

Cursul 5

Conform învățăturilor lui Geshe Michael,
traducere a conferințelor Lamei Dvora Tzvieli

Lecția 1

Această lecție este o lecție introductivă care cuprinde foarte multe detalii și vă va da o idee despre ce cuprinde acest curs. Cursul face parte din tradiția școlastică a cursurilor ACI. Unul dintre scopurile acestora este să vă ofere cunoștințele necesare pentru a putea să le transmiteți mai departe. În afară de idei filozofice, acest curs mai cuprinde și puțină istorie, bibliografie, cunoștințe generale.

Lucrarea de bază și autorul ei

Prima frază care apare în textul despre care vom vorbi este:

Chu ngunpa dzu

ཚཱུ་ཀུན་པ་དུ་

chu ngunpa dzu

Chu înseamnă **dharma**.

Ngunpa înseamnă **până la** sau **până aici**.

Dzu înseamnă **tezaur**.

Deci traducerea *chu ngunpa dzu* este **tezaurul lucrurilor ce conduc până la dharma**. Aceasta este interpretarea literală, dar nu exprimă adevăratul sens al frazei.

În limba sanscrită se spune :

Abhidharmakosha

अभिधर्मकोशकारिका

Abhidharmakośakārikā

Abhi înseamnă **până aici**

Dharma – tot ceea ce există.

Kosha – tezaur

Ce înseamnă a deține (dhr)? A deține propria identitate. Adică orice lucru care deține o identitate înseamnă dharma. Un alt sens al dharme este că ne ajută să nu cădem într-o existență inferioară, o existență de suferință, și în același timp ne sprijină să ajungem în locurile superioare.

Care este cel mai înalt loc? Iluminarea. Țin să subliniez că acest studiu face parte din școala Hinayana, de aceea locul suprem în Hinayana este considerat ca fiind Nirvana. Abhidharma kosha ne ajută să nu cădem în tărâmurile inferioare și să ne aducă la Nirvana.

Abhidharma înseamnă **până la Nirvana**, sau mai poate fi interpretat ca lucrul **ce aduce Nirvana la noi**. Care este acel lucru care ne va duce la Nirvana sau va aduce Nirvana la noi? Este înțelepciunea, cunoașterea vacuității. În școala Abhidharma, una dintre cele mai vechi scoli budiste, nu se vorbește de vacuitate, ci de **lipsa de sine**.

Scopul acestui text este să ne dea înțelepciune pentru a ajunge la Nirvana.

Kosha – înseamnă **tezaur** sau **trezorerie**.

În mănăstiri se obișnuiește ca în loc de **chu ngunpa dzu** sau **abhidharmakosha**, să se spună simplu **dzu**.

Acest text face parte din calea **Hinayana**, calea practicanților cu scopul îngust.

Trebuie înțeles că înțelepciunea acestei căi nu este deloc îngustă ci scopul practicantului este îngust. Scopul îngust sau larg, ține de persoană și nu de învățăturile acestei căi.

Câteodată Hinayana este folosită ca sinonim pentru **Theravada**. Theravada este învățătura budistă ce este larg răspândită în sud-estul Asiei, în țări cum ar fi Burma, Tailanda, Sri Lanka, Ceilon.

Calea Mahayana pune mult accent pe învățăturile Hinayana, cu alte cuvinte atunci când se învață Mahayana, Hinayana nu este dată la o parte. Dimporivă Mahayana se sprijină foarte mult pe Hinayana.

Hinayana este foarte importantă în dezvoltarea noastră ca budiști, de aceea se dedică timp învățăturilor Abhidharmakosha.

Cine a scris Abhidharmakosha?

Scriitorul se numește

Maestrul Vasubandhu

sau

Lopun Yiknyen

ལོཔུན་ཡི་ཀྱེ་ལྷན་པོ་

lopun yiknyen

Cele trei coșuri

În tarile asiatice cum ar fi Thailanda, Burma, Sri Lanka și altele, învățăturile budiste sunt adunate în trei cărți principale:

1. Abhidharma

este învățătura principală a școlii Theravada.

2. Vinaya

studii legate de jurămintele budiste. Toate jurămintele budiste, ale călugărilor, vin din Hinayana. Hinayana este scopul îngust. Țin să subliniez că acest scop îngust tine de scopul practicantului. Înțelepciunea acestei căi nu este de loc îngustă, pe ea bazându-se și linia Mahayana din budismul tibetan.

3. Sutra

toate ideile care sunt prezentate în Abhidharma vin de fapt din sutre. Sutra înseamnă învățătura predată de însuși Buddha. Buddha a predat aproape 50 de ani, în diferite locuri din India. Datorită publicului divers, Buddha a trebuit să predea în moduri diferite, în funcție de capacitățile de înțelegere ale acestuia. De aceea învățăturile lui sunt răspândite în numeroase sutre. Abhidharmakosha a strâns aceste învățături care au fost predate în mod direct de Buddha, și le-a ordonat într-o singură carte.

Programul de studii, care se predă în mănăstirea Sera May, cuprinde cinci sau șase cărți budiste principale, Abhidharmakosha fiind una dintre ele. Toate cursurile ACI se bazează pe cele șase cărți, acest curs fiind primul care vine din Abhidharmakosha.

Școlile budiste din vechea Indie.

Abhidharmakosha face parte din școala Vaibhashika. Câteodată ea este denumită **școala Detailiștilor** sau **Marea Expunere** sau **Expunerea Detaliată**. Vom vedea mai târziu de ce i se spune detaliată.

Când ne referim la școlile budiste, nu ne referim la cele din budismul tibetan ci la școlile timpurii din vechea Indie. Deci:

1. Vaibhashika
2. Sautrantika
3. Citta matra sau Mind Only School
4. Madhyamika – înseamnă Calea de mijloc.

Primele două scoli sunt Hinayana și ultimele două fac parte din Mahayana.

Acest curs se concentrează pe prima școală, Vaibhashika. În ultimele lecții vom intra puțin și în școala Citta Matra.

Marele maestru Changkya Rolpey Dorje, a descris pe larg aceste patru mari școli. Pabonka Rinpoche este considerat ca fiind reîncarnarea lui Changkya.

Ceea ce este important de subliniat este faptul că primele trei scoli și jumătate din școala a patra sunt considerate ca fiind corecte dar nu în totalitate.

Marii maștri spun că dacă dorim să ajungem la iluminarea completă va trebui să înțelegem foarte bine cealaltă jumătate a școlii Madhyamika, școala budistă cea mai înaltă Prasanghika Madhyamika, a Căii de mijloc.

Și cu toate acestea, toate așa zisele scoli de jos/inferioare sunt foarte importante în dezvoltarea educației noastre budiste, pentru că ele ne ajută să ne dezvoltăm înțelegerea de a ajunge la iluminare și de aceea vom acorda timpul necesar acestor studii.

Este foarte important să nu desconsiderăm Hinayana, pentru că ea a fost predată de Buddha și scopul ei este de a ne conduce spre iluminare. Și în plus, printre jurămintele Bodhisattva există jurământul de a nu desconsidera sau minimaliza Hinayana. Deci cei care și-au luat jurămintele unui Bodhisattva, trebuie să fie foarte atenți să nu-l încalce.

Comentariul de care ne vom folosi

Abhidharmakosha este o carte concisă, deoarece a fost scrisă de către persoane cu capacități mentale ieșite din comun, iar conținutul ei este expus sub forma unui cuprins foarte detaliat. De aceea, ea este și foarte greu de înțeles. Este ca și când am citi cuprinsul unei cărți și numai din cuprins ei, să înțelegem întregul sens. De aceea este nevoie de comentatori, de maștri care să ne explice semnificațiile lucrurilor prezentate.

Comentariul de care ne vom folosi se numește

Tarlam selje

sau

Dzutik

མཛོད་རིག་ཐར་ལམ་གསལ་བྱེད།

dzutik tarlam selje

Dzu înseamnă **tezaur**.

Dzu este traducerea cuvântului **kosha**.

Tik înseamnă **colecție**.

Atunci când ne referim la numele comentariului, de multe ori se omit aceste două cuvinte și în locul lor se spune:

Tarlam selje

Tar vine din cuvântul **Tarpa** ceea ce înseamnă **libertate**.

Lam – **drum**

Tarlam înseamnă **calea spre libertate**

Sel înseamnă **a clarifica**

Je înseamnă **a face**,

și împreună:

Selje – înseamnă **a face clar** sau **a ilumina**.

Traducerea acestui nume fiind “**Iluminarea căii spre libertate**”.

Acest comentariu a fost scris de către **Primul Dalai Lama**, sau

Gyelwa Gendun Drup

ཀླུ་ལ་བ་དགེ་འདུན་གྲུབ།

gyelwa gendun drup

El a trăit între anii 1391- 1474.

Gyelwa înseamnă **învingător** sau **rege**.

Atunci când ne referim la un mare maestru budist, adăugăm numelui său un titlu de onoare. În acest caz a fost adăugat titlul de Gyelwa.

Ce anume a învins? A învins samsara, și-a învins ignoranța. Primul Dalai Lama a fost elevul lui Je Tsongkapa. Je Tsongkapa a mai avut și alți doi discipoli străluciți și anume **Khedrub Je** și **Gyaltsab Je**.

Două tipuri de înțelepciuni/cunoașteri

Abhidharma conține înțelepciunea sau știința a cărui scop este de a ne duce la iluminare.

1. Primul tip de înțelepciune este:

Sherab

ཤེས་རབ། ཡང་དག་པའི་ལྷ་བ།

sherab, yangdakpay tawa

Ceea ce înseamnă **înțelepciunea înaltă**.

La ce se referă? În cariera spirituală a fiecărui om există cinci etape principale:

- Calea acumulării
- Calea pregătirii
- Calea percepției directe
- Calea practicii, a meditației
- Calea în care nu mai este nimic de învățat, adică iluminarea.

Calea percepției directe, ce se numește **Tong Lam**, este etapa în care se percepe în mod direct vacuitatea. Înțelepciunea care se dobândește în această etapă este denumită înțelepciunea înaltă. Până la această fază, înțelepciunea nu se poate spune că este înaltă.

Cuvântul Sherab se referă la înțelepciunea înaltă dobândită în procesul de percepție directă a vacuității. De fapt expresia care se folosește este **Sherab drime**. Ceea ce înseamnă **înțelepciunea pură**.

2. Al doilea tip de înțelepciune este:

Jedrang

(Acest cuvânt se citește **Jendrang**. Litera “n” deși nu este scrisă, ea se aude).

Sensul cuvântului este **înțelepciunea care ne însoțește sau însoțitoare**.

Această înțelepciune este cea pe care o dobândim cu timpul, sau se mai poate spune știința acumulată ca rezultat al procesului învățării, lecturii, audierii și al meditației.

Cu alte cuvinte, sensul cuvântului **Jedrang** este tot procesul de dezvoltare spirituală, de învățare și dezvoltare a concepției asupra lumii până la momentul perceperii vacuității.

Aceste două tipuri de înțelepciuni sunt prezentate pe scurt în următoarea frază în limba tibetană:

Chu ngun sherab drime jendrang che

Ceea ce înseamnă **adevărata cunoaștere este înțelepciunea pură și ceea ce o însoțește**.

Înțelepciunea Abhidharmei

Cartea în sine nu este Abhidharma, chiar dacă ea se numește Abhidharma. Ea nu este înțelepciunea, este o carte care ne dezvoltă înțelepciunea. Același lucru este valabil și pentru toate scrierile budiste.

Ele nu sunt de fapt Dharma; ele sunt doar o reprezentare nominală a dharmei, dar numai datorită lor ne putem dezvolta înțelepciunea.

Se spune că ne aflăm într-o prezentă stare de ignoranță și că dorim să ajungem la înțelepciune. Învățăturile budiste, în schimb ne atrag atenția că ignoranța și înțelepciunea nu pot coexista în mintea noastră.

Mintea nu poate ține mai mult de un obiect într-un moment dat. Ea poate să schimbe foarte repede obiectul, dar în fiecare clipă dată, ea poate să fie cu un singur obiect.

De aceea mintea noastră nu poate să fie în același timp și ignorantă și înțeleaptă. Cu cât se va intensifica înțelegerea înțelepciunii – ignoranța va dispărea.

Abhidharma se referă de fapt la înțelepciunea analitică.

De ce dorim această înțelepciune? Deoarece dorim să ne dezvoltăm abilitățile de concentrare, și numai din această stare de concentrare vom putea percepe vacuitatea în mod direct. Trebuie din nou specificat că în Abhidharma nu se vorbește despre **vacuitate** ci despre **lipsa de sine**.

Deci, numai datorită înțelepciunii analitice se poate ajunge la perceperea lipsei existenței de sine a lucrurilor.

Cele opt capitole ale abhidharmeikosha

Vom continua să prezentăm diversele capitole ale acestei cărți, și de asemenea ne va fi mai clar de ce școala Abhidharma se mai numește și școala detailiștilor.

După cum am spus Abhidharmakosha este scrisă de maestrul Vasubhandu, și ea este o colecție de manuscrise ale discipolilor lui Buddha.

1. Primul capitol – Categoriile de existență

Kam Tenpa

གནས་དང་པོ། ཁམས་བསྟན་པ།

ne dangpo kam tenpa

Acest capitol are doar câteva pagini, și prezintă toate lucrurile existente. Sunt prezentate două categorii de bază:

- a. lucruri pure
- b. lucruri impure

Dri și Drime

În limba tibetană au sensul de pătat sau nepătat. Ce înseamnă pur și impur?

Fenomenul impur înseamnă:

- orice aspect care reprezintă gânduri rele.
- orice lucru care provoacă asemenea gânduri
- și tot ceea ce aceste gânduri provoacă.

(lucrurile impure sunt: gândul rău, lucrul ce duce la acesta și ce provoacă acest gând)

Ce înseamnă **gând rău**?

Gând rău înseamnă **orice gând care vine din ignoranță și nu din înțelepciune.**

Dacă acceptăm ideea că până vom ajunge la calea percepției directe, mintea noastră este cufundată în ignoranță, atunci vom putea spune că orice gând pe care îl avem face parte din categoria gândurilor rele. Chiar și gândurile noastre bune sunt de fapt rele.

De ce gândurile noastre sunt rele? Atâta timp cât curentul meu de conștiință nu a perceput în mod direct vacuitatea sau mai bine zis, lipsa existenței de sine, orice gând bun cum ar fi: a da ajutor cuiva sau a da binecuvântare sau a face pace în lume este de fapt un gând rău sau mai bine zis *impur*.

Atâta timp cât nu am experimentat vacuitatea, orice aspect din viața mea, este determinat de gânduri impure:

- sursa lor este suferința
- ele însele sunt suferință
- și ele provoacă suferință.

Sensul de **gând impur** sau **rău** este cu mult mai larg decât suntem noi obișnuiți să credem. El este de fapt, tot ceea ce deținem, până când vom ajunge la etapa perceperii vacității în mod direct sau a lipsei de sine.

Cele trei otrăvuri ale conștiinței

În curentul nostru de conștiință, înainte de a ajunge de a ajunge la iluminare, există trei tipuri de otrăvuri dominante.

1. Primul dintre ele este ignoranța, ceea ce înseamnă neînțelegerea realității. Din el derivă următoarele două otrăvuri principale.
2. A doua otrăvă este dorința sau pasiunea sau atașamentul. Ne atașăm de lucruri, de noțiuni, de idei, de ego, de gândirea dualistă, de o gândire care divide.
3. A treia otrăvă este aversiunea sau ura. Împărțim lumea după cum sunt lucrurile, sunt bune sau sunt rele, lucruri pe care le dorim sau pe care nu le dorim, lucruri corecte sau incorecte.

Toate aceste împărțiri au ca sursă ignoranța. Ignoranța este cea care ne creează dorința pentru lucruri plăcute, care ne fac plăcere, și tot ea ne creează aversiunea sau dorința de a ne îndepărta de lucrurile dezagreabile, nedorite, și care ne provoacă durere.

Întreaga noastră lume este influențată de aceste trei otrăvuri care sunt impregnate adânc în curentul nostru de conștiință. Față de orice lucru care se petrece, reacționăm imediat: este bun, este rău, este de dorit, este de nedorit.

După care ori îl vrem ori nu-l vrem. Numai în acest fel ne creăm lumea noastră, iar aceasta lume împreună cu toate fenomenele care decurg din ea, sunt impure.

Primul capitol din Abhidharmakosha, împarte lumea în lucruri pure și impure.

Aproape tot ceea ce cunoaștem este partea impură.

Întrebarea este, ce este pur în lumea noastră?

Ceea ce este pur, ține de partea necunoscută nouă, și la acest lucru dorește Abhidharma să ne aducă.

Partea necunoscută nouă este înțelepciunea, acea parte legată de lipsa de sine, acea lume care apare în fața ochilor celui care percepe în mod direct vacuitatea.

În acest capitol există și alte diviziuni, dar nu intrăm în ele în acest curs.

2. Capitolul doi se numește : Puterile

Wangpo Tenpa

གནས་གཉིས་པ། དབང་པོ་བསྟན་པ།

ne nyipa

wangpo tenpa

Sunt enumerate 21 de puteri. Ca de ex. simțurile noastre. Fiecare simț este considerat o putere.

Este adevărat că nu suntem obișnuiți să atribuim simțului nostru cuvântul putere. A fi masculin sau feminin, abilitatea vizuală , sunt considerate de asemenea puteri.

Acest capitol se mai ocupă și de afecțiunile mentale. Se intră în multe detalii ale diverselor puteri. Se intră mai adânc în felul în care lucrurile condiționate / care au o cauză, se întâmplă. Există un subcapitol ce se ocupă de psihologia budistă.

Capitolul doi cuprinde prezentarea detaliată a primului capitol. Dacă primul capitol ne prezintă categorii și subcategorii, capitolul doi intră mai în amănunt asupra factorilor ce influențează cauza și efectul.

3. Capitolul trei se numește **Lumea suferinței**.

Jikten Tenpa

གནས་གསུམ་པ། འཇིག་རྟེན་བསྟན་པ།

ne sumpa

jikten tenpa

Acest capitol descrie toate formele de existență, toate lumile existente și ființele care trăiesc acolo. Se poate spune că acest capitol descrie pe cel care suferă și modul în care suferă.

Ca și primele două capitole, acesta se focalizează pe lumea impură și pe toate formele de existență suferinde.

Este descrisă de asemenea istoria lumii și cum au arătat ființele preistorice. Când ne referim aici la etapele preistorice nu ne referim la cele pe care le cunoaștem, ci la nenumărați eoni în urmă.

Sunt prezentate, de asemenea diferitele dimensiuni ale universului, de la cele mai mici particule subatomice până la dimensiuni astronomice uriașe, până la 10^{60} .

Sunt expuse în detaliu modurile de formare a planetelor și cum se distrug. Trebuie subliniat faptul că toate aceste detalii, toată această știință, sunt de pe vremea lui Buddha. În plus este descris Bardo, lumea dintre moarte și viața următoare și ființele care-l populează.

În cursul ACI 8 se învață despre toate acestea.

Capitolul trei analizează mai profund subiectele din primele două capitole. De aici provine și numele școlii Abhidharma – școala detailiștilor.

4. Capitolul patru – karma

གནས་བཞི་པ། ལས་བསྐྱེ་བ།

ne shipa le tenpa

Cursul nostru se bazează aproape în întregime pe acest capitol, care ne explică în ce fel este creată lumea suferinței.

Datorită faptului că în capitolul trei sunt descrise toate formele de suferință, toate lumile în care există suferință, infernul, paradisul, omul ar putea crede că cineva le-a creat.

Scopul acestui capitol este de a ne explica cum a fost creată lumea și să infirme ideea că această lume a fost creată de către o putere externă, de către o entitate externă. Acest capitol fascinant, ne spune că tot ceea ce există vine din karma.

Forța lui rezidă din faptul că dacă vom înțelege modul în care funcționează mecanismul karmic, vom înțelege cum ne creăm noi lumea în care trăim. Vom începe să înțelegem cum am creat toată suferința existentă.

Și după ce am înțeles aceste lucruri numai atunci vom putea să ne construim o altă lume, fără suferință. Această înțelegere ne dă în mâini puterea imensă de a începe să ne schimbăm realitatea înconjurătoare și pe cei din jurul nostru.

5. Capitolul cinci – Afecțiuni mentale

Tragye tenpa

གནས་ལྔ་པ། བླ་རྒྱས་བསྟན་པ།

ne ngapa tragya tenpa

În acest capitol vor fi prezentate toate cauzele suferinței și afecțiunilor mentale.

Dacă până la capitolul cinci învățăturile sunt legate de lumea suferinței, începând cu capitolul șase se trece la lumea pură, la lumea fenomenelor pure. Capitolul șase va expune în detaliu calea spre iluminare.

6. Capitolul șase - Studiul asupra omului și a căii, sau cum se ajunge la înțelegerea a ceea ce înseamnă lipsa de sine.

Kang sak dang lam tenpa

གནས་དུག་པ། གང་ཟག་དང་ལམ་བསྟན་པ།

ne drukpa kangsak dang lam tenpa

“Calea” în budism mai are printre altele și sensul de realizări spirituale. În acest capitol, atunci când se vorbește despre cale se vorbește de fapt despre înțelepciune sau despre un stadiu de dezvoltare foarte avansat, în care a fost dobândită înțelepciunea care înțelege ce înseamnă lipsa de sine.

7. Capitolul șapte – înțelepciunea

Yeshe Tenpa

གནས་བདུན་པ། ཡི་ཤེས་བསྟན་པ།

ne dunpa yeshe tenpa

Acest capitol intră în amănunt asupra diverselor forme de înțelepciune.

Dacă înainte am folosit cuvântul **sherab** pentru înțelepciune, aici ne vom folosi de un alt cuvânt pentru înțelepciune și anume **yeshe**. Aici sunt expuse diversele forme de înțelepciune pe care omul le dobândește pe calea spre iluminare, și mai mult, domeniul acestui capitol este domeniul gândurilor pure.

8. Capitolul opt – Meditația echilibrată

Nyompar Jukpa Tenpa

གནས་བརྒྱད་པ། ལྷོ་མས་པར་འདུག་པ་བསྟན་པ

ne gyepa

nyompar jukpa tenpa

Acest capitol expune înțelepciunea și abilitățile lui Buddha și de asemenea intră mai în adânc în studiile capitolului șapte. Geshe Michael a dat acestui ultim capitol numele de meditația echilibrată.

Meditația echilibrată

Ce înseamnă meditație echilibrată?

Orice persoană care a început să mediteze s-a împiedicat de două probleme grele, care sunt de fapt problemele principale într-o meditație.

1. Prima problemă este tendința de a adormi, sau a de a fi somnoros deoarece mintea nu este concentrată, este neclară, nu se poate concentra pe un obiect.
2. A doua problemă este agitația minții, tendința ei de a sări din loc în loc și de a nu reuși să rămână liniștită pe obiectul pe care vrem să ne concentrăm.

Acestea sunt cele două probleme majore care apar în procesul de meditație. Bineînțeles că există și altele minore.

Și pentru a ajunge la cele mai înalte nivele de concentrare va trebui să învățăm să echilibrăm acești doi factori, cu alte cuvinte va trebui să ne echilibrăm mintea care se află ori într-o stare de agitație, fugind în toate direcțiile, ori într-o stare de somnolență, letargie sau de plictiseală.

Va trebui să ajungem la o stabilitate a minții pentru a putea ajunge la rezultate semnificative în meditație.

Întrebarea se pune de ce ne ocupăm de subiectul meditație, când capitolul opt se ocupă de înțelepciunea lui Buddha?

Răspunsul este, că toată înțelepciunea înaltă, toată cunoașterea profundă la care dorim să ajungem, nu poate fi percepută prin cele cinci simțuri pe care le avem ci poate fi percepută numai în stări meditative profunde. De aceea este atât de important să ne dezvoltăm capacitatea de a medita.

Buddha se află într-o stare permanentă de înțelepciune adâncă, sau mai bine zis, se află permanent în meditație. Numai din această stare meditativă el poate percepe înțelepciunea.

Oricine a ajuns să fie Buddha, va putea percepe simultan cele două realități, cea convențională pe care o percepem noi și cea supremă. Până nu vom ajunge la iluminare, nu vom putea vedea simultan aceste realități.

Atunci când capitolul opt se referă la înțelepciunea înaltă a lui Buddha, se referă de fapt la starea meditativă care este perfect echilibrată.

Numai din această stare de echilibru se poate ajunge la concentrarea intensă, ce va face posibilă percepția înțelepciunii, și mai mult de atât, de a rămâne în continuare în această stare de înțelepciune profundă.

Acestea sunt pe scurt capitolele Abhidharmei kosha. După cum am spus acest curs se bazează pe capitolul patru – karma.

Care este textul care merită atenția și timpul nostru?

În această lecție vom discuta despre încă un subiect care nu ține direct de Abhidharmakosha, dar care este inclus în comentariul *Tarlam Selje* scris de către Primul Dalai Lama, comentariu care însoțește acest curs.

El pune accent pe **patru cerințe necesare ce trebuie să le îndeplinească un text care să merite să fie cu adevărat studiat.**

El ne oferă câteva criterii cu care să putem evalua calitatea unui text care ne pică în mână.

Aceste criterii se pot aplica oricăror învățături merituoase, scopul lor fiind de a verifica dacă ele sunt demne de a fi studiate și dacă ne ajută cu adevărat să progresăm pe drumul spiritual. Primul Dalai Lama le aplică în mod special pe Abhidharmakosha.

Cele patru criterii de verificare a unui text.

1. **Subiectul** - trebuie să fie semnificativ.

Juja

བཟོད་གྱ།

juja

Subiectele Abhidharmei sunt fenomenele pure și impure, lumea suferinței și lumea iluminată.

2. **Scopul** – scopul trebuie să fie important

Gupa

དགོས་པ།

gupa

Care este scopul Abhidharmei? Scopul ei este de a planta semințele înțelepciunii, semințele înțelegerii pentru a putea discerne între pur și impur, între lumea suferindă și lumea iluminată.

Primul Dalai Lama a spus ca ar fi păcat să ne pierdem timpul cu un subiect care nu este semnificativ și care nu are rolul de ne ajuta în evoluție.

3. Scopul final

Nyigu

ཉིད་དགོས།

nyigu

Nyigu înseamnă scopul final sau ultima destinație. Cu ce diferă de criteriul doi?

Al doilea este ceea ce cartea pretinde să se realizeze în cititor, pe când al treilea este unde va trebui să ajungă cititorul. Cu alte cuvinte scopul final în Abhidharmakosha este de a ajunge la Nirvana.

4. Relația

Drelwa

འབྲེལ་བ།

drelwa

Drelwa înseamnă relația dintre primele trei criterii.

Pentru a înțelege relațiile dintre ele vom merge de la ultima la prima.

1. Ținta noastră finală este Nirvana,
2. Pentru a ajunge la Nirvana va trebui să dobândim înțelepciunea,
3. Și pentru a dobândi înțelepciunea va trebui să studiem subiectul.

Comentatorul nostru, Gyelwa Gendun Drup ne spune că viața noastră este atât de rară și scurtă, încât orice carte pe care o vom citi va trebui să merite timpul pe care-l investim.

Orice clipă prețioasă pe care o trăim se scurge repede. Sănătatea, judecata noastră clară, contactul cu dharma și cu profesorii care transmit dharma vor trece într-o clipă.

De aceea este atât de necesar să ne investim timpul în studii esențiale, ce au ca scop eliminarea suferinței noastre și a celorlalți precum și progresul nostru spre iluminare.

Comentatorul nostru, care a practicat mult meditația, și în special meditația asupra morții, și care și-a dezvoltat înțelepciunea, renunțarea, Bodhicitta, compasiunea profundă pentru noi toți ne spune:

“Timpul vostru este atât de scurt, de prețios și de rar. Folosiți-vă de timpul pe care îl aveți în activități esențiale care să vă scoată din suferință și care să vă conducă spre iluminare. Iar cu voi sunt și toți ceilalți”.

Câteva cuvinte suplimentare despre școala Vaibhasika

După cum am mai spus, majoritatea cursului se bazează pe școala Vaibhasika sau școala Detailiștilor. Voi explica acum sensul celui de-al doilea nume.

1. Fiecare capitol descrie mai pe larg pe cel precedent. Primele cinci capitole intră din ce în ce în și mai multe detalii, iar ultimele trei încep de la capăt, intrând în alte detalii.
2. Acestei scoli i se mai spune și **Marea prezentare**, pentru că ea prezintă în detalii toată materia.

Celelalte școli

Când ne referim în general la cele patru școli, ne referim la școlile budiste din vechea Indie, din perioada lui Buddha și imediat după Buddha.

O altă modalitate de a înțelege aceste școli nu este numai aspectul lor istoric ci aspectul lor filozofic, concepția asupra lumii pe care o prezintă fiecare școală.

Viziunea fiecărei școli reprezintă de fapt viziunea diferitelor grupuri de elevi dharma. Dacă vom fi luat pe toți cei care învață dharma, din toate generațiile, nu numai din vechea Indie, chiar și de astăzi, putem spune că ei sunt reprezentați de cele patru școli.

Sunt oameni care înclină spre o anumită concepție asupra lumii a uneia dintre cele patru școli și sunt alții care înclină spre alta.

Mai mult de atât, dacă ne uităm cu atenție la felul în care ne înțelegem realitatea, vom găsi ecouri ale fiecăreia dintre cele patru. Pe de o parte noi spunem că fiecare școală se află pe o altă treaptă de înțelegere a vacuității, iar pe de alta că numai școala denumită **Calea de mijloc** sau **Prasangika Madhyamika** are înțelegerea completă a vacuității.

Deoarece cu toții deținem aspecte ale tuturor școlilor, este foarte important să trecem prin toate, pentru a depista în noi înșine modul în care înclinăm să tindem spre o anumită concepție de viață, astfel încât să ne îmbunătățim și să ne rafinăm înțelegerea noastră care să ne conducă în final la percepția vacuității în mod direct.