

## Cursul 10

# „Ghidul de viață al războinicului spiritual”

Prima parte

## Nivelul trei al filozofiei Căii de Mijloc - Madhyamika

Inspirate după învățăturile lui Geshe Michael,  
traducere a conferințelor Lamei Dvora Tzvieli

### Lecția 3

#### *Îndepărtarea obstacolelor din calea Bodhicittei – Mărturisirea faptelor noastre rele*

Acum trecem la capitolul 2 al cărții al cărui subiect este:

ལྷོག་པ་བཤགས་པ།  
*Dikpa shakpa*

***Dikpa*** — păcate, fapte rele, abateri morale,  
***Shakpa*** — a despica bușteanul. Cuvântul este folosit pentru **spovedanie, confesiune.**

Acest act purifică toate păcatele din fluxul nostru de conștiință. Toate amprentele mentale lăsate în mintea noastră ca urmare a faptelor greșite pe care le-am făcut, spus sau gândit sunt obstacole în calea bodhicittei și deci obstacole în calea iluminării.

În continuare vom vorbi despre purificare. Spovedania/confesiunea face parte din purificare. Maestrul Shantideva ne învață o serie de pași pe care trebuie să-i facem pentru a finaliza purificarea.

## **Obstacole în calea bodhicittei și condițiile care susțin dezvoltarea bodhicittei**

Vom vorbi despre obstacole în calea bodhicittei și condițiile care susțin dezvoltarea bodhicittei. În tibetană:

ལགལ་རྒྱུན།  
*gal kyen*

མཐུན་རྒྱུན།  
*tun kyen*

**Kyen** înseamnă **cauză** sau **condiție**.

**Gel** se spune nazal 'n' gel, 'n'gyel kyen și înseamnă **condiție care împiedică**.

Al doilea, **Tun kyen** este **condiția care susține**.

Cuvântul **Tun** este folosit pentru ceva care susține, sau ceva care este în armonie, sau ceva care ajută.

Despre ce vorbim? Vorbim despre factorii din conștiința noastră care susțin dezvoltarea bodhicittei și despre factorii care o împiedică.

### **Îndepărtarea obstacolelor din calea bodhicittei**

Vom vorbi acum despre obstacolele în calea dezvoltării bodhicittei și cum să le înlăturăm.

Cu toți avem acel **Gyel Kyen**. De fapt le avem pe amândouă. De unde știm asta? Nu ne-am fi aflat aici dacă nu am fi avut pe **Tun Kyen**. Deci avem, dar foarte slab. În schimb, avem o mulțime de obstacole. Încă nu știm să iubim pe toată lumea, pe deplin, altruist și fără niciun egoism și nici nu știm cum să-i ajutăm cu adevărat. Suntem încă slabi.

Maestrul Shantideva este un as în asta. El spune: „**Totul ține de practică! Nu există ceva pe care să nu-l poți dezvolta dacă practici**”. Dacă ne antrenăm, trebuie să progresăm.

Cu toții avem semințele compasiunii pe care vrem să le creștem și să le dezvoltăm. **Spunem că oricine își poate dezvolta adevărata bodhicitta și oricine va fi un Buddha. Nu că poate va fi un Buddha, ci chiar va fi un Buddha!**

Întrebarea este cât timp ne va lua până vom deveni Buddha, pentru că atâta timp cât nu suntem acolo, omenirea suferă.

### **Două căi de a elimina obstacolele**

Există două căi de a elimina obstacolele: există calea ușoară și calea grea.

Care este calea grea? Am karmă negativă, am făcut o fapta rea, nu știu când și nici nu mă interesează. Nu am făcut nimic cu ea și într-o zi va da rod. Legea karmei spune că sămânța

plantată trebuie să dea rod. Dacă karma nu a fost purificată, ea nu va dispărea de la sine. Dacă am făcut cuiva rău, fapta nu se va șterge niciodată din fluxul meu de conștiință până când nu o voi purifica.

**Calea grea:** karmele rodesc și trebuie să le suportăm. Dar apoi trec. Energia s-a consumat. Am furat, au furat de la mine, acea karmă a dispărut.

Asta nu înseamnă că nu sunt și alte karme. Asta nu înseamnă că am eliminat problema. Pentru că continuăm să le plantăm în ignoranța noastră. Deci aceasta este calea grea deoarece aceste lucruri ne provoacă suferință. Acesta este cauza pentru care există suferință în viața mea.

**Calea ușoară** este de a purifica aceste karme înainte ca ele să dea rod. Cu alte cuvinte, neutralizăm semințele care sunt deja în sol astfel încât ele să nu mai germineze. Aceasta este purificarea. Nu putem scoate semințele, pentru că odată ce există o amprentă mentală, ea rămâne. Ce am făcut, am făcut. Dar pot neutraliza această energie ca să nu mai dea roade. Și aceasta este purificarea.

**Întrebare:** *Sunt oameni care fac lucruri minunate, de exemplu, familia noastră, copiii noștri. Și dacă mergem la război, ucidem oameni. Avem această dualitate: pe de o parte, putem fi oameni minunați și, pe de altă parte, putem fi ucigași. Unuia îi facem un lucru foarte bun și altuia îi facem un lucru rău. Cum putem face astfel încât confesiunea și purificarea să fie perfecte?*

**Răspuns:** *Tu spui: „Nu sunt complet rău, sunt și bun!”. Așa este, altfel nu te-ai fi aflat aici. Dar, dacă vrei să te purifici, purifică răul, nu-l atenua. Cu cât te poți conecta mai mult la el, cu atât purificarea este mai puternică.*

### ***Etapele pregătitoare pentru procesul de purificare***

Am spus că bodhicitta este atât de puternică, încât elimină toate karmele negative. Pentru a dezvolta bodhicitta trebuie să îndepărtăm obstacolele din calea dezvoltării ei.

Pe de altă parte, sunt atât de impur încât nu pot face purificarea corect. De aceea, este nevoie de acțiuni pregătitoare înainte ca purificarea să fie suficient de puternică.

Oamenii se reped în practica purificării fără pregătire și atunci purificarea este slabă. Dorim ca purificarea să fie serioasă pentru că avem multe de purificat.

Maestrul Shantideva ne vorbește despre asta înainte de a vorbi despre purificare în sine. Avem nevoie de a strânge niște **Tun Kyen**, factori de susținere, condiții de susținere, energie pozitivă care să ne dea tărie, astfel încât purificarea să fie puternică. Deci, înainte de purificare, trebuie să trecem prin câteva etape preliminare pentru ca purificarea să fie puternică.



În cel de-al doilea capitol al acestei cărți, există patru părți, fiecare reprezentând unul dintre pașii preliminari.

**a. Dăruirea de ofrande**

མཚོད་བ།  
*chupa*

**b. Prosternări**

ཐུག་འཚེལ་བ།  
*chaktselwa*

**c. Refugiul**

རྐྱབས་སུ་འགོ་བ།  
*kyabsu drowa*

**d. Confesiunea și purificarea faptelor rele**

སྲིག་པ་ལའགས་བ།  
*dikpa shakpa*

Vom începe să parcurgem etapele purificării și o vom face într-o ordine puțin diferită față de capitol, începând cu prosternările, refugiul, oferirea de ofrande și abia apoi confesiunea/spovedania. Această ordine se potrivește mai bine pașilor preliminari pe care îi facem de obicei în practica meditației.

**a. Prosternările**

ཐུག་འཚེལ་བ།  
*Chak tsel*

*Chak* — mână,  
*Tsel* — a căuta.

Dar împreună *Chak tsel* înseamnă **prosternare, a se înclina până la pământ.**

Este interesant că expresia tibetană *a te prosterna în fața unui Lama sau a unui învățător*, este ca și când el ar avea ceva în mână. Lama are înțelepciune și eu caut înțelepciunea la el, așa că mă înclin pentru a primi înțelepciunea de la el. Acesta este **Chak tsel**.

După cum știm, fiecare text tibetan începe mai întâi cu o prosternare în fața lui Buddha sau în fața compasiunii. De exemplu, Maestrul Chandrakirti, care a scris cartea despre filosofia Madhyamika a Căii de mijloc, o carte bazată pe logică, începe prin a se prosterna în fața compasiunii.

Maestrul Shantideva ne vorbește despre prosternări, ceea ce pentru noi este dificil, pentru că în cultura noastră nu se obișnuiește prosternarea în fața statuiilor și icoanelor.

În budism ne prosternăm, dar nu la statui și icoane, pentru că ele nu au putere.

Unde se află puterea? În înțelepciunea și compasiunea din inima noastră. Suntem încă slabi și tineri pe cale, și acești factori nu sunt dezvoltati în noi, pentru că în viața noastră există multă suferință. Avem nevoie să-i intensificăm, iar prosternările, printre altele, sunt o expresie fizică a acestui lucru.

Este important să înțelegem că prosternarea în sine este goală. Așa cum și statuia este doar bucată de piatră, și desenul în sine este o bucată de hârtie. Prosternarea este de fapt o mișcare a corpului și atâtă tot. Ce o face să fie puternică? Înțelegerea acestui lucru. Când Moise a văzut tufa în flăcări care nu era mistuită de foc, a căzut cu fața la pământ.

După ce am perceput direct vacuitatea, în mod natural ne vom prosterna înaintea sacralului, pentru că experiența prin care am trecut a fost divină. Actul de prosternare plantează semințele ca aceste lucruri să ni se întâmple cu adevărat.

Ne prosternăm ca să putem realiza înțelepciunea și compasiunea în inima noastră. Iar când prosternarea este însoțită de acest gând, ea are o mare putere, pentru că atunci de fiecare dată când facem asta ne întărim amprentele mentale. Este foarte important ca prosternarea să nu fie un act fizic banal, ci un act sacru.

Dacă vrem să realizăm Bodhicitta în această viață, vrem să mobilizăm totul. De aceea Maestrul Shantideva începe să ne vorbească despre toate aceste lucruri. El nu spune lucrurile în vânt. Dacă minimalizăm actul atunci și rezultatul va fi diminuat.

**Când ne prosternăm trebuie să ne gândim: „Cred că pot ajunge la iluminare, cred că pot să-mi dezvolt înțelepciunea și compasiunea sublimă.”**

Deci, cum se face practic prosternarea?

Când ținem mâinile împreunate ca de rugăciune, degetele mari ale mâinii le ținem înăuntru. De ce? Ele îl reprezintă pe Lama, pe învățătorul nostru, pe care dorim să-l păstrăm în interiorul nostru. Lama, profesorul care mă învață înțelepciunea și de care vreau să mă apropiez, este mereu înăuntru. Nu-l las niciodată afară. Deci, degetele mari sunt înăuntru. Mâinile împreunate ating

- chakra coroanei, apoi



- chakra gâtului, după care
- chakra inimii.

Acestea simbolizează: corpul, vorba și mintea. Adică, acțiunile sublime ale lui Buddha, care voi fi; vorbirea pe care o voi folosi pentru a aduce dharma ființelor; și gândurile de înțelepciune și compasiune care le însoțesc. Și apoi ne prosternăm, ne lăsăm în genunchi, palmele și fruntea atingând podeaua.

Când coborâm, facem asta încet. De ce? Pentru că nu vrem să coborâm în tărâmurile inferioare. Și ne ridicăm repede, pentru că nu vrem să rămânem în ele. Deci, **coborâm încet**, și ne ridicăm în picioare repede.

Acest act îl **facem de trei ori**. De ce de trei ori? Pentru că avem trei obiecte în fața cărora ne prosternăm. Care sunt cele trei obiecte? Ele sunt cele Trei Diamante.

### ***Cele Trei Diamante***

Spunem ***Kun chok***, în tibetană. Kunchok. „Diamante” nu este o traducere exactă, dar mă voi folosi de cuvântul „diamant” aici.

***Kun chok*** — **piatră prețioasă, piatră scumpă, nestemată.**  
***Koyn*** — **foarte rar,**  
***Chok*** — **cel mai înalt.**

Așa că vom spune „Cele Trei Diamante” pentru că este mai ușor.

Care sunt cele trei diamante? Buddha, Dharma și Sangha. Este foarte important să le înțelegem pentru că:

- Nu ne prosternăm la statuie. Ea nu este Buddha. Este o reprezentare nominală a lui Buddha. Atunci la ce ne prosternăm? **Ne prosternăm înaintea înțelepciunii și a compasiunii** lui Buddha. Care este înțelepciunea lui Buddha? El înțelege realitatea prezentă, direct. El înțelege vacuitatea. El experimentează permanent vacuitatea. Meditează permanent asupra vacuității. Înțelege permanent realitatea supremă. De aceea, ne prosternăm în fața acestei înțelepciuni care atunci când va fi în inima noastră, toate suferințele vor fi eliminate și le vom putea elimina și pe ale altora. Deci, Diamantul Buddha simbolizează ființa iluminată care a realizat înțelepciunea și compasiunea.

- Ce este **Diamantul Dharma**?

Ce este Dharma nominală? Cărțile de Dharma înseamnă nominal. *Sutra Inimii* este dharma, dar este dharma nominală și nu Diamantul Dharma. Noi nu ne prosternăm la o carte, ci ne prosternăm la înțelepciunea și compasiunea pe care dharma ne-o dă așa cum va fi ea realizată în inima noastră. Ne prosternăm pentru încetarea tuturor afecțiunilor mentale. Deci, Diamantul Dharma este realizarea înțelepciunii și încetarea tuturor suferințelor mentale. La această stare sublimă ne prosternăm.



- **Ce este Diamantul Sangha?** Cuvântul *sangha* are mai multe utilizări:

- a) Este folosit pentru comunitatea de oameni care studiază Dharma. Aceasta este Sangha. Dar nu acesta este sensul original al cuvântului. Apropo, *sangha* este un cuvânt sanscrit.
- b) *Sangha* este folosit pentru comunitatea de călugări. Dacă sunt mai mult de patru călugări, atunci este sangha. Ken Rinpoche a predat și călugărilor și călugărițelor, lucru care nu era acceptat la vremea aceea în mănăstirea tibetană.
- c) **Diamantul Sangha sunt toți Arya**, ființe nobile ce au perceput direct vacuitatea. Ele se află deja pe calea de ieșire, garantat vor ajunge la iluminare. Datorită realizării înțelepciunii în inima lor, ne pot îndruma pe cale. De aceea aceste ființe sunt sfinte pentru noi. Manjushri, Chenresik sunt un astfel de Arya Bodhisattva.

Există mulți Bodhisattva și au tot felul de nume în scripturi, dar practic oricine a perceput direct vacuitatea este un Diamant Sangha.

### ***Ce au în comun cele trei diamante?***

Ceea ce au în comun toate aceste trei diamante este înțelepciunea karmei și a vacuității, și compasiunea realizată de cineva sau pe care eu o voi realiza.

Deci la ce ne prosternăm? **La înțelepciune și compasiune**. Dacă ne prosternăm cu aceste gânduri, plantăm semințe de a le realiza. Ne apropiem de realizarea lor și atunci practica va fi foarte puternică.

### ***Doctorul, remediul și asistentele medicale***

Buddha, Dharma și Sangha sunt comparate cu doctorul, remediul și asistentele:

- Buddha este doctorul pentru că el cunoaște calea. El a făcut calea până la capăt și ne-o poate arăta. El nu a fost Buddha de la început. A fost ca și noi, și a parcurs calea. Iar pentru faptul că o cunoaște, Buddha este ca un doctor.
- Dharma este ca un remediu, medicament. Este instrucțiunea a ce ar trebui să facem pentru a ajunge la iluminare.
- Sangha - cei care au perceput direct vacuitatea, sunt ca asistentele medicale.

Noi nu am avut karma de a trăi pe vremea lui Buddha. Deci cum va ajunge Buddha la noi? El va veni prin intermediul profesorilor. În *Sutra tăietorul de diamant*, Buddha a spus: „În zilele care vor urma mă voi arăta prin învățătorii voștri. Așa voi veni”. Încă nu avem karma ca în povestea despre Maestrul Asanga, să vedem figura strălucitoare a lui Buddha acum înaintea noastră. Dar într-o zi o vom vedea. Toți Arya o văd. Până atunci, nu există altă cale de a-l întâlni pe Buddha decât prin intermediul profesorilor, iar profesorii pot lua diferite forme.



Deci, acesta a fost primul pas în ceea ce privește pregătirea pentru purificare. Deci, în primul rând ne prosternăm. Acest act este mental și fizic, ambele elemente trebuie să fie prezente.

## b. Refugiul

ལྷོ་ལྷོ་འགྲོ།  
*Kyam dro*

Aici scrie *Kyab dro*, dar datorită literei „a” - ། care nu se pronunță, se va spune *Kyam dro*.

**Dro = a merge.** Deci, **a merge la refugiu.**

În a doua etapă ne refugiem în Buddha, Dharma, Sangha. Mergem la aceste trei diamante și ne căutăm refugiul în ele.

### *Ce este refugiul budist?*

Voi spune câteva cuvinte despre refugiu. Ce este refugiul în general?

#### **Frica și speranța**

În general cuvântul „refugiu” înseamnă *a căuta un adăpost, protecție*. Căutăm protecție față de ceva. Avem aici o îmbinare între:

- Frica de ceva, și
- Credința că există ceva sau cineva care ne poate ajuta sau ne poate proteja.

Ne este frică de ceva și credem că poate exista un factor care ne poate ajuta și apoi ne refugiem în el. Copilului mic îi este frică noaptea și îi spune: „Mamă, mamă”, și se duce și se refugiază în brațele mamei lui.

Dacă ne uităm la ceea ce facem în timpul zilei, putem vedea că ne refugiem tot timpul în ceva.

În ce ne refugiem? Eu zic: „Vreau pizza. Mi-e poftă de pizza”. Caut tot timpul ceva care să mă ajute acum. Și spre ce mă îndrept? Spre lucrurile materiale, lumești. Unii se refugiază în mâncare, alții în droguri, în sex, în călătorii și altele.

**Lama Dvora Hla** povestește:

*„Am un prieten, un discipol minunat al lui Rinpoche, un adevărat Bodhisattva. El nu putea intra în practica tantrică pentru că voia neapărat să învețe să facă parașutism înainte de asta. Și a plecat să facă asta. Trebuia să-și elimine din sistem această dorință.”*



Ne refugiem în lucrurile lumești tot timpul. Care este problema? Ele sunt un sprijin nesigur. Nu ne pot proteja cu adevărat. Nu există nimic material, lumesc care să ne poată proteja, chiar dacă ni se par plăcute.

- Niciun partener nu poate fi un refugiu cu adevărat. De ce? Pentru că ori el va pleca înaintea mea, ori voi pleca eu înaintea lui. Cumva, ne vom despărți. La bine și la rău, într-o zi ne vom despărți. Ori moartea ne va despărți, ori altceva. Nici un prieten nu ne poate proteja. Și în cele din urmă vom pleca singuri din această lume.

**Nu există nimic lumesc care să-mi garanteze cu adevărat fericirea și să mă protejeze cu adevărat de suferință.**

Nu există nimic! Arătați-mi un singur lucru! Dacă ar fi existat așa ceva nu ați fi fost aici, pentru că v-ați fi refugiat în el!

Înțelegând asta, veți spune: „*Sunt atât de plin de karme negative și ele rodesc neîntrerupt. Vin accidente, boli, dezastre și este atâta suferință în viața mea. Atunci ce mă va proteja?*”.

**Singurul lucru care ne poate proteja sunt cele trei diamante, în sensul lor ultim: înțelepciunea și compasiunea pe care le vom realiza în inima noastră.**

Statuia nu ne va proteja, cartea nu ne va proteja, ci **înțelepciunea din carte și înțelepciunea pe care a realizat-o Buddha. Și dacă o realizăm și noi, este ceea ce ne va proteja. Nu există nimic altceva care să ne protejeze.**

Mai mult de atât, ea este și singurul lucru care ne va însoți după ce vom muri.

**Nu există nimic dintre lucrurile lumești pe care le-am acumulat și pentru care ne-am consumat energia vieții care ne-a fost dată, pe care să le putem lua în viața următoare, cu excepția realizărilor spirituale. Numai acestea ne pot proteja.**

### ***Cum ne protejează refugiul cu adevărat?***

Refugiul în cele trei diamante, ne aduce conștiinței noastre credința și înțelegerea în puterea vacuității. Vacuitatea este ceea ce au în comun cele trei diamante:

- Buddha se află tot timpul în perceperea vacuității,
- dharma este înțelegerea vacuității,
- Arya au perceput vacuitatea.

Deci, toate acestea întăresc în conștiința noastră conceptul de vacuitate, înțelegerea ei și credința în vacuitate, cât timp nu am perceput-o direct. Înțelegând vacuitatea lucrurilor, încetăm să mai reacționăm față de ele, în modul nostru obișnuit și dăunător. În acest fel vom înceta să mai acumulăm karma negativă și în acest fel vom înceta suferința.

Prin faptul că ne refugiem, acest lucru acumulează deja karma bună pentru că ne îndreptăm mintea spre locul [aspectul] care ne poate ajuta cu adevărat.

Când facem asta, este deja un act de înțelepciune, este un act de adânc respect față de înțelepciune. El întărește factorii mentali care duc spre iluminare. Deci, aceste două lucruri întăresc energiile de care avem nevoie pentru a face purificarea așa cum trebuie.



### ***Ce înseamnă practic să ne refugiem?***

Pentru ca Buddha să ne protejeze, trebuie să-l tratăm cu respect. Orice ființă iluminată trebuie tratată cu respect. Nu putem trata din punct de vedere mental reprezentarea lui cu dispreț și să o tratăm și cu respect. Adică să aruncăm o carte de dharma pe jos, și să o tratăm ca și cum ar fi Buddha. Prin urmare, cel care înțelege conceptul de refugiu va trata întotdeauna reprezentările Buddha-Dharma-Sangha cu respect.

*Există o poveste bine-cunoscută despre un sărac în India. Acesta urcă pe un deal și vede o statuie a lui Buddha. Începe să plouă și spune: „Oh, plouă pe Buddha”. Săracul are doar sandalele lui zdrențuite. Așa că își dă jos sandalele și le pune pe capul lui Buddha pentru a-l proteja de ploaie. L-a protejat pe Buddha așa de ploaie? Mental o face. Mental se prosternază în fața înțelepciunii pe care Buddha o reprezintă pentru el.*

*Apoi, ploaia se oprește, soarele apare dintre nori, strălucind. O altă persoană trece pe acolo și îl vede pe Buddha cu o pereche de sandale zdrențuite pe cap și spune: „Ce este asta?” și dă jos sandalele de pe capul lui Buddha.*

Cine a făcut karma bună? Amândoi au făcut karma bună, pentru că au dat respect aceluiași lucru care îi poate proteja.

Dacă săracul și-a pus sandalele pe statuie pentru a păstra statuia, atunci nu a câștigat nimic. În cazul în care au înțeles ce reprezintă și apoi s-au prosternat în semn de respect fizic și mental, au acumulat karma în același timp. Au lăsat amprente mentale în mintea lor. Orice este înregistrat mental.

Avem nevoie de a ne întări forțele noastre care sunt slabe, iar pentru asta avem nevoie de aceste reprezentări pentru că nu îl întâlnim direct pe Buddha. Nu încă. De aceea avem nevoie de toate aceste mijloace pe care Maestrul Shantideva ni le predă atât de frumos.

### **c. Ofranda**

མཚན་པ།  
**Chupa**

***Chupa = ofrandă.***

În versetul 1, maestrul scrie:

***Pentru a dobândi cea aspirație prețioasă  
Cu mintea pură dăruiește-le ofrande  
Celor astfel plecați,  
Dharmei sacre, sublimă și imaculată,  
Tuturor Buddha și ai lor copii,  
Oceane de virtuți sublime.***

Ce înseamnă „copiii lui Buddha”? Ei sunt Bodhisattva. Lor le oferim comori de virtuți sublime.

În cultura noastră, ideea de ofrandă este cam străină. Nu suntem obișnuiți să dăruim ofrande. Iar motivul este atât condiționarea culturală, cât și faptul că nu le înțelegem. Așa cum nu înțelegem nici semnificația prosternărilor. Deci hai să vorbim puțin despre asta. Ce înseamnă a oferi ofrande?

### **Altarul**

Pe masa de altar punem ofrande, boluri cu apă, luminări, un clopoțel, o carte, stupa, fructe. Pe masă se află:

- Statueta lui Buddha și fotografiile învățătorilor pentru că ei ni-l aduc pe Buddha. Deci, statueta și fotografiile sunt o reprezentare a **corpului** lui Buddha.
- Cartea de dharma reprezintă **vorba** lui Buddha; Dharma este învățătura lui Buddha.
- Stupa reprezintă **mintea** lui Buddha.
- Apoi avem apa, fructele, lumânările și florile. Ele sunt ofrandele pe care le oferim acestor reprezentări ale corpului, vorbei și minții lui Buddha.

De ce punem apă în boluri? Pentru că acesta este modul cel mai ieftin de a face oferte. Toată lumea poate găsi apă.

Fiecare ofrandă are un sens anume și vom vorbi puțin despre asta.

În fiecare zi, reînnoim altarul. La sfârșitul zilei, apa din boluri o strângem și o turnăm la plante. Ea nu se aruncă în chiuvetă. De ce? Pentru că acum este apă sfințită. Ce o face să fie sfântă? Intenția mea. Apa am pus-o ca ofrandă înțelepciunii și compasiunii sfinte. De aceea ea este sfântă. Și voi continua să o tratez ca fiind sfântă și nu o torn într-un loc murdar. Apa sfântă o turnăm într-un ghiveci, sau o turnăm lângă un copac sau într-un râu.

Bolurile goale se usucă, aprindem un bețișor de tămâie, parfumăm bolurile și apoi le punem întoarse pe altar peste noapte. Fructele sau fursecurile pot fi oferite altora.

Actul de a dăruia ofrande nu trebuie să aibă **nici un aspect egoist**. Nu este pentru beneficiul meu material, ci este pentru beneficiul meu spiritual. Așa că voi aranja estetic prăjiturelele pe o farfurie, pe care o așez apoi pe altar. Seara le strâng și le voi împărți altora sau colegilor de la servicii. Nu este bine să cumpărați prăjiturelele care vă plac și apoi să le mâncați mai târziu, pentru că asta pângărește ofranda. Aduceți lucruri delicioase, dar gândindu-vă la cealaltă persoană și nu la voi.

În retreat altarul devine un lucru foarte important. În retreat ne ocupăm mult de altar. Dimineața aranjăm altarul. Punem apa, fructele, curățăm, aprindem un bețișor parfumat, ne asigurăm că totul este pus așa cum trebuie. După care ne prosternăm. Acestea sunt pregătirile care se fac în retreat, pentru meditație. Este ceea ce ne ajută să ne strângem

forțele spirituale de care avem nevoie pentru a trece marea de păcate, de amprente mentale pe care le-am acumulat de o veșnicie, în ritm de 65 pe secundă. Avem mult.

### **Semnificația dăruirii de ofrande**

Buddha mănâncă fructele? Dharma mănâncă fructele? Nu am văzut pe nimeni să le mănânce.

În termenii noștri este ceva care nu este de niciun folos. Din punct de vedere practic, ele nu au nicio utilitate. Ce sens are să dăm fructe cuiva care nu are nevoie de ele sau de mâncare?

Buddha nu are nevoie de fructele mele. Buddha se află în fericirea supremă. Nu are nevoie de nimic de la mine. Când i se oferea lui Ken Rinpoche ofrandă, el spunea: „Păstrează-l tu!”.

Lama Dvora Hla povestește:

*„Ken Rinpoche mi-a spus asta de multe ori de câte ori îi ofeream ofrande, dar eu tot mergeam să-i dau. Uneori el le lua. I-am adus traduceri pe care le-am făcut din sutre și i-am adus traduceri din Tantra. Pe acestea le lua. Chiar dacă nu citea ebraică, eu i-am explicat cum se citește de la dreapta la stânga și lui i-a plăcut foarte mult descrierea”.*

### **Are Lama nevoie de aceste lucruri? Nu. Dar trebuie să i le oferim.**

Pentru că Lama ne dă cheile paradisului.

#### **- Nu am cum să-i răsplătesc bunătatea.**

Nu-l pot răsplăti pe Buddha pentru bunătatea lui. Nu pot să-mi răsplătesc profesorii pentru ceea ce m-au învățat.

Nu le pot oferi nimic care să se compare cu ceea ce m-au învățat ei.

În trecut era obișnuit ca elevul serios, să ofere învățătorului greutatea corpului lui în aur. Nu pentru că profesorul avea nevoie de aur, ci prin asta elevul își demonstra seriozitatea și dorința să depună efort pentru a învăța. După cum știm ceea ce vine pe gratis este tratat cu neseriozitate.

Nu există nicio cale de a-l răsplăti pe învățător pentru ceea ce face pentru mine, dar trebuie să fac efort. De ce?

- pentru că nu am destulă forță; Pentru că **binefacerile mele sunt puține**. Sunt sărac(ă) în fapte bune. Câte momente pe zi mă gândesc să-i ajut pe alții? De aceea am nevoie de toate mijloacele pe care le am la dispoziție pentru a întări aceste karme. Iar ofranda este unul dintre ele.
- **ofranda exprimă credința**. Statuia nu va lua niciodată din prăjiturile. De aceea când dăruiesc ofrande declar: **„Există ființe iluminate și într-o zi voi fi și eu o ființă luminată**. Nu le pot vedea acum pentru că nu suntem pe



aceeași frecvență. Dar ele există și voi ajunge la ele. Ele știu cine sunt, sunt omnisciente și mă văd că aduc ofrande și vin la mine. Când le chem, vin aici, pentru că știu totul. Ființele iluminate vin cu viteza gândului”. Acesta este un act de credință. Și credința este un factor foarte important în calea spirituală. Credința este îngrășământul pe care îl dăm practicii noastre, pentru că fără ea practica nu are putere. Credința este cea care întărește.

Deci, hai să vorbim despre diferitele tipuri de ofrande.

Maestrul Shantideva vorbește despre trei tipuri principale de ofrande.

### 1. Ofrande pe care nimeni nu le deține

བདག་པོས་མ་བཟུང་བའི་རྫས་ཀྱི་མཚོན་པ།

*dakpu masungway dze kyi chupa*

<i>Dak Po</i>	— proprietar, maestru,
<i>Sungwa</i>	— a deține,
<i>Ma sungwa</i>	— a nu deține,
<i>Dze</i>	— lucruri,
<i>Chupa</i>	— ofrandă, a oferi.

Adică, a oferi lucruri pe care nu le deține nimeni.

Deci, putem oferi lucruri care nu sunt ale noastre. Cum ar fi marea, un apus de soare, munții, un peisaj frumos, o pădure frumoasă, imagini frumoase. Lucruri frumoase pe care le vedem. Vedem ceva frumos, chiar dacă nu este al nostru, ne spunem: „Oh, asta este pentru Buddha!”. De fiecare dată când ne bucurăm de ceva, al doilea gând ar trebui să fie: „Îl ofer celor trei diamante pentru ca înțelepciunea și compasiunea să se întărească în mine”.

De exemplu, prima ofrandă despre care ne vorbește maestrul sunt florile. Versetul 2:

***Oferă orice varietate de flori și fructe  
Și orice fel de plante medicinale,  
Toate bogățiile lumii ce există,  
Și toate apele pure și plăcute.***

Stăm pe perna de meditație și ne imaginăm un cer acoperit cu flori minunate. Umplem tot cerul cu flori superbe și spunem: „Toate florile sunt pentru Lama, pentru cele trei diamante: pentru Buddha-Dharma-Sangha”. Și le dăruim din toată inima, fără zgârcenie.

Versetul 3:

***Oferă muntele plin de pietre prețioase,  
Păduri, locurile de refugiu liniștite și plăcute;***



***Copaci divini împodobiți de flori splendide,  
Și arbori cu ramurile încărcate de fructe.***

„Muntele plin de pietre prețioase” este Muntele Meru, muntele legendar care se află în centrul lumii.

**4.**  
***Oferă parfumul zeilor și al oamenilor – bețișoare parfumate,  
Arbori ce îndeplinesc orice dorință și arbori plini de nestemate,  
Grâne care cresc de la sine, necultivate,  
Și tot ce este minunat și demn de oferit.***

**5.**  
***Lacuri și iazuri cu flori de lotus împodobite,  
Unde cântecele plăcute ale păsărilor de apă răsună,  
Spații nelimitate pline de ofrandă,  
Ce nu are proprietar și complet perfectă.***

Până aici au fost ofrandele care nu le deține nimeni.

**6.**  
***Mi le imaginez în mintea mea pe toate, și le ofer  
Tuturor ființelor sublime, Buddha, și ai lor copii.  
Fie ca acești nobili plini de compasiune și virtuți,  
Să se uite la mine cu iubire și să-mi accepte darul pe care le ofer.***

Oferim ofrande pentru ca înțelepciunea și binecuvântarea lor să vină la noi. Ce înseamnă să vină binecuvântarea lor? Înseamnă să putem realiza înțelepciunea, compasiunea și virtuțile lor înalte în inima noastră.

**7.**  
***Sunt lipsit de merite, sunt sărac,  
Și nu am alte daruri de oferit.  
O, Protectorul meu, ce te preocupi de bunăstarea altora,  
Te rog, prin propria-ți putere  
Acceptă aceste ofrande, de dragul meu.***

Îi implor să-mi accepte ofrandele.

Deci acestea sunt lucruri pe care nu le am, lucruri care nu le deține nimeni.

## **2. Corpul meu.**

Al doilea tip de ofrande sunt lucruri pe care le am.



## རང་གི་ལུས་དབུལ་བ། *rang gi lu ulwa*

**Rang gyi** — al meu,  
**Lu** — corp,  
**Ulwa** — a oferi.

Al doilea lucru pe care îl ofer ca ofrandă este corpul meu. Este un lucru minunat de oferit pentru că acumulează multe binefaceri.

Cu toții avem un corp uman care ne permite să ajungem la iluminare și, prin urmare, el este prețios și important, nu de la sine. Vine din țărână și se va întoarce în ea. În sine, el nu este nimic, dar este un mijloc de a ne aduce la iluminare și asta îl face ceva foarte prețios. Orice lucru prețios vreau să le dau celor trei diamante.

**8.**  
**Îmi ofer propriul trup cu pietate,**  
**Învingătorilor și ai lor copii**  
**Acum și în celelalte vieți.**  
**Vă implor, nobili războinici,**  
**Acceptați-mi ofranda ce vă ofer.**

În acest verset dăruirea este însoțită de un act de implorare.

Nu ofer ceva poluat, ceva impur, care produce deșeuri, care este corpul meu. Așa că mai întâi îl transform într-un nectar al zeilor, în mintea mea, și asta este ceea ce voi oferi. Ofranda trebuie să fie ceva pur și minunat. Spunem: „*Aș dori să-mi pot transforma corpul în nectar zeiesc și să-l ofer lui Buddha*”.

*Într-una dintre sutrele lui Buddha, există o povestioară despre un Bodhisattva care plânge. Se spune că un bodhisattva se afla în piață și plângea de mama focului. De ce plângea? Pentru că dorea să primească învățături de la Lama despre cum să ajungă la iluminare. O voce în inima lui îi spunea să meargă și să studieze cu Lama. Dar în acele zile trebuia să dăruiască Lamei aur în greutatea corpului său. Iar el nu avea nimic. Și atunci își spuse: „Nu am nimic! Îmi voi vinde organele mele”. Așa că stă în piață și începu să strige „Am organe de vânzare”. Apoi demonii vin și îi astupă gura pentru că nu voiau ca bodhisattva să ajungă la iluminare.*

Pe măsură ce intenția de a ajunge la iluminare este mai mare, demonii încep să apară. Cât timp suntem neserioși, ne lasă în pace. Dar când devenim serioși pe cale, ei vin.

*Geshe Michael, înainte de a intra în retreat, timp de zeci de ani a dezvoltat proiectul de digitalizare (scanare) a scripturilor budiste tibetane, care acum sunt și în sanscrită. El și-a dedicat viața de a pune pe picioare acest proiect, de a găsi fonduri și de a pregăti oamenii.*



*Mulți călugării și femei tibetane refugiate au lucrat la acest proiect. Dar înainte de a merge la retreat, avea nevoie de cineva care să preia proiectul și să-l conducă.*

*Așa că John [= John Brady], director de marketing al unei companii foarte mari cu sediul în SUA care primea un salariu foarte mare, i-a preluat proiectul. El a demisionat și a plătit din banii lui salariile celor care lucrau la proiect. Încet, încet, banii s-au epuizat.*

*Acum caută deja surse de finanțare. Așa că la John, care întreprinsese ceva atât de mareș, cu atâta dăruire, au venit demonii; Pericolul a trecut. Și așa rodește karma, când începem să ne apropiem. O poveste tipică.*

*O altă poveste despre o fată care a plecat într-un retreat lung. Și-a pus toate bunurile într-o dubă și a mers cu mașina până la locul unde se ținea retreat-ul, iar pe drum a văzut deodată fum ridicându-se din motor, a sărit din mașină și totul a luat foc. Tot ce avea ea.*

Așa apar demonii când devenim serioși pe cale. Aceste povești se termină întotdeauna cu bine, deși pare înfricoșător. Dar lucrurile trec și apoi urmează purificarea.

Versetul 9:

***Pentru că m-ai luat în grija ta,  
Nu mă mai tem de samsara,  
Și toate ființele simțitoare le voi ajuta.  
Voi transcende păcatele mele anterioare,  
Și de acum înainte  
Voi evita păcate suplimentare.***

### **3. Lucruri care sunt fructul imaginației noastre**

ལོ་སྤྱོད་ལ་བའི་མཚོན་པ།

***lu trulway chupa***

***Lo*** — minte, imaginație,  
***Trulwa*** — a produce,  
***Chupa*** — a oferi.

Deci, oferim lucruri frumoase pe care ni le imaginăm.

Și le dăruim din abundență. Ne folosim de cea mai bună imaginație pentru a umple întreg spațiul cu lucrurile pe care vrem să le oferim. Să spunem că vrem să ne imaginăm că dăruim flori, dar nu un simplu buchet de flori, ci ne imaginăm că întreaga încăpere sau tot cerul este plin de flori.



Este important ca mai întâi să vizualizăm cerul plin de flori și apoi le oferim ca ofrandă, pentru că amprenta pe care o lasă este mult mai puternică.

Desigur, că ceea ce dăruim fizic este mai puternic decât în imaginație. Înregistrarea karmică este mai puternică. Deci, ceea ce puteți da fizic, dați fizic!

Intrați cât mai mult în aceste vizualizări și bucurați-vă de ele, pentru că vă schimbă gândurile și comportamentul.

Maestru Shantideva menționează douăsprezece astfel de ofrande.

### **a. Ofranda de scăldat**



#### *Tru*

***Tru*** — scăldare, baie.

**10.**

***Oferă ca ofrandă o cameră de baie fin parfumată  
Cu podele de cristal transparente și strălucitoare,  
Cu coloane sclipind de pietre prețioase,  
Și deasupra un baldachin ornat cu perle, radiind lumină.***

Este minunat să ni-l imaginăm pe Buddha sub formă umană. Pentru cei cu imaginația săracă, maestrul Shantideva ne ajută să vizualizăm ofrandele cât mai opulente și magnifice. El ne spune să ne imaginăm camera de baie plină de parfumuri fine, cu podele din cristal limpezi, oglinzi, coloane ornate cu pietre prețioase, și deasupra un baldachin din perle, radiind lumină.

**11.**

***Oferă ofranda de scăldat trupurilor sfinte  
Ale tuturor Buddha și ai lor copii,  
Folosește-te de multe vase încrustate cu nestemate,  
Pline de flori și apă înmiresmată de smirnă și tămâie,  
În acompaniament de melodii minunate.***

Pentru ofranda de scăldat a trupurilor sfinte ale tuturor Buddha și ale copiilor lor, ne folosim de multe vase mari, pline cu apă care este parfumată cu diferite parfumuri și făcute din aur și alte materiale prețioase. Apa ar trebui să fie, de asemenea, amestecată cu flori minunate, iar scăldatul trebuie făcut în acompaniamentul muzicii frumoase.



### b. Ofranda veșmintelor fine

ན་བཟའ།

*Nabsa*

12.

*Șterge-le sfintele lor trupuri cu prosoape imaculate  
Și de cele mai dulci arome impregnate,  
Apoi oferă-le veșminte splendide și parfumate,  
Fine și moi, în culori spectaculoase.*

### c. Ofranda de podoabe prețioase

གྱེན།

*Gyen*

13.

*Oferă numeroase și diverse podoabe prețioase,  
Tuturor ființelor realizate  
Precum „Celui Excelent”, „Celui de Neînvinc”, „Vocii blânde”,  
Și, de asemenea, „Suveranului lumii”.*

„Cel Excelent”, „Cel de Neînvinc”, „Vocea blândă” și „Suveranul lumii” - acestea sunt nume de bodhisattva care apar în diferite sutre. Ei sunt în ordinea scrisă *Samantabhadra, Maitreya, Manjushri și Avalokiteshvara*.

### d. Ofranda de unguente parfumate

བུག་པ།

*Jukpa*

14.

*Trupul sfânt al celor virtuoși,  
Imaculat și strălucind ca aurul pur și bine lustruit,  
Unge-l cu cel mai ales unguent parfumat,  
A cărui miros se răspândește în miile de milioane de lumi.*

Vreau să menționez faptul că fiecare bol de pe altar, simbolizează unul dintre aceste lucruri.

Ce înseamnă o mie de milioane de lumi? Aceasta se referă din nou la mitologia descrisă în *Abhidharma Kosha*. În această scriere se vorbește despre sistemele de lumi care există.



Conform budismului, există nenumărate planete locuite. Un sistem de o mie de lumi formează o galaxie mică. O mică nebuloasă. O mie de galaxii mici formează o galaxie medie. Și o mie de galaxii medii formează o galaxie uriașă. Există nenumărate galaxii uriașe. Despre asta se vorbește aici.

### **e. Ofranda de flori**

མི་དོག

*Metok*

**15.**

*Celor virtuoși, cei mai înalți dintre primitorii de ofrande,  
Oferă flori încântătoare și parfumate,  
Lotus roșu și albastru și flori de mandara,  
Aranjate în ghirlande minunate, precum și flori separate.*

(Mandara este o floare despre care se spune că înflorește în paradis. Este parfumată, iar frumusețea ei îi încântă pe cei care o văd. În sutrele budiste, mandarele și alte flori divine plouă din cer când un Buddha predică sau când au loc alte evenimente minunate).

### **f. Ofranda de tămâie**

ལྷོ་སྤྱོད་

*pu*

Versetul 16:

*Oferă, de asemenea, nori de tămâie  
Ce răspândesc miresme dulci, minunate,*

### **g. Ofranda de mâncare rafinată**

ཞལ་ཟས།

*shelse*

*Mese încărcate de mâncăruri zeiești și rafinate,  
Și orice fel de băuturi răcoritoare.*

### **h. Ofranda luminii**

སྒྲུང་གསལ།

*nangsel*



17.

*Oferă lămpi încrustate cu pietre prețioase,  
Rânduite în suporturi de lotuși aurii;  
Pe pământul cu tămâie stropit  
Și de petale delicate de flori acoperit.*

#### **i. Ofranda palatelor**

གཞལ་མིང་ཁང་།

*shelme kang*

18.

*Celor a căror natură este sfânta compasiune,  
Oferă-le palate celeste  
Răsunând de cântece de slavă,  
Împodobite de bijuterii, perle și pietre prețioase  
Iluminând infinitul spațiului.*

Comentatorul nostru adaugă că palatele pe care le oferim sunt pline de zeițe și ele sunt cele care cântă minunatele cântece de slavă.

#### **j. Ofranda de umbrele**

གདུགས།

*duk*

19.

*Oferă constant Celor virtuoși  
Umbrele de soare scumpe cu mânere aurii,  
Împodobite pe margini cu nestemate și perle,  
Stând drept, cu formele lor plăcute la vedere.*

#### **k. Ofranda de muzică**

རྣམ་མོ།

*rulmo*



20.

*Oferă din abundență și alte ofrande:  
Muzică și melodii suave,  
Fiecare ca un nor ce vine și risipește  
Durerea din inima oricărei ființe.*

**I. Ofranda de binecuvântare, astfel încât fluxul de ofrande să poată continua în flux neîntrerupt**

མཚོན་པའི་རྣམ་པ་རྒྱན་མི་འཆད་པར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པ།

*chupay nampa gyun michepar jin-gyi lappa*

21.

*Fie ca ploaie de flori, nestemate și alte ofrande,  
Să se reverse neîntrerupt  
Peste diamantul dharmei sacre,  
Peste imaginile celor sfinți și sanctuare.*

Maestrul dorește să ofere dharmei. Dar cum dăruim Dharmei? Dharma este un concept. Cum putem oferi unui concept? De aceea căutăm o reprezentare fizică. Maestrul ne spune, să oferim ofrande obiectelor ce reprezintă Dharma – profesorii de Dharma și templelor.

## **Manjushri**

Versetul 22:

*Așa cum Manjushri și toți ceilalți  
Au dăruit ofrande celor Învingători,  
La fel le voi oferi și eu Celor Astfel Plecați,  
Protectorilor și ai lor copii.*

**Manjushri**, este întruchiparea înțelepciunii, sau zeul înțelepciunii, sau îngerul înțelepciunii, cum vreți. Ca o formă fizică a înțelepciunii. Am spus despre Maestrul Shantideva că a practicat pentru a-l întâlni pe Manjushri și mai târziu a primit învățături direct de la el.

În tradiția budistă, culoarea sa este portocaliu - aurie, simbolizând aurul înțelepciunii. Într-o mână ține o sabie în flăcări și în cealaltă un lotus pe care este așezată o carte.

- Cartea simbolizează Dharma, înțelepciunea, iar
- Sabia în flăcări arde ignoranța.

În budismul tibetan, se utilizează frecvent vizualizări pentru a ne ilustra ideea de ardere a ignoranței.

Există descrieri despre cum Manjushri, Bodhisattva oferă ofrande. Deci, dacă ei fac asta, bineînțeles că și eu voi face același lucru.

Cine sunt cei „Astfel Plecați”? Ei sunt toți Buddha. Ce înseamnă „astfel”? Înseamnă vacuitatea, înțelepciunea supremă. Este că au atins înțelepciunea supremă.

Ce oferim când spunem Mandala la început de lecție?

***Aici este marele Pământ  
Plin de miros de tămâie  
Și de o pătură de flori acoperit.***

***Mărețul munte  
Cu cele patru continente  
Purtând Soarele și Luna  
Ca bijuterie.***

Aceasta este reprezentarea mitologică a lumii. Mărețul munte este muntele Meru, făcut din argint și aur, lapis lazuli și rubine. Are patru laturi și este imens. Conform descrierii mitologice a lumii care apare în *Abhidharma Kosha*, lumea este alcătuită din patru continente și opt continente mai mici. Ideea este să ofer o lume pe care o parfumez cu parfumuri și tămâie, o acopăr de flori minunate, profesorilor care ne-au transmis dharma.

Ceea ce le oferim este o lume pură, paradisul lui Buddha. După ce am dăruit, am acumulat merite pe care le dedicăm: „Această minunată karma pe care am acumulat-o prin acest act de generozitate, o dedic tuturor ființelor ca să ajungă la fericirea sublimă a lui Buddha”.