pojawiła się kierowniczka i oznajmiła: „Buddyści potrzebują nowych krzeseł. Wracać do pracy!” Możecie więc sobie wyobrazić, jak się poczuli. Tym razem czekałem na nich przed budynkiem. Kiedy zza rogu wyłoniła się ciężarówka, w połowie ulicy Constance, jakieś 200 metrów stąd, w biegu wyskoczył z niej mężczyzna, pojazd nadal jechał z prędkością około 20-30 km/h. Facet wyskoczył i zaczął biec z zaciśniętą pięścią w naszym kierunku krzycząc: „Gdzie jest koleś, który tu nadzoruje?! Chcę rozmawiać z nadzorcą!!”

Więc podszedłem do niego i mówię: „Ja tu jestem koleśkiem nadzorującym.” Oczy jego były czerwone, zupełnie jak oczy potwora z opowieści buddyjskich. A z jego oddechu można było jasno wywnioskować, ile piwka w siebie zdążył wlać. Pociągnąłem nosem i to co wydobyło się z jego oddechu było największą ilością alkoholu, jaką pochłonąłem w mojej 34-letniej karierze mnicha. Jego pięść znajdowała się tuż pod moim nosem, o tu. Wszyscy porzucili swoje zajęcia gapiąc się na całe zajście. Nikt nie przyszedł mi z pomocą. Stokrotne dzięki!

Ale nikt nie musiał mi pomagać. To wspaniałe, kiedy zna się medytację, kiedy wie się jak postępować, jakże łatwo nie poddać się przemocy. Po prostu wyciszyłem umysł, nie wpuszczając strachu czy lęku, i popatrzyłem mu prosto w oczy, spokojnie, z życzliwością. To jedno z moich najbardziej niesamowitych doświadczeń, od kiedy zostałem mnichem. Trzymał swą pięść tak blisko mego nosa, zionąc w moją stronę alkoholem, czerwonoooki. Ale nie był w stanie posunąć się ani kroku dalej. Ponieważ moja reakcja nie była typowa, jego mózg po prostu sfiksował. Poważnie, facet nie wiedział co robić. To była jedna z tych chwil, kiedy ma się kogoś w całkowitym władaniu. Nie mógł się cofnąć, nie mógł iść naprzód. To cudowne uczucie, mieć nad

help you.” And we unloaded those chairs together.

That’s how a Buddhist deals with violence. When you’re not afraid, when you’re kind, when you know how to make your mind very peaceful, you become invulnerable, no one can hit you or harm you. It’s amazing, sort of power, and the different decisions, which you can make, or rather the range of possibilities when you’ve trained your mind a little bit.

So sometimes you have this decision: should you run away? Should you fight? Pause a little, there may be a third option, things which you’ve never thought of before. When you’re very very peaceful and calm, those decisions just come up by themselves - different ways of dealing with life. It’s not the “what”, but the “how” – because I was peaceful, because I was kind, because I was calm.

It was the “how” which really protected me. So when you are making decisions in life, whether to go to this university, or go to that university, marry this guy or that girl, whether to come out as a homosexual, or whether to stay as you are and just don’t let your parents know, whether is to go overseas, or stay here to become a monk or not become a monk, or whatever you wanna do in life. The “what” is not so important, it’s the “how” you make those decisions. If you get the “how” right, then you’ll find whatever the decision happens to be, as long as it’s done well, the “how” is correct, you’ll find you always have amazing, wonderful life, and with no fear at all, no paralysing of having to make decisions, or what decision should it be. The “how” is the most important.

Make sure it’s not done out of personal desire. Compassion for others, everyone’s involved. From kindness, not out of ill-will, not out of stupidity, delusion. And certainly not out of fear. Our human race is far too fearful. And because of that, not only do we not take so-called chances, we just hide, we shrivel, we don’t live life, coz we’re too scared of making mistakes. That means decisions become so stressful.

So if you understand what I’m talking about, decisions are just so easy to make. But “how” you make them, not how they turn out. That is

kimś taką władzę – tylko dlatego, że jest się spokojnym i życzliwym. Gość był całkowicie skołowany.

Kiedy więc tak go trzymałem przez trzy czy cztery minuty – bo nie trwało to krótko, całkiem długo tak staliśmy – ciężarówka zaparkowała i jeden z pracowników, prawdopodobnie szef całego gangu, podszedł do nas i położywszy dłoń na ramieniu furiata powiedział: „Chodź, wyładujemy krzesła.” A ja dorzuciłem: „Tak, pomogę wam.” I wspólnie wyładowaliśmy krzesła.

Tak oto buddyści radzą sobie z przemocą. Nikt nie może cię skrzywdzić jeśli jesteś życzliwy, kiedy wiesz, jak wyciszyć umysł i wyzbyć się lęku, stajesz się wtedy niepokonany. Kiedy trochę potrenujesz umysł, niesamowita będzie moc, której nabierzesz i różnorodność możliwości, które staną przed tobą otworem.

Tak więc czasem masz do podjęcia decyzję: uciec? Walczyć? Zatrzymaj się na chwilę, być może istnieje trzecia opcja, coś czego nigdy wcześniej nie brałeś pod uwagę. Kiedy jesteś bardzo spokojny i wyciszony, te decyzje pojawiają się same, różnorakie sposoby radzenia sobie z życiem. Nie liczyło się „co”, tylko „jak” – ponieważ byłem spokojny, ponieważ byłem życzliwy, ponieważ byłem wyciszony.

Tak naprawdę to „jak” mnie ochroniło. Kiedy więc stoicie przed trudnym wyborem życiowym, czy zdawać na ten uniwersytet czy na tamten, czy poślubić tego mężczyznę czy tamtą kobietę, czy upublicznić swój homoseksualizm, czy się nie ujawniać i nie mówić o tym rodzicom, czy może wyjechać za granicę, czy zostać mnichem, a może nie zostawać mnichem – cokolwiek chcecie w życiu robić. „CO” nie ma aż takiego znaczenia, liczy się „JAK” podejmujesz te decyzje. Jeśli zrozumiecie „JAK”, wtedy odkryjecie, że wasze życie będzie wspaniałe, wolne od strachu i paraliżu, który zwykł was ogarniać przy okazji podejmowania decyzji. Najważniejsze jest „JAK”.

Wasze decyzje powinny wypływać z życzliwości wobec innych, bo liczą się wszyscy. Upewnijcie się, że nie działacie pod wpływem własnych żądz,

the key.

So, there, you know. When you go shopping tomorrow, doesn't matter what you buy, as long as you enjoy when you're shopping. It's the "how", as long as it's very compassionate, not just for you, but for the monks and nuns as well, and for all your friends as well.

So that's how you make decisions. Thank you for listening.

[Sadhu, Sadhu, Sadhu]

Okay, has anyone got any comments or questions about "Decisions, decisions, decisions" talk this evening? Aha, yes, thank you.

[question being asked]

Can a decision be made to use the Buddhist Society as a channel for financial help to Burma?

Not yet... just talking about things....I was mentioning to our President, looking at the bigger picture of Buddhism in Australia, it's about time, I thought, that the Buddhist ... in Australia we actually got 2.1 percent of the population, at least, probably more than that. Actually, we started our own charity organization. Like the Anglican Church has Anglica, I think the Catholics have...is it "Care"? Caritas, Caritas, yeah. And the Baptists have World Vision, or whatever.

It would be wonderful if we could get all the Buddhist together and start a Buddhist charity. Because a lot of times people say: "Oh, Buddhist, just meditate all day, you don't do anything for the world." But actually we do. You know, we run an orphanage in Bangladesh. I'm also involved in another orphanage in C... after the tsunami which hit there. Will be going there next month to see how it's going. There's the Tzu-Chi foundation, which is a, I think, Taiwanese based organization, which does a huge amount of work. I'm pretty much sure that they will be there in Burma now, helping out. But yeah, it would be a wonderful thing for us to actually do something as well.

Coz I don't look at the TV, except on a Saturday

głupoty, czy ułudy, a już na pewno nie kierujcie się strachem. Nasz ludzki gatunek jest zbyt bojaźliwy i z tego powodu nie podejmujemy wyzwań, po prostu się chowamy, usychamy, nie przeżywamy życia, bo zbyt obawiamy się popełniania błędów. To sprawia, że podejmowanie decyzji staje się tak stresujące.

Czy rozumiecie więc o czym mówię? Decyzje są łatwe, lecz liczy się „JAK” są podejmowane, nie jakie przyniosą rezultaty, oto klucz do powodzenia.

Teraz już wiecie, kiedy wybierze się jutro na zakupy, nie ma znaczenia co kupicie jeśli tylko samo kupowanie sprawi wam frajdę. Liczy się „JAK” – jeśli tylko będziecie miłosierni i robiąc zakupy pomyślicie o mnichach, mniszkach i swoich znajomych, a nie tylko o sobie.

Tak właśnie podejmuje się decyzje. Dziękuję za uwagę.

night I go to a friend's house to see the news. Other than that, I do not see the TV. Newspaper on a Tuesday we get. So sometimes I can be out of touch. But it would be great to do that. Coz one of the nice things about being Buddhist, and it's a Buddhist country over there, we just do have channels, we get it there when there's no middlemen or middlewomen, sort of taking out something for themselves. That's one of the nice things when we did the work for the tsunami. Every cent which we raised here, every cent went to the people who lost their homes. There was no administration cost at all. And it's the same with that orphanage up here we do in Bangladesh. Every dollar which you put in that box there, every dollar, not 99 cents, but 100 cents, goes to Bangladesh. I know exactly where it goes and what they do there. So sometimes it's great if we can do these things. I'm not quite sure if anyone knows if the Buddhist temples over here in Perth are raising funds? I'm sure they are. You got one in **Asmen**? Okay, so something has been done. So I thank you for bringing it up.

Source:

[http://www.youtube.com/watch?v=jOJVD0Lh-ZU&feature=PlayList&p=BDB0F6EBFB86A390&playnext\\_from=PL&index=47](http://www.youtube.com/watch?v=jOJVD0Lh-ZU&feature=PlayList&p=BDB0F6EBFB86A390&playnext_from=PL&index=47)